



Hausaufgaben

1. So zeigen sich Hausaufgabenprobleme

Kinder und Jugendliche müssen auch ausserhalb der Schule lernen, indem sie beispielsweise *Hausaufgaben* machen. Dabei können unterschiedliche Schwierigkeiten entstehen. Die häufigsten Probleme sind Motivationsschwierigkeiten und Machtkämpfe, Unselbstständigkeit und Unsicherheit sowie Überforderung.

Motivationsschwierigkeiten und Machtkämpfe

Das Kind

- muss ständig daran erinnert, dazu ermuntert und überredet werden, die Hausaufgaben zu machen.
- versucht aktiv die Hausaufgaben und das Lernen zu vermeiden.
- „vergisst“ was es machen muss.
- weigert sich anzufangen.
- reagiert trotzig auf Aufforderungen.
- streitet, schreit oder tobt, wenn die Aufgaben erledigt werden sollen.

Unselbstständigkeit:

Das Kind

- braucht starke Unterstützung beim Durchführen der Hausaufgaben.
- fragt ständig nach.
- möchte die Eltern die ganze Zeit neben sich haben.
- ist schnell verunsichert.

Überforderung

Das Kind

- ist mit den Hausaufgaben und Prüfungsvorbereitungen überfordert.
- kann Rechenaufgaben nicht lösen, weil es Lücken hat, deren Ursachen weit zurückliegen.
- hat Mühe, den gelesenen Text zu verstehen.
- ist mit dem Üben von Lernwörtern so überfordert, dass es nicht mehr gewillt ist, dafür Zeit aufzuwenden.

2. Diese Rahmenbedingungen helfen bei Hausaufgabenproblemen

Wählen Sie 1-2 Tipps aus, wenden Sie diese über einen längeren Zeitraum an (zwei bis vier Wochen) und ziehen Sie danach Bilanz.

Allgemein

- Nach der Schule zuerst eine kurze Pause einlegen und erst dann mit den Hausaufgaben beginnen (Zvieri essen, kurzes Spiel).
- Hausaufgaben wenn möglich immer an der gleichen Stelle im Tagesablauf einplanen (Abmachungen treffen; Plan erstellen).
- Hausaufgaben wenn möglich immer am gleichen Arbeitsplatz durchführen.

- Ruhigen, störungsfreien, bequemen, ordentlichen und gut beleuchteten Arbeitsplatz einrichten.
- Ablenkungsmöglichkeiten vermindern (Tisch leer räumen, elektronische Geräte ausschalten, Ruhe gewährleisten).
- Alle Hausaufgaben regelmässig ins Hausaufgabenbüchlein eintragen.
- Mit einfachen Aufgaben beginnen.
- Einzelne Lernphasen auf max. 20 Minuten beschränken.
- Nach einzelnen Lernabschnitten jeweils eine 5 Minutenpause einlegen.
- Nach zwei Lernphasen eine grössere Pause von 20-30 Minuten einlegen.
- Maximale Zeit für die täglichen Hausaufgaben mit dem Kind festlegen (ca. 10-15min pro Schuljahr).

Motivationsprobleme und Machtkämpfe

- Eine angenehme Atmosphäre schaffen.
- Dem Kind vermitteln, dass Sie ihm etwas zutrauen.
- Anerkennung, Wertschätzung und Lob offen zeigen, wenn sich das Kind anstrengt.
- Dem Kind individuelle Fortschritte sichtbar machen.
- Dem Kind verdeutlichen, dass seine Erfolge aufgrund seiner Anstrengung und seiner Kompetenzen zustande kommen.
- Auf Misserfolge gelassen reagieren und dem Kind erklären, dass Fehler passieren dürfen und man aus ihnen lernen kann.
- Dem Kind mehr und mehr Kontrolle und Eigenverantwortung übertragen.
- Kleine Belohnungen für Teilziele abmachen (Vertrag).
- Zeit begrenzen und mitteilen, wie lange man dem Kind bei den Aufgaben hilft.
- Aufmerksamkeit auf das positive Verhalten richten. Trotz und Widerstand ignorieren.
- Klare Grenzen setzen und kommunizieren, über welche Punkte diskutiert werden kann.
- Schädliche und sinnlose Strafen vermeiden.

Unselbstständigkeit

- Mit einfacheren Aufgaben und Lieblingsfächern beginnen.
- Zunehmend Verantwortung übernehmen lassen.
- Selbstständiges Verhalten loben und belohnen.
- Mit dem Kind zusammen planen, Aufgaben aufteilen helfen (z.B. Einteilen des Wochenplans).
- Hilfe zur Selbsthilfe (dem Kind Strategien vermitteln, wie es selber zur richtigen Lösung kommt).

Überforderung

- Durch Gespräche mit dem Kind herausfinden, was die Überforderung auslöst.
- Lücken erkennen und diese mit geeigneten Übungen schliessen. Dazu auch das Gespräch mit der Lehrperson suchen.

3. Übungsmöglichkeiten

Punkte-Plan:

Belohnen Sie das Kind, wenn es die Hausaufgaben regelmässig und vollständig erledigt. Hierfür kann ein Hausaufgabenblatt erstellt werden, auf dem eine Spalte für die Wochentage, eine für zu erledigende Aufgaben und eine weitere Spalte für die erhaltenen Punkte vorgesehen ist. Punkte (z.B. Smileys) sollten für die Anstrengung vergeben werden und nicht für fehlerfreies Arbeiten. Hat das Kind 10 Punkte gesammelt, winkt eine gemeinsame Aktivität (z.B. Ausflug oder Kinobesuch).

Hausaufgabenplan:

Bevor sich das Kind an die Hausaufgaben setzt, werden die gesamten Aufgaben mit dem Kind in zehn gleich aufwändige Abschnitte (z.B. fünf Minuten pro Abschnitt) zerlegt und auf einen Zettel geschrieben. Sobald ein Abschnitt erledigt ist, wird dieser auf dem Blatt abgehakt.

Wettspiel:

Ein überschaubarer Teil der Hausaufgaben wird herausgegriffen. Die Aufgabe wird gemeinsam durchgelesen und zusammen mit dem Kind besprochen, wie lange es dauert, diese Hausaufgaben zu erledigen. Das Kind zuerst schätzen lassen und dann selber schätzen (und zwar grosszügig). Danach wird eine Wette mit dem Kind abgeschlossen, ob die Aufgabe in einer bestimmten Zeit zu bewältigen ist oder nicht. Unbedingt Wetteinsatz abmachen. Eine geeignete Uhr wird auf dem Schreibtisch des Kindes platziert.

Einstiegsritual:

Kreieren Sie ein Einstiegsritual. Es kann sich dabei um eine Gymnastikübung handeln oder ein bestimmtes Lied, das zusammen gesungen wird. Nach Beenden des Rituals, fängt das Kind direkt mit den Hausaufgaben an.

Wochenzeitplan:

Erstellen Sie zusammen mit dem Kind einen Wochenzeitplan. Kreieren Sie innerhalb dieses Plans fixe Hausaufgaben- und Lernzeiten. Nehmen Sie in diesen Plan auch fixe Freizeitaktivitäten (Sportverein, Musikunterricht). Wichtig ist, dass Sie auf eine ausgewogene Verteilung der Aktivitäten achten sowie darauf, dass das Kind Zeit für unverplante Freizeitaktivitäten hat.

Zum Schluss:

Patentrezepte, die ein Problem sofort lösen, gibt es wohl selten. Aber es ist wichtig, die Rahmenbedingungen zu überdenken und diese bei Bedarf anzupassen, Regeln zu vereinbaren und diese durchzusetzen, dabei Ausdauer und Beharrungsvermögen zu zeigen. Manchmal sind aber auch wiederum ein bisschen Flexibilität oder Humor gefragt, um Situationen zu entschärfen.

Viel Erfolg!

Quellen:

- Ratgeber für Eltern zum Umgang mit Hausaufgaben nach Triple P
- Elternleitfaden zum Lösen von Hausaufgabenprobleme von Döpfner, Schürmann und Frölich
- Ratgeber „Mit Kindern lernen – Konkrete Strategien für Eltern“ von Fabian Grolimund
- Fit4fun – Broschüre für Eltern vom Institut für Sport und Sportwissenschaften der Uni Basel
- http://www.volksschulbildung.lu.ch/index/unterricht_organisation/uo_po_hausaufgaben/hausaufgaben_umsetzungshilfe.pdf
- http://www.volksschulbildung.lu.ch/index/syst_schulen/ss_schulsystem/ss_syst_elternrechte/hausaufgab_n_elterninfo.pdf