

## Wie können Sie ihr Kind beim selbständigen Lernen unterstützen?

🔗 **Arbeitsplatz:** Damit selbständiges Lernen gelingt, benötigt jedes Familienmitglied einen festen Arbeitsplatz sowie feste Arbeits- und Lernzeiten

🔗 **Motivation:** Selbständiges Lernen setzt eine hohe Lernmotivation voraus. Diese kann z.B. dadurch gesteigert werden, dass Sie sich in der Familie über Ihre Erfolge austauschen. Hilfreiche Fragen sind: „Was ist dir heute gut gelungen?“ oder „Wofür hast du heute ein Lob erhalten?“

🔗 **Unterstützung:** Kinder brauchen gerade in der Anfangszeit an der weiterführenden Schule Unterstützung auf dem Weg in die Selbständigkeit. Mit jüngeren SuS ist es trotz des vorgegebenen Tagesrhythmus durch die Videokonferenzen wichtig, regelmäßig zu reflektieren, ob sie mit dem selbständigen Arbeiten zurechtkommen. Fragen Sie nach, was das Kind alleine kann und wo es Unterstützung und Hilfestellungen braucht. Benennen Sie konkret Menschen, an die es sich bei Bedarf wenden kann: z.B. FreundInnen, KlassenkameradInnen, Geschwister, Eltern aber auch Lehrkräfte

🔗 **Lösungsorientierung:** Sprechen Sie mit Ihrem Kind darüber, was während des häuslichen Arbeitens in seinen Augen gut läuft und wo es Änderungswünsche gibt. Nehmen Sie das Gesagte ernst, überlegen Sie gemeinsam Lösungsvorschläge und probieren Sie diese aus! Denken Sie daran, dass die Verantwortung für Veränderungen immer bei allen gemeinsam liegt. Es ist effektiver, mit Kindern und Jugendlichen darüber zu sprechen, was alle Beteiligten besser machen und neu erlernen könnten als darüber, was alles schief läuft und sich gegenseitig die Schuld dafür zu geben.

🔗 **Pausen:** Damit das selbständige Arbeiten auch über einen längeren Zeitraum gelingt und unterwegs nicht die Puste ausgeht, sind auf ausreichend viele Pausen zu achten. SuS in der Sekundarstufe gelingt es in der Regel nicht länger als 30 Minuten, ihre Konzentration aufrecht zu erhalten. Damit Pausen nicht vergessen werden, können Sie sich mit Ihrem Kind vielleicht auf eine kleine Tasse Tee „verabreden“ oder den Wecker stellen

Versuchen Sie, „Zwischendurch“- Pausen für sich und Ihr Kind wirklich dazu zu nutzen, um sich zu erholen und durchzuatmen – auch, wenn es nur zehn Minuten sind!

Kein schnelles Abarbeiten von Terminen, die drücken,  
keine schnellen Anrufe, die man gestern schon erledigen wollte.

Tanken Sie frische Luft, bewegen Sie sich, machen Sie ein Tänzchen zu Ihrem Lieblings-Song, gönnen Sie sich eine Tasse Tee oder Kaffee und lassen Sie fünf auch mal gerade sein.

Sie werden wahrscheinlich feststellen, dass Sie mit klar strukturierten Pausen bis zum Mittag nicht weniger effektiv gearbeitet haben und trotzdem besser gelaunt sind.

Das gleiche gilt für Ihr Kind :-)