

Hausaufgaben – eine optimale Begleitung

Eine Zusammenfassung meiner eigenen Erfahrungen (Hausaufgabenbetreuung und eigenes Kind), von Schriften verschiedener schulpсихologischen Stellen und Büchern zum Thema Lernen. F. Goldmann, Dipl.-Psychologin, Schüler- und Familiencoach.

Sinnvolle Hilfen

Die **eigenständige** und angemessene Erledigung der Hausaufgaben (HA) ist ein **zentrales Lernziel** bereits in der Grundschulzeit und führt zu einer **stabilen Arbeitshaltung**.

1. Ein Hausaufgabenheft führen!



2. Arbeitsplatz



Grundsätzlich soll das Kind an einem ruhigen Ort ungestört lernen können: **Radio, Smartphone und andere Bildschirme sind ausgeschaltet**, laute Geschwister sind in einem anderen Raum. Für Grundschulkindern ist es ideal, wenn ein Elternteil am Anfang begleitet und unterstützt, dann sich in der Nähe mit etwas anderem beschäftigt und bei Fragen „zur Verfügung“ steht. Bei älteren Kindern ist ein eigener, aufgeräumter Schreibtisch (ablenkende Objekte sind weiter weg!) mit guter Beleuchtung von Vorteil. Die Schulsachen sind griffbereit, z. B. in einem nahen Regal oder Schrank.

3. Beginn, Lernphasen und Pausen abwechseln

Hilfreich ist die HA-Zeit mit einem kleinen Ritual zu beginnen, indem Eltern 5 Min. mit ihrem Kind zusammensitzen und etwas trinken oder einen Imbiss zu sich nehmen, die Wohnung lüften, den Tisch aufräumen, mit dem Kind den Ranzen auspacken und die Frühstücksbox aufräumen usw.

Gehirngerecht ist eine Abwechslung von konzentriertem **Arbeiten (20-30 Min)** und **Pausen (2-10 Min)** mit Trinken, Toilettenbesuch, telefonieren etc. Je älter das Kind ist, desto länger kann die Lernphase sein, bei Jugendlichen bis zu mehr als 60 Minuten!



Wenn Sie also nach einer Weile merken, dass Ihr Kind nicht mehr bei der Sache ist oder körperlich unruhig wird, dann hören Sie mit dem Lernen auf. Auch 2-3 Minuten können reichen. Aussagen wie „Komm, halte durch!“ oder „Nur noch 15 Minuten!“ (die dann doch 30 werden...) sind kontraproduktiv: das Kind kann sich eh nicht mehr gut konzentrieren und das Lernen wirkt frustrierend!

4. Wochenplan (spätestens ab der weiterführenden Schule)

Wenn das Kind aus der Schule kommt, werden die Stunden des vergangenen Schultags durchgegangen und die Aufgaben der jeweiligen Fächer in einen Wochenplan eingetragen, und zwar in die Felder, die deutlich machen, **wann die Aufgaben vorgelegt werden müssen, denn das ist das wichtigere Datum** (einige Schüler führen ihr Hausaufgabenheft nach diesem Prinzip).

Damit wird auch klar, dass immer zwei dieser Pläne vorliegen: der eine für die laufende Woche und der andere für die kommende Woche. Die „Auftragslage“ ist somit übersichtlich!

Vorteile:

- Man kann nach dem Plan sehr gut den Ranzen packen, denn man sollte hier auch eintragen, welches Arbeitsmaterial für ein bestimmtes Fach mitzubringen ist.
- Ein Beispiel für die weiterführende Schule: Wenn an einem Montag die Hausaufgabe gestellt wurde, im Biologie-Buch zwei Seiten für den folgenden Donnerstag zu lesen, macht es wenig Sinn, sie schon am Montag zu erledigen; lernpsychologisch wird das Kind sich der Inhalt dieser zwei Seiten an dem Mittwoch bis zum Donnerstag besser einprägen können. Der Hausaufgabenplan hilft, hier den Überblick zu behalten.
- Führt man den Hausaufgabenplan über eine längere Zeit, dann kann auffallen, dass sich die HA an einem bestimmten Wochentag immer häufen, bedingt durch z.B. eine gewisse Fächerkombination am nächsten Tag. Schlussfolgerung: Man sollte sich diesen Wochentag frei halten (keine Verabredungen) und/oder manche Aufgaben einen Tag früher erledigen.
- Die Vorbereitung auf eine Klassenarbeit kann frühzeitig genug begonnen werden: 4 – 6 Tage im Voraus, je nach Fach, Vorkenntnissen und Aufmerksamkeit des Kindes in der Schule.

2

5. Die Hausaufgaben verstehen

Das Kind darf nicht planlos die HA beginnen. Hier ist die Hilfe der Eltern sinnvoll. Folgende Fragen geben eine Orientierung:

- * Hast du alle HA notiert?
- * Hast du alle HA verstanden?
- * Hast du alles Material, das du zur Erledigung brauchst?
- * Hast du alle Informationen, die du zur Erledigung brauchst?
- * **Wie** gehst du genau vor? Hier geht es um den Übergang von Lernorganisation in Lernmethoden bzw. **Lernstrategien**: mit welcher **Reihenfolge**? Wie viel **Zeit** willst/kannst du verbringen? Mit welchem **Lernziel**?



Ein **Lernziel** lautet z. B.: Ich möchte... über Thema X frei erzählen können, 10 Seiten im Buch X gelesen haben, Thema X verstehen (wenn nicht, hole ich mir nach 20 Min. Hilfe) usw. Im Vergleich dazu ist die Chance auf Erfolg bei einem *Leistungsziel* geringer: wer z. B. eine 1 in einer KA schreiben möchte und eine 2 oder 2- bekommt, hat das Gefühl, sein Ziel verfehlt zu haben, obwohl die Note gut ist!

- * **Welche Methode** wirst du für welche Aufgabe verwenden? (Lernstrategien)

Diese Dinge sollten jeden Tag vorab mit dem (jungen) Kind geklärt werden. Kleine Hilfen sind bei Verständnisproblemen erlaubt. Jugendlichen sollte man nur auf ihre Bitte helfen!

Außerdem ist es sinnvoll, Lösungswege bzw. die Wahl der geeigneten Lernstrategien gemeinsam zu erarbeiten. Die Vermittlung von Hilfsstrategien gehört auch zu den Lernstrategien: Wen kannst du sonst fragen? Wo findest du sonst Informationen, wenn du nicht weiter weißt (Lexika, Internet)? Das **Kind (bzw. der Jugendliche) soll so viel wie möglich allein entscheiden.**

6. Gemeinsam die erledigten Hausaufgaben überprüfen



Die Kontrolle der gemachten HA sollte schrittweise in die Verantwortung des Kindes gegeben werden. An die **eigenständige Bewältigung der HA** darf nun **KEINE intensive elterliche Korrekturphase** angehängt werden, auch wenn viele Fehler zu sehen sind. Konzentrieren Sie sich auf die Korrektur eines Fehlertypus (Groß/Kleinschreibung, langes i, Zehnerunterschreitung bei der Subtraktion usw.).

- Bei **Rechtschreibfehlern** ist die „gestufte Fehleranalyse“ hilfreich:
 - ◆ Kind **liest die Zeile leise**, in der der Fehler ist, (Fehler nicht gefunden, nächste Stufe)
 - ◆ Kind **liest die Zeile laut**, in der der Rechtschreibfehler ist,
 - ◆ **Eltern zeigt auf das falsche Wort und das Kind liest das Wort laut**,
 - ◆ Eltern **zeigt den Fehler**,
 - ◆ Kind **verbessert den Fehler**.

Dem Kind soll die Chance gegeben werden, Fehler selbst und **ohne Druck** zu finden. Diese Form der Korrektur überfordert das Kind nicht und prägt sich auch viel besser in sein Gedächtnis ein. Wenn das Kind manche Fehler nicht sieht, ist es ein wichtiger Hinweis auch für die Lehrkraft. **NB zu Fehlern:** es wurde in Untersuchungen festgestellt, dass Kinder, denen man die eigene Korrektur der Fehler vorenthält, verunsichert werden und dann eher schlechtere Leistungen erbringen. Wenn die Kinder erfahren, was sie gut und richtig machen, widmen sie sich neuen, auch schwierigeren Aufgaben mit mehr Zuversicht.

- **Was ist unordentlich?**
 - * Fehler bei Datum oder Überschrift
 - * Über- oder Unterschreitung der Zeile
 - * Über den Rand schreiben
 - * Fehlende Oberzeichen
 - * Abschreibfehler – Undeutliche Buchstaben
 - * Nicht abgesprochene Verbesserungsart
 - * Kleckse – Ungerade Striche (immer das Lineal verwenden)

Einräumen und Ranzen packen lassen: Am Anfang des I. Schuljahres zusammen packen und zusammen überprüfen, das Kind immer mehr selbständig machen lassen, bis Sie nicht mehr überprüfen – wenn das Kind doch etwas vergisst, macht es in der Schule die Erfahrung, dass es unangenehm ist und wird das nächste Mal besser aufpassen.

7. Loben Sie Ihr Kind für die selbstständige Erledigung der Hausaufgaben

Auch kleine, vom Kind selbstständig erledigte Schritte verdienen eine **positive Rückmeldung**. Das ermutigt! Lob soll einfach und ehrlich gemeint sein. „Ich freue mich, dass du dir Mühe gegeben hast!“ kann schon reichen. Das Lob sollte zu der Schwierigkeit der Aufgabe passen, wie zum Beispiel „Das war aber eine schwierige Aufgabe! Ich habe gesehen, wie sehr du dich angestrengt hast! Das finde ich super!“ Unbedingt zu vermeiden sind Bemerkungen, die das Kind beschämen oder abwertend sind wie „Du bist aber so doof!“ oder „Wieso kapiertst du das nicht, es ist so einfach!“

Je älter die Kinder sind, desto wichtiger ist es auch, ihnen klar zu machen, dass sie im Laufe der Zeit, sich mehr anstrengen werden müssen! Dabei soll ihnen auch vermittelt werden, dass sie sich selbst belohnen, wenn sie etwas Schwieriges oder Kompliziertes geschafft haben. Das trägt zur Aufrechterhaltung der Anstrengungsbereitschaft und der Motivation.



"Dieses Foto" von Unbekannter Autor ist lizenziert gemäß CC BY-NC-ND

4

8. Rückkopplung mit der Schule

Eltern können die Lehrkraft fragen, was sie von ihnen erwartet – was oft an den Elternabenden getan wird. Bei Bedarf können sie ihr Vorgehen bei der Hausaufgabenbegleitung mit ihr besprechen.

Die Erledigung der HA ist eine Frage der Organisation. Manche Kinder können das, andere können es nicht. Bei den Letzteren ist elterliche Hilfestellung nötig, insbesondere in der Grundschule. Wichtig ist, dass Eltern **zwischen Unterstützen und Übernehmen unterscheiden** und ihrem Kind die **eigenständige Bewältigung der HA zutrauen**. Je älter das Kind wird, desto weniger sollten die Eltern sich einmischen und einfach nur signalisieren, dass sie zur Verfügung stehen, wenn der Jugendliche es braucht.

Mein Kind ist faul!

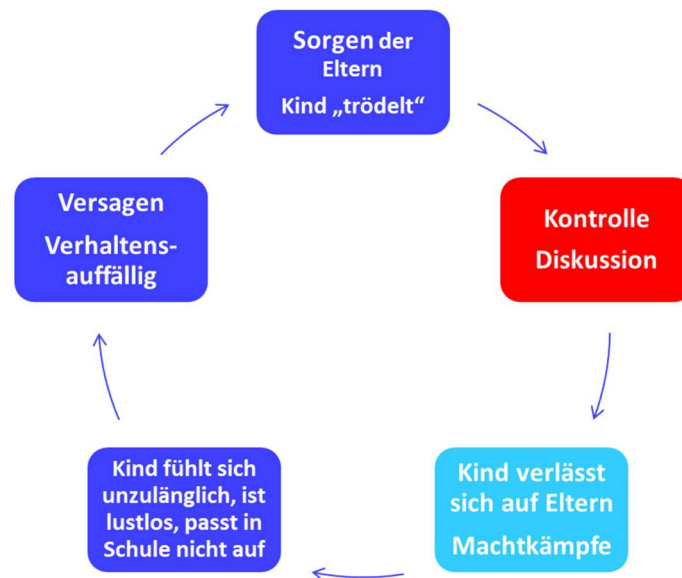
Wenn Eltern die Arbeit des Kindes zu häufig verbessern und kritisieren, vermitteln sie ihm unbewusst, dass es seinen Pflichten nicht gut genug nachkommt. Es entstehen bei dem Kind Gefühle der Unzulänglichkeit, die sich, je nach Temperament, in einer resignierten Haltung, in Lustlosigkeit oder auch in Aggression ausdrücken. Das Kind erfährt nicht, was es fähig ist allein zu tun und verliert immer mehr sein Selbstvertrauen. Viele Kinder interessieren sich dann nur noch für die Aktivitäten, bei denen sie ihren Selbstwert erleben können (Sport, Musik, PC-Spiele), das Lernen für die Schule wird immer lästiger. Eltern sagen dann, das Kind sei faul und müsse ständig von ihnen zum Lernen aufgefordert werden, man könne ihm schließlich nicht vertrauen!

Erste Schritte aus dem Teufelskreis: Erfolge sehen und feiern, Druck komplett herausnehmen, die Kontrolle immer mehr reduzieren und dem Kind Vertrauen schenken. In blockierten Situationen ist Hilfe von außen sinnvoll.

Machtkampf?

Oder man hat den Eindruck, dass das Kind während der HA regelrecht Streit mit seinen Eltern sucht: Dadurch bekommt es die uneingeschränkte elterliche Aufmerksamkeit! In diesem Fall ist zu reflektieren, ob die Eltern ausreichend Zeit mit ihrem Kind verbringen und ihm das Gefühl vermitteln: „Du bist mir wichtig und ich interessiere mich für Dich“. Wenn die Erledigung der HA einem Kriegsschauplatz ähnelt, dann hilft die HA-Begleitung durch eine dritte, vertrauenswürdige Person. Das Verhältnis zu dem Kind wird entspannter und die Lernvoraussetzungen besser.

5



Der entstandene Teufelskreis ist so gut wie perfekt!

Quellen:

Gödde, T. (2002). *Immer diese Hausaufgaben...*

<https://www.schulpsychologie.de/wws/1300810.php?sid=35476512097007852948326102610800> Zuletzt abgerufen im Januar 2019

Graf, J. (2013) *Familienteam – das Miteinander stärken*. Kreuz Verlag. ISBN-13: 978-3451612466

Klippert, H. (2016) *Methoden-Training, Übungsbausteine für den Unterricht*, Beltz-Verlag. ISBN-13: 978-3407627230

Liese, L. *Ewig Ärger mit den Hausaufgaben*.

https://www.schulpsychologie.de/wws/bin/1300810-1301322-2-hausaufgaben_liese.pdf Zuletzt abgerufen im Januar 2019

Rammert, M. & Wild E. (2014). *Hausaufgaben ohne Stress. Die besten Tipps für entspanntes Lernen zu Hause*. Herder Verlag. ISBN: 978-3-451-06661-0

Seewald, A. *Lernberatung für die Jahrgangsstufen 5 – 7*. Schulpsychologischer Dienst der Stadt Leverkusen.

<https://www.schulpsychologie.de/wws/bin/2061898-2062666-1-seewald.pdf> Zuletzt abgerufen im Januar 2019

Wallberg, H.-J. (2003). *Hausaufgabentraining*. Schulpsychologische Beratungsstelle Velbert.

Alle Bilder sind lizenzfrei (aus sog. Creative Commons, die meisten sind auf www.pixabay.com/de zu finden).