

Das Geheimnis erfolgreicher Schüler

Ergebnisse aus der Motivationsforschung verraten neue Wege

Monika Baumgartner

Das halbe Schuljahr ist geschafft und nun wird Bilanz gemacht.

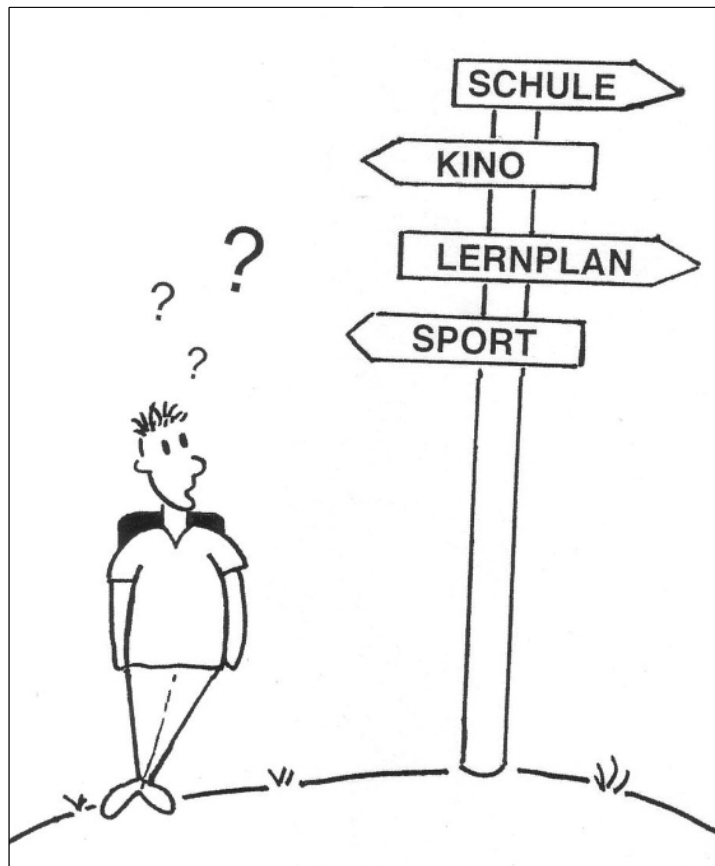
Nicht immer ist es gut gelaufen. Schimpfen nützt nichts, weinen schon. Es ist sehr traurig, wenn Kinder nicht ihr persönliches Potential entfalten können.

Gesundheit und Ernährung

Als Mutter und Vater sollten Sie sich mit ihrem Kind zusammensetzen und gemeinsam überlegen, wo die Blockaden liegen. Es kann sein, dass gesundheitliche Probleme vorliegen. Hört und sieht Ihr Kind gut? Fragen Sie sich, ob Ihr Kind richtig isst und viel trinkt. Das Gehirn benötigt viel Obst und Gemüse, damit es optimal arbeiten kann. Ergebnisse aus der Hirnforschung belegen, dass die Leistungsfähigkeit des Gehirns um 10 Prozent verbessert werden kann, wenn genügend Wasser getrunken wird. Zehnjährige sollten täglich einen Liter Wasser trinken. Ein gesundes Pausenbrot mit Apfel und Vollkornschnitte gibt wieder Kraft für weitere Denkrunden.

Sport und frische Luft

Analysieren Sie, wie viele Stunden sitzt mein Kind vor dem Fernseher oder Computer. Schreiben Sie alles auf. Ehrlich! Häufig sitzen die Kinder vom Morgen bis zum Nachmittag in der Schule. Dazu kommen die Hausaufgaben. Da ist es wichtig, dass regelmäßiger Sport die Muskeln ausgleicht. Am Besten wird an der frischen Luft trainiert und der Kopf entspannt. Eine Runde joggen am Abend ist erfrischend und labend. In jedem Kind liegen verborgene Talente, die an das Tageslicht drängen. Beobachten Sie ihr Kind, was fällt ihm leicht. Kann es zum Beispiel gut malen, oder spricht es gerne. Forschungsergebnisse aus der Frühpädagogik haben bewiesen, dass Kinder viel leichter lernen, wenn die Stärken mit den Schwächen verbunden werden. Kinder, die gut malen können, haben ein



ausgeprägtes Bildgedächtnis, deshalb sollten sie den Lernstoff auf Plakate malen. Lassen Sie sich von Ihrem Kind erklären, was auf dem Plakat steht. Sie werden überrascht sein, wie viel Ihr Kind weiß.

Lernen mit Spaß

Stures Lernen ist langweilig. Viel besser ist es, mit den Kindern zu den Themen passend CD's oder Filme auszusuchen zum Beispiel englische Kinderlieder. Lernen ist eine angeborene Fähigkeit. Jeder kann lernen, es kommt nur darauf an wie. Ein Lernplan hilft den Lernstoff zu strukturieren. Dabei ist es wichtig, dass genau aufgeschrieben wird, wann, was gelernt wird. Er tut gute Dienste, aufgehängt im Kinderzimmer. Man sieht klar, wann ist Lernzeit, wann ist Freizeit. Leichter fällt das Lernen, wenn kleine Schritte gemacht werden, dafür jeden Tag. Easy Vokabeln lernen. Jeden Morgen vor der Schule sieben Stück aufschreiben und an die Türe hängen. Sie werden erstaunt sein wie gut diese Methode funktioniert. Dabei

wird der natürliche Biorhythmus genutzt. Wird jeden Tag zur gleichen Zeit gelernt, dann stellt das Gehirn entsprechende Gedächtnisspeicher bereit und das Erinnern fällt leicht.

Die goldene Mitte finden

Die Schuld auf die Schule zu schieben, hilft nicht. Hinter schlechten Noten liegen häufig Wertekonflikte. Geht das Kind täglich einige Stunden zum Sport, dann hat es keine Zeit und Kraft mehr zum Lernen. Selbstverständlich ist Sport wichtig, aber Schule auch. Die goldene Mitte zu finden ist wie bei so vielen Dingen des Lebens die Lösung. Erkenntnisse aus der Motivationsforschung zeigen, mit einer positiven Einstellung, lernt es sich leichter. Man kann sagen, das Glas ist halb voll oder halb leer. Schulerfolg ist planbar und machbar. Lernprogramme im Internet sind ideale Lernpartner, da sie ohne gefühlvolle Kommentare Feedback geben. Es löst keine Angst und keine Scham beim Kind aus. Es kann sooft wie-

derholen wie es möchte, bis der Stoff richtig sitzt. Üben macht auch Spaß mit guten Trainingsbüchern. Nur, täglich muss gelernt werden.

Loben und neue Wege gehen

Die Aufgabe der Eltern ist es zu loben. Vereinbaren sie mit ihrem Kind genau was es bekommt, wenn es gelernt hat. Auch hierbei kleine Schritte machen und kleine Dinge schenken, aber sofort. Das zeichnet den erfolgreichen Schüler aus? Positive Einstellung zum Lernen. Einsatz von intelligenten Methoden. Wer den Stoff mit Mindmapping wiederholt und ein Lerntagebuch führt, kann die Erfolge sichtbar machen. Gute Noten bringen ein Wohlgefühl für die ganze Familie.

Carpe diem – Nutze den Tag – wussten schon die alten Römer. Wie schnell ist das Schuljahr zu Ende und wieder schlechte Noten. Das sollte nicht passieren. Diesmal wird alles anders gemacht. Die Talente und Begabungen werden gefördert. Schwächen ausgleichen und Stärken, stärken. Wer immer den gleichen Weg geht, kommt immer an das gleiche Ziel. Das Geheimnis erfolgreicher Schüler. Ergebnisse aus der Motivationsforschung verraten neue Wege



Monika Baumgartner
Diplom-Psychologin
(Univers.), Lerncoach
Mehr Infos unter:
☎ 676 153 516
E-Mail:
psychoelviria@gmail.com
www.psychologe-elviria.com