

## Herausforderung des häuslichen Schulalltags in Zeiten von Covid-19

Liebe Eltern,

sicherlich kennen viele von Ihnen Schwierigkeiten, wenn es darum geht, Schulaufgaben, wie Hausaufgaben oder Lernen, mit seinen Kindern effektiv und möglichst reibungslos zu gestalten. Zu Zeiten von Covid-19, in denen Schülerinnen und Schüler ihre Aufgaben ausschließlich von Zuhause aus erledigen sollen, gilt dies möglicherweise umso mehr. Aber wie kann man versuchen, eine möglichst effektive Lernsituation herzustellen? Diese Frage - mit für alle Schüler passenden Maßnahmen - zu beantworten ist schwierig, da es viele Einflussfaktoren wie Alter, Lerntempo, Motivation, Selbstregulation, Vorwissen, Präferenzen nach Inhalt, Lernmethode und Vorgaben der Schulen gibt. Trotz alledem gibt es Möglichkeiten, durch die Schaffung günstiger Lernbedingungen, selbstreguliertes effektives Arbeiten und Lernen zu fördern, indem die Lernumwelt so optimiert wird, dass günstige Voraussetzungen geschaffen werden können. So könnte es hilfreich sein, die nun durch Covid-19 veränderte und teilweise auch weggefallene Wochenstruktur wiederherzustellen. Indem man wie sonst auch feste Zeiten hat, zu denen man morgens aufsteht, mit der Arbeit beginnt, diese bespricht, Mittagspause macht und so weiter. Um den Überblick über die von Ihren Kindern zu erledigenden Aufgaben zu behalten, unnötige Diskussionen und Leerläufe zu vermeiden, lohnt es sich, die anstehenden Aufgaben gemeinsam mit seinen Kindern für den aktuellen Tag oder die Woche zu planen. Dabei ist es hilfreich, wann immer möglich, auf Abwechslung zwischen zwei Schulfächern zu achten und ähnliche Fächer, wie z. B. zwei Fremdsprachen, nicht hintereinander bearbeiten zu lassen, um Monotonie und Langeweile vorzubeugen. Zudem sollten regelmäßige Pausen eingehalten werden, um die Konzentrationsspanne der Kinder und Jugendlichen nicht überzustrapazieren. Ein geeigneter Richtwert für die Lernzeit wäre z. B. das Lebensalter mal zwei in Minuten zu nehmen und dann fünf Minuten Pause zu machen, die genutzt werden kann, um mal kurz aufzustehen, sich etwas zu trinken zu holen etc.. Bei all diesen Dingen ist zudem sicher zu stellen, dass eine angemessene ruhige Arbeitsatmosphäre vorherrscht. So sollte darauf geachtet werden, dass z. B. das Staubsaugen in der Wohnung nicht zu den Arbeitszeiten der Schülerinnen und Schüler stattfindet bzw. so organisiert wird, dass es die Konzentration nicht stört. Trotz all dieser Bemühungen sind Konflikte wahrscheinlich nicht immer zu vermeiden. Da in großer Wut oder Aufregung das Arbeiten und Lernen in der Regel nicht mehr möglich ist, kann es hilfreich sein, die Situation zu entschärfen, indem diese kurzweilig, bis zu einem Punkt der Beruhigung, aufgelöst wird. Da jüngere Kinder möglicherweise eine engmaschigere Betreuung durch Sie als Eltern benötigen, könnte man sich überlegen, eine Art Tagebuch über das bereits Geschaffte zu führen. Sei es durch das Sammeln und Einkleben von Stickern oder auch Arbeitsblättern und Übungen. So kann Ihr Kind die Erfolge sehen und stolz auf sich sein. Ich kann mich auch der Aussage des Grundschulverbandes nur anschließen: Sie brauchen Zuhause jetzt nicht die Rolle des Lehrers übernehmen, tatsächlich kann das häusliche Arbeiten nun aber eine Chance bieten, Lernsituationen flexibel anzupassen und passgenau zu verändern. Lernstoff muss nicht immer stur am Schreibtisch abgearbeitet werden. So kann, wann immer möglich – und natürlich orientiert und abhängig von den jeweiligen Vorgaben - auch spielerisch gelernt werden, indem man z. B. ein Memory bastelt mit englischen und deutschen Wörtern, die zusammengehören und die Paare bilden. Beim kleinen ein mal eins Lernen kann sich ein Ball zugeworfen werden und derjenige, der ihn gefangen hat, sagt die nächste Zahl an z. B. 3, 6, 9 und so weiter. Ähnliches ist auch mit manchen Rechenaufgaben möglich. Dies hat den positiven Effekt, dass Lernen mit Bewegung verknüpft wird, was es dem Gehirn erleichtert, Synapsen zu bilden und damit die Möglichkeit bieten kann, das Gelernte schneller und fester zu speichern. Zudem können Sie kompetenzstützend auf Ihre Kinder einwirken. Hierzu ist ein informatives und motivationsförderliches Feedback geeignet, in welchem Sie Ihren Kindern regelmäßig Rückmeldung

über ihr Lernen und die angewandten Strategien geben. Nur so können Schüler gegebenenfalls ihr Lernverhalten entsprechend anpassen. Dabei möchte ich aber auch darauf aufmerksam machen, dass nicht nur Lernergebnisse und verbesserungswürdige Inhalte thematisiert werden sollen, sondern auch die Lernprozesse an sich. Weiterhin sollte man bei Misserfolgen darauf achten, dass man seinen Kindern nicht das Gefühl gibt, dass diese aufgrund mangelnder Fähigkeiten oder Kontrollmöglichkeiten auftreten, sondern sollte über veränderbare Ursachen gesprochen werden, wie z. B. mangelnde Arbeitsbereitschaft oder falschen Strategiegebrauch. Noch anzumerken ist, dass es mittlerweile - z. B. bei Verständnisschwierigkeiten - durch die neuen Medien gute Möglichkeiten gibt, Mathetutorials und Ähnliches anzuschauen – und das unter anderem auf Plattformen, die Kinder und Jugendliche ohnehin schon nutzen (wie YouTube und weitere).

Mit diesem Artikel habe ich versucht, Ihnen als Eltern Ideen zu geben, wie Sie den Schulalltag zu Hause gestalten können. Es wird wahrscheinlich auch nicht jeder Tipp so einfach und sofort funktionieren, bei manchen klappt es wiederum vielleicht auch schon ganz gut. Hier würde ich daran appellieren, dass man die Dinge und Strategien, die sich in der Vergangenheit bereits als hilfreich erwiesen haben, auch beibehält und weiterhin nutzt. Ich denke, dass in dieser zu weilen doch auch sehr schwierigen Situation auch eine Chance gesehen werden kann, z.B. neue Kompetenzen zu entwickeln, die vorher eventuell nicht da waren, wie die Fähigkeit zum selbstgesteuerten Erkunden, Planen, Handeln und schlussendlich selbstregulierten Arbeiten und Lernen.

Falls Sie in Bezug auf dieses Thema oder andere Fragen Unterstützung brauchen, sind wir weiterhin für Sie da: AWO- Beratungsstelle 02354/5833, Diensthandy Schulpsychologie 0163/1459989 oder [www.awo-beratungsstelle-meinerzhagen.de](http://www.awo-beratungsstelle-meinerzhagen.de) . Bleiben Sie gesund.

Roy Gatzemeier