

Hausaufgabenkonflikte mindern – Ein Buffet an Ideen

- **Erklären Sie ihrem Kind, dass es zwei Arbeitsplätze hat, einen in der Schule, der andere zu Hause**
- **Helfen Sie ihrem Kind einen Anfang zu finden:**
Rituale erleichtern den Übergang von Freizeit zur Arbeit und umgekehrt.
- **Akzeptieren Sie, dass die HA nicht immer Spass machen.**
Es ist eine Illusion, dass jeder zu jedem Zeitpunkt, zu jedem Thema, in jeder Lebensphase nur aus Begeisterung heraus lernt. Dann kann es für ein Kind hilfreich sein, seinen Frust loswerden zu dürfen. Seien sie dann tolerant, so kann es seine innere Spannung abbauen. Zeigen Sie Verständnis:
„Es ist so viel“: → Zeig einmal her. Huii, das ist wirklich nicht wenig. Was findest du am schwierigsten, was am einfachsten? Gut, und mit welchem magst du gleich beginnen?
„Es ist so schwierig“: → Mhm... lass uns mal das Buch aufschlagen. Magst du dich noch erinnern, was der Lehrer dazu erklärt hat? (Buch aufschlagen, Kind erklären lassen, gegebenenfalls unterstützen)
„Es ist so ein Mist, ich will das nicht machen!“: → Ja, das versteh ich, dass du lieber was anderes machen würdest. / Mhm, du findest das total unfair, dass du das tun musst. / → Evtl. Motzzeit. / → evtl. nebenher auch etwas Arbeiten.
- **Richten Sie eine „Motzzeit“ ein**
Die „Motzzeit“ eignet sich sehr gut, um Diskussionen zu Beginn der Hausaufgaben zu unterbinden und die Arbeitsbereitschaft des Kindes zu fördern. So gehen Sie vor:
 1. Mit dem Kind wird eine „Motzzeit“ vereinbart – ein begrenzter Zeitraum, in dem das Kind zunächst über die Hausaufgaben jammern, schimpfen und motzen darf, wie es möchte. Eltern können in diesem Moment:
 - ruhig daneben sitzen und Kraft tanken
 - über etwas Eigenes motzen

Die Regel lautet: Eltern dürfen nicht gegen die Kinder argumentieren!
 2. Am besten wird die Dauer der Motzzeit mit einem Wecker eingestellt. Das Klingeln signalisiert den Beginn der Hausaufgaben. Mit dem Kind wird vereinbart, dass nach dieser Zeit mit dem Motzen Schluss ist. Wenn das Kind genug gemotzt hat und bereit ist anzufangen, wird mit den Hausaufgaben begonnen. Es ist ziemlich schwierig, lange zu motzen, wenn niemand mit Argumenten dagegen angeht...oft haben Kinder nach 5 bis 10 Minuten genug davon.

3. Wird das Kind während der Hausaufgaben bockig, wird es gefragt, ob es nochmals eine Motzzeit benötigt.

Das Ziel der Motzzeit besteht darin, eine klare Trennung zwischen Arbeiten und „Jammern“ vorzunehmen.

- **Setzen Sie Zeit und Ort für die HA fest**
- **Achten Sie auf regelmässige Pausen**
- **Freizeit und Lernzeit klar trennen, damit Müllzeit reduziert wird**
- **Lernumgebung**
 - Achten sie darauf, dass ihr Kind einen ruhigen, hellen Arbeitsplatz hat, der zweckmässig eingerichtet ist und alle benötigten Materialien bereitliegen. Innerhalb Armlänge sollte alles Nötige erreichbar sein. Alles Unnötige sollte vom Schreibtisch weggeräumt werden. Vor dem Beginn bereitet das Kind alle Materialien für die HA vor. Wenn ihr Kind gern in aller Ruhe in seinem Zimmer die HA erledigt, kann es ein Plakat anfertigen mit «Bin am Lernen. Bitte nicht stören!»
 - Die Umgebung sollte frei von Spielsachen sein. Auch Geschwister, Fernseher, Handy, Computer, Radio und Haushaltgeräte lenken ihr Kind stark ab → alle Störquellen ausschalten
 - Setzen sie sich dazu an den Arbeitsplatz ihres Kindes und fragen sie sich: « was sehe ich? Was höre ich? Was davon wäre für mein Kind spannend?»
 - Eine gleichmässige Geräuschkulisse (z.B. Instrumentalmusik, **wichtig** keine Musik in einer Sprache, die man teils oder ganz versteht → Playlist erstellen mit dem Kind) kann aber das Aktivierungsniveau anheben und ein konzentrationsförderliches Arbeitsklima schaffen, da das Gehirn besser lernt, wenn es mit Geräuschen stimuliert wird. Probieren sie es aus! Nicht für alle gilt das gleiche