

## **ANNE-FRANK-GYMNASIUM ERDING**

Mathem.-technol. und sprachl. Gymnasium

- Der staatliche Schulpsychologe -



85435 Erding, Heilig Blut 8

Telefon: (0 81 22) 97 76-0

Fax: (0 81 22) 97768040

## **Informationsblätter für Eltern, Lehrkräfte und Schüler/innen**

### **Lernfallen**

Die folgenden Hinweise spiegeln 20 Jahre Beratungserfahrung wider. Denn die Lernprobleme, wegen derer Familien zum Schulpsychologen kommen, lassen sich immer wieder auf ungünstige Lernmethoden zurückführen. Das bezieht sich nicht auf die Lerntechniken, wie sie in entsprechenden Büchern und Kursen vermittelt werden, sondern auf grundlegende Merkmale der Gestaltung von Lernprozessen. Dafür prägte der Autor irgendwann den Ausdruck „Lernfallen“. Es ist ja nicht so, dass Schüler/-innen mit Lernproblemen gar nicht lernen würden – oft genug tun sie es, aber eben in ungünstiger Weise. Das Fatale dabei ist, dass auf diese Weise schnell Demotivation eintritt („Ich habe gelernt, und trotzdem hat es nichts gebracht“), manchmal sogar Angst, wenn man als Kind zu Hause etwas kann (genauer: wenn es scheint, als ob man etwas kann – Näheres dazu siehe unten!), in der Schule bzw. bei einer Prüfung aber plötzlich nicht mehr.

Das Informationsblatt gliedert sich in drei Teile:

- Lernfallen im engeren Sinne
- Lerncheck als Hilfe gegen Fallen
- Fallen bei der Prüfungsvorbereitung

Wenn Ihr Kind unter Lernproblemen leidet, empfehlen wir, dass Sie zunächst einmal (im Sinne der Selbsthilfe!) dieses Blatt gemeinsam studieren und vielleicht auch den Lerncheck durchführen.

### **Lernfallen im engeren Sinne**

#### **Die „Silvester-Falle“**

Zu Silvester fassen viele Menschen gute Vorsätze fürs neue Jahr. „Im nächsten Jahr wird alles anders“, „Ab jetzt lerne ich ganz viel“ ... Für Schüler ist „Silvester“, wenn es Zeugnisse gibt, am Schuljahresanfang oder nach schlechten Noten. Das Spiel ist immer das Gleiche: Ein großer Vorsatz, ein gutes Gefühl dabei – und der Kater, wenn man feststellt: Nichts hat sich geändert.

### **Die Aufschieb-Falle**

Statt sofort anzufangen, gibt es immer etwas, was man mal schnell erledigen könnte: aufräumen (sonst absolut verhasst!), ein bisschen in einer Zeitung schmökern, kurz mal am Computer spielen ... Nachher ärgert man sich zwar, aber schon am nächsten Tag denkt man nicht mehr daran und das Spiel beginnt von neuem.

### **Die Gedanken-Falle.**

Oft halten Gedanken davon ab, Probleme einfach anzupacken. „Das ist alles so schwierig“, „Ich kann es ohnehin nicht“, „Der Marco schafft es auch ohne zu lernen“ usw. Genau besehen stimmt fast keiner dieser Sätze, vor allem nicht für einen selbst. Marco schafft es ohne zu lernen – man selbst aber eben nicht, und das ist die Wirklichkeit. Über diese Ungerechtigkeit des Schicksals kann man sauer sein, aber das ändert nichts. Und selbst wenn das Lernen schwierig ist – wer sagt einem, dass man diese Schwierigkeit nicht packt? Vielleicht muss man andere Wege gehen. Aber daran hindert einen eine andere Haltung: dass man nämlich ein Gewohnheitstier ist, und selbst wenn eine Lern-Gewohnheit nicht zum Erfolg führte, ist sie einem doch lieb und teuer.

## **Lerncheck als Hilfe gegen die Fallen**

Manager sind nicht immer Vorbilder. Aber im Bereich des Arbeitsmanagements kann man von ihnen lernen.

Schlagen Sie die folgende Methode Ihrem Kind vor – aber bestehen Sie nicht darauf, die Ergebnisse vorgelegt zu bekommen. Jugendliche dieses Alters sind da recht empfindlich.

Das Lerntagebuch ist ein gutes Selbstdiagnosemittel. Voraussetzung ist aber gnadenlose Ehrlichkeit. Und so funktioniert es: Man notiert in Tabellenform für jeden Tag und jede schulbezogene Einzelaktivität die genauen (nicht nur ungefähre) Arbeitszeiten, das Fach und in Stichpunkten die Art der Tätigkeit (z.B. Aufgaben gerechnet, Vokabeln gelernt usw.). Außerdem notiert man sich (gnadenlos!) die Aufschiebhandlungen (Was hinderte einen, zu der Uhrzeit zu beginnen, zu der man anfangen wollte?) und die „Konzentrationskiller“ (Was lenkte immer wieder ab – z.B. Gedanken, Handy, äußere Umstände?).

Nach 14 Tagen kann man Bilanz ziehen.

- Man rechnet die Arbeitszeiten pro Tag zusammen. Weniger als 1,5 – 2 Stunden pro Werktag? Dann darf sich kein Schüler wundern, wenn Leistungen schlecht sind. Wichtig ist außerdem die Arbeitszeit in Problemfächern.
- Für die Aufschiebhandlungen und „Konzentrationskiller“, die immer wieder auftauchen, muss man sich Lösungen überlegen.

Allein die Dokumentation des eigenen Lernens hat oft einen therapeutischen Effekt!

Hier noch ein paar konkrete Tipps:

- Manchmal hilft es, die Arbeitszeit und den Arbeitsplatz zu verändern. Warum nicht die Hausaufgaben im Partykeller machen, wenn man dort weniger abgelenkt ist?
- Wenn ein Schüler keinen Sinn in dem sieht, was er lernt, hilft manchmal eine gezielte Beschäftigung mit der Berufswahl. Mit einem bestimmten Beruf vor Augen steht man die Schulzeit leichter durch.

- Manche Schüler taten sich über Jahre sehr leicht. Plötzlich müssten sie nun lernen, sind es jedoch nicht gewohnt. Oft erhoffen sie sich von ein bisschen mehr schon große Erfolge. Natürlich klappt das nicht. Hier sollte der Schüler einen Schritt-für-Schritt-Plan entwickeln, wie er sein Engagement langsam steigert.
- In der Mittelstufe drücken einen oft die Lücken aus vorherigen Jahren. Hier hilft nur ein gezielter Aufbauplan. (Siehe auch das Informationsblatt „Lücken schließen – Selbsthilfe – Nachhilfe“!)
- Keine Scheu vor einem Besuch beim Beratungslehrer oder Schulpsychologen – Sie können oft helfen.

## **Fallen bei der Prüfungsvorbereitung**

### **Die Selbstbetrugsfalle**

Wer nur alte Übungen bearbeitet, wird Opfer von Erinnerungseffekten. Deshalb auch unbekannte Übungen machen, z.B. aus Lernhilfebüchern.

### **Die Zeitfalle**

Oft gibt ein Schüler sich damit zufrieden, einen Stoff zu kapieren. V.a. in Mathematik aber reicht das nicht, man muss auch flott arbeiten können. Tempo-Training in kleinen Schritten betreiben!

#### **Tempo-Training**

Konkret kann das so ausschauen (am Beispiel Mathematik): Nach Phasen der Einführung eines neuen Stoffes, in denen man sich wirklich Zeit lassen muss, um die Aufgabentypen zu verstehen, erfolgen in der Regel im Unterricht und vor allem auch als Hausaufgaben sichernde Übungsphasen. In dieser Zeit sollte das Kind bei einer Aufgabe stoppen, wie lange es braucht (beispielsweise drei Minuten 20 Sekunden). Die nächste Aufgabe desselben Typs und Schwierigkeitsgrades sollte es dann in ein wenig schnellerer Weise (z.B. drei Minuten 10 Sekunden) zu lösen versuchen. So geht es dann in kleinsten Schritten weiter.

Auf diese Weise entwickelt das Kind ein Gespür für die Zeit, ohne dass die Übungen mit Zusatzarbeit verbunden wären und ohne dass ein übergroßer Zeitdruck entsteht, der Stress macht, überfordert und Motivation kostet.

Bei der Schulaufgabenvorbereitung ist es auch wichtig, dass das Kind trainiert, flott zu arbeiten. (Siehe auch das Informationsblatt „Prüfungen effektiv vorbereiten“).

#### **Weitere Ursachen von Tempoproblemen in Mathematik**

Häufig entstehen Tempoprobleme v.a. in der Unterstufe dadurch, dass ein Kind schlecht im Kopf rechnen kann, grundlegende mathematische Rechenprozeduren (z.B. das schriftliche Multiplizieren oder Dividieren) oder das Einmaleins nicht beherrscht. Wer z.B. bei Brüchen kürzen soll, tut sich schwer, wenn ihm nicht klar ist, dass 63 ein Vielfaches von 7 oder 9 ist. Sollten Sie den Eindruck haben, Ihr Kind habe hier Defizite, üben Sie mit ihm Kopfrechnen und das Einmaleins. Das kann man oft in spaßiger Weise während einer langweiligen Autofahrt machen. Nebenbei ist es auch ein Gehirnjogging für den Erwachsenen. Bei Einmaleins-Problemen sollte das Kind sich ein Einmaleins nach dem anderen erobern. Nicht alles gleichzeitig angehen!

### **Die Anschau-Falle**

Wer Stoff und Aufgaben nur anschaut, dem kommt alles verständlich vor. Ob man den Stoff beherrscht, weiß man erst durch Anwendung von Regeln, Rechnen von Aufgaben oder indem man ihn anderen erklärt.

**Die Ziellosigkeitsfalle**

Wer Fremdsprachenprüfungen vorbereitet, indem er nur die Grammatik und Vokabeln wiederholt, übersieht, dass z.B. eine Übersetzung zu machen mehr verlangt als Grammatik- und Vokabelkenntnisse! Also gezielt Aufgabentypen vorbereiten.

**Die „Zu-spät-zu-viel“-Falle**

Alles, was man nach einer Stunde lernt, speichert man nicht mehr. Zehn Tage je eine halbe Stunde zu lernen bringt mehr.

© Alexander Geist 2009  
Alle Rechte vorbehalten.