



Warum überhaupt?

Rolle der Eltern

Unterstützungs-
angebote der
Schule

Lerndiagnose

Lern- und Arbeitsverhalten
in der Mittelstufe



Warum sinkt die Lernmotivation in der Mittelstufe?



Entwicklungsaufgaben der Pubertät:

- Akzeptanz der eigenen Geschlechterrolle
- Akzeptanz der Veränderungen des Körpers
- Erste Ablösungsprozesse von den Eltern
- Zuwendung zu und Behauptung in sozialen Cliques → Meinung der Freunde wird immer wichtiger
- Kognitive Reifung und Auseinandersetzung mit zentralen Fragen (Sinn des Lebens, Identitätssuche und -entwicklung: „Wer bin ich?“)



Warum sinkt die Lernmotivation in der Mittelstufe?



Weitere Entwicklungsaufgaben der Pubertät:

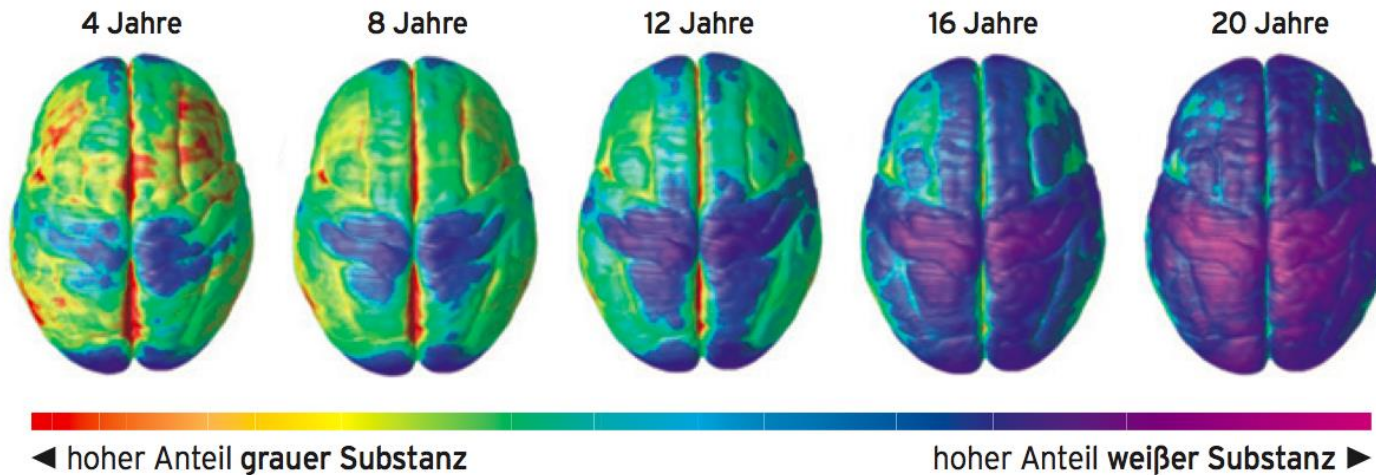
- Körperliche, sexuelle und geistige Entwicklung: riesige Umbauarbeiten im Körper
 - Nicht gleichmäßig, sondern schubweise und oft sehr unterschiedlich (z.B. gleichzeitig Stimmbruch und kindisches Verhalten)
 - „Das Gehirn als Großbaustelle“: Umbau ganzer Gehirnregionen, Neustrukturierung der „Schaltkreise“
- *„Aus einem dichten Netz von Feldwegen wird ein hocheffizientes System von Bundesstraßen und Autobahnen“*



Ein Blick ins Gehirn



MRT-Aufnahme des Gehirns



Das Gehirn gewinnt mehr Effizienz: Es bildet in der Kindheit Nervenzellen und Verschaltungen (graue Substanz). Diese graue Substanz wird ab etwa dem 12. Lebensjahr auf Nützlichkeit geprüft. Kaum genutzte Nervenverbindungen sterben ab, der Anteil grauer Substanz sinkt. Zugleich steigt der Anteil weißer Substanz. Die Impulse der verbleibenden Hirnzellen werden jetzt schneller und zuverlässiger weitergeleitet.

„weiße“ Zellen: mit Myelin (Fettmantel) um die Nervenzellen
→ können schneller und umfangreicher Informationen übertragen
(vgl. gut abgeschirmtes Kabel ist weniger stör anfällig)



Folgen der Großbaustelle Gehirn



- Zeitweise „Fehlreaktionen“ der Nervenverbindungen:
 - **Kurzzeitiger Rückgang in der Fähigkeit, Mimik und Gestik des Gegenübers richtig zu entschlüsseln**
 - → unsichere bzw. falsche Reaktion aufgrund falscher Interpretation des Gegenübers
 - Dies erschwert Kontaktaufnahme und Gespräche

Impulsive und unberechenbare Verhaltensweisen

Der präfrontale Kortex (zuständig für die Impulssteuerung) wird umgebaut; Areale, die bei riskanten Entscheidungsfindungen mit aktiv sind, reifen spät

- → **Selbstüberschätzung und fehlendes Risikobewusstsein**
- auch bei Lernen und Leistung: z.B. Priorität auf Freunde statt auf Vorbereitung für Schulaufgaben trotz Versetzungsgefährdung



Folgen der Großbaustelle Gehirn



- Unterschiedliche Entwicklung der Gehirnregionen
 - Rasche Entwicklung des limbischen Systems (zuständig für Belohnungen und Gefühle) vs. Frontalhirn
 - z.B. Belohnung beim Computerspielen mit Freunden tritt schneller ein als negative Folgen einer missglückten Schulaufgabe
- Ebenfalls Umbau der „Andockstellen“ für den Botenstoff Dopamin (wichtig für Glücksgefühle)
 - Suche nach „**Dopamin-Kick**“: Austesten eigener Grenzen und denen der Umwelt
 - Am besten gemeinsam mit Freunden: Steigerung der Aktivität des Belohnungszentrums



Schlussfolgerungen: Chancen und Risiken



- Große **Plastizität** (Umbau neuronaler Strukturen in Abhängigkeit von ihrer Verwendung) des Gehirns von Jugendlichen
- Umwelteinflüsse wirken sich besonders prägend auf Funktionsweise und Architektur des Gehirns aus



Chancen für
Bildung und
Erziehung

Risiko für
schädliche
Umwelteinflüsse





„Der Mensch erlebt das, was ihm
zukommt, nur in der Jugend in
seiner ganzen Schärfe und Frische
(...). Davon zehrt er sein Leben
lang.“

(Herrmann Hesse)



Was können Sie als Eltern tun?



- Bewahren Sie Ruhe, Gelassenheit und Zuversicht.
- Treten Sie in Ihrer Rolle als Eltern auf und nicht in der des besten Kumpels.
- Setzen Sie klare Grenzen, bieten Sie Reibungs- und Abgrenzungsmöglichkeiten.
- Schützen Sie vor Gefahren.
- **Jugendliche sind keine Erwachsene!** Sie brauchen auf dem Weg zur Selbstständigkeit Orientierung und Stütze.





Was können Sie als Eltern tun?



In Bezug auf schulische Belange:

- Loben Sie den Arbeitseinsatz und nicht das Resultat
- Unterstützen Sie Ihr Kind auch in der Mittelstufe weiterhin in schulischen Belangen
 - Zeigen Sie Interesse an den Unterrichtsinhalten → Führen Sie täglich ein kurzes Gespräch mit Ihrem Kind über seinen Schultag
 - Achten Sie auf die Erledigung der Hausaufgaben
 - Achten Sie auf die Heftführung
 - Erstellen Sie gemeinsam einen Lernplan, wenn Schulaufgaben anstehen
 - Scheuen Sie sich nicht, die vielseitigen schulischen Ansprechpartner in Anspruch zu nehmen



Unterstützungsangebote des Ernestinum Gymnasiums





Das sollten Sie als Eltern auf keinen Fall tun!

- Sie helfen unaufgefordert, ohne sicher zu sein, dass Ihr Kind überhaupt Hilfe braucht oder übernehmen die Hausaufgaben für Ihr Kind.
- Geben Sie **Hilfe zur Selbsthilfe** und fördern Sie die **Selbstorganisation und Eigeninitiative** Ihres Kindes.
- Sie erklären grundsätzlich den Unterrichtsstoff nochmals zuhause.
- Somit sieht Ihr Kind keine Notwendigkeit mehr, im Unterricht aufzupassen und den Lehrer zu fragen, wenn es etwas nicht verstanden hat.







Hilfreiche Fragen für eine Lerndiagnose

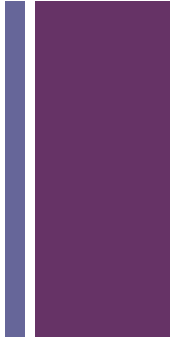


In Bezug auf Schulaufgaben:

- Trägst du dir Schulaufgabentermine in einen Kalender ein?
- Weißt du, welcher Lernstoff bei der Schulaufgabe abgefragt wird?
- Kennst du die Aufgabenart(en), wie der Lernstoff abgefragt wird?
- Wann fängst du mit der Schulaufgabenvorbereitung an?
- Wie teilst du dir den Lernstoff in der Vorbereitung ein?



Hilfreiche Fragen für eine Lerndiagnose



In Bezug auf Schulaufgaben:

- Trägst du dir Schulaufgabentermine in einen Kalender ein?
- Weißt du, welcher Lernstoff bei der Schulaufgabe abgefragt wird?
- Kennst du die Aufgabenart(en), wie der Lernstoff abgefragt wird?
- Wann fängst du mit der Schulaufgabenvorbereitung an?
- Wie teilst du dir den Lernstoff in der Vorbereitung ein?



4-Tage-Plan zur Vorbereitung auf Klassenarbeiten



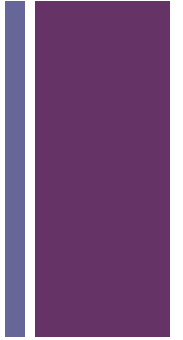
1. Tag	2. Tag	3. Tag	4. Tag
<p>Überblick verschaffen! Was muss ich können? Wo kann ich das nachlesen? Wo muss ich noch (für mich "Neues") lernen und üben?</p> <p>Beginnen zu lernen!</p>	<p>Lernmenge (z.B. Anwendung gelernter Stoff)</p> <p>Gezielt lernen!</p> <p>Auf Schwachstellen konzentrieren!</p> <p>Nicht überlernen!</p>	<p>Gemeinsam mit Klassenkameraden üben, sich Fragen stellen und gegenseitig erklären!</p> <p>Klassenarbeit selbst erstellen oder alte zur Vorbereitung bearbeiten!</p>	<p>= Tag vor der Klassenarbeit</p> <p>Den gesamten Stoff konzentriert wiederholen!</p> <p><u>Nichts Neues mehr lernen</u> und nicht bis zur letzten Minute arbeiten!</p> <p>Das Gefühl von Sicherheit schaffen!</p>

Extra-Tipp!
Schlaue besorgen sich rechtzeitig alte Klassenarbeiten zum jeweiligen Thema!

Extra-Tipp!
Spickzettel erstellen!
Von DIN A2 auf DIN A7 verkleinern



Hilfreiche Fragen für eine Lerndiagnose



In Bezug auf Hausaufgaben:

- Notierst du dir deine Hausaufgaben in ein Hausaufgabenheft?
- Erledigst du deine Hausaufgaben regelmäßig?
- Wann erledigst du deine Hausaufgaben? In welcher Reihenfolge?
Mit welchen Hausaufgaben fängst du an?
- Wo erledigst du deine Hausaufgaben? (Ruhe? Licht? Ablenkung?)
- Machst du eine Pause, wenn deine Konzentration nachlässt? Welche Art von Pause?

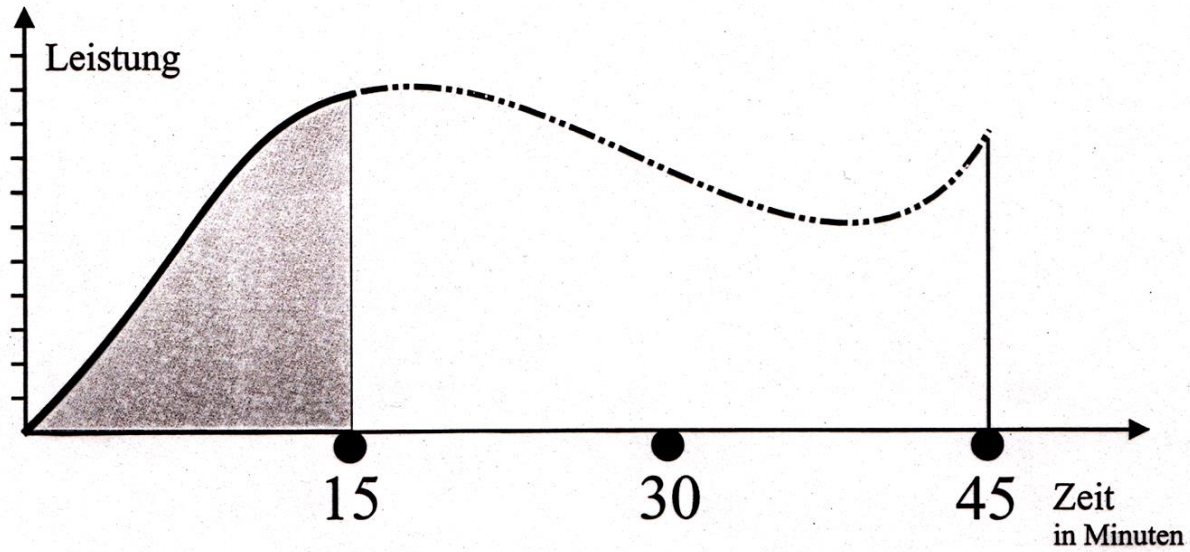
8 Tipps zur Hausaufgabenplanung

- 👍 **Bevor Du anfängst:**
Hast Du alles, was Du brauchst? (Buch, Schreibzeug, Heft, ...)
Ist alles außer Reichweite, was Du nicht brauchst? (Spielsachen, Diskman, Game Boy, ...)
Hast Du genügend Ruhe zum Arbeiten? Sind Radio, CD-Player, Fernseher aus? Wird Dich in der nächsten Zeit **niemand** stören?
- 👍 **Beim Lernen brauchst Du eine "Anwärmzeit", d. h. Du musst Dich auf das Lernen einstellen und von dem lösen, was Du vorher gemacht hast.**
→ Entspannungsübung (z. B. 10 mal tief und bewußt ein- und ausatmen)
- 👍 **Unterteile Dir Deine Lern- und Hausaufgaben in kleine Portionen!**
- 👍 **Setze Dir Zeitgrenzen!**
Wie lang wirst Du wohl für jede Aufgabe brauchen?
- 👍 **Beginne mit etwas Dringendem aber Angenehmem, das Du in relativ kurzer Zeit und ohne allzu große Mühe bewältigen kannst!**
Danach solltest Du das Unangenehmste hinter Dich bringen.
- 👍 **Sorge für Abwechslung!**
→ mündlich, schriftlich, mündlich, schriftlich
→ keine ähnlichen Fächer hintereinander
- 👍 **Plane sinnvolle Pausen ein:**
Nach 20-30 Minuten konzentrierter Arbeit: 5 Minuten Pause!
- 👍 **Tu Dir selbst was Gutes, wenn Du Deine Hausaufgaben vollständig und sorgfältig erledigt hast! Du hast jetzt wirklich frei!**



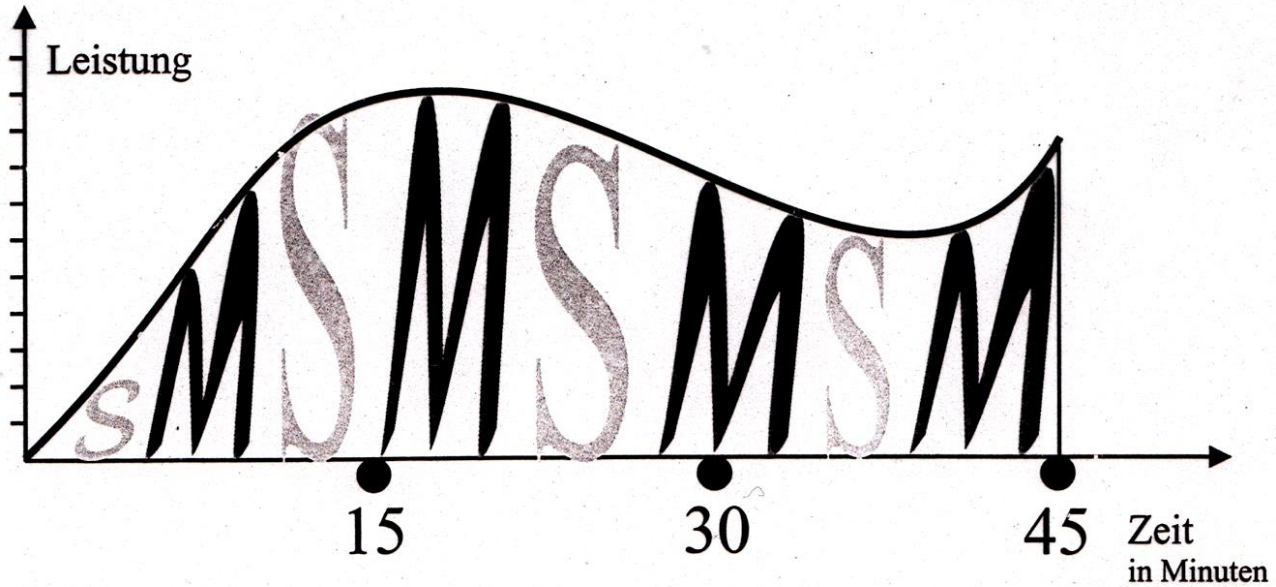


Der Lerneinstieg





S-M-S- Modell

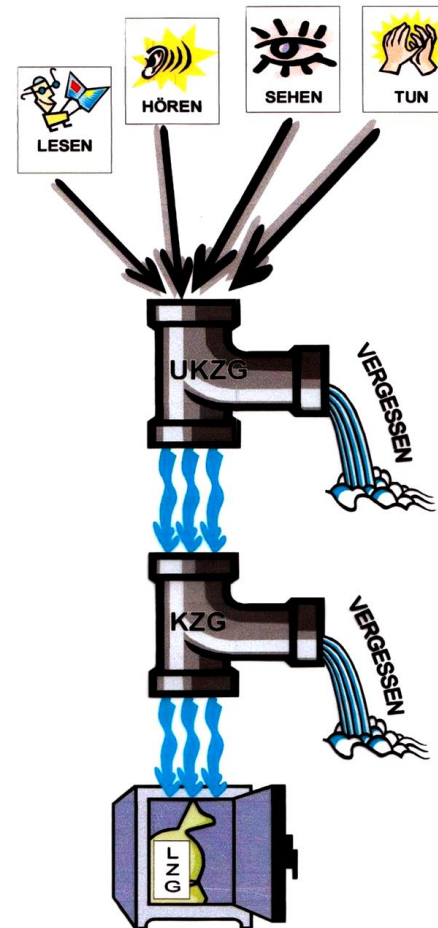




Hilfreiche Fragen für eine Lerndiagnose

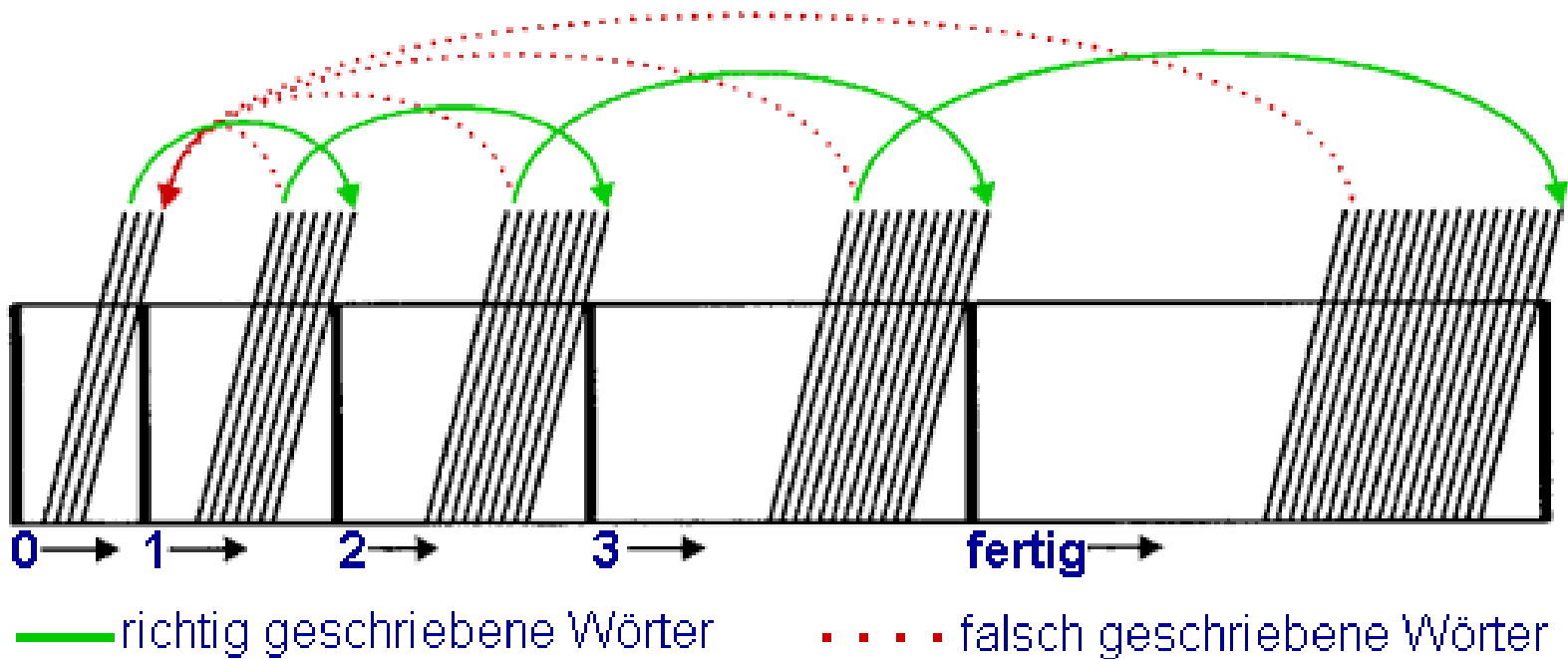
In Bezug auf das Lern- und Arbeitsverhalten:

- Lernst du zu festen Zeiten?
- Wie lernst du Vokabeln?
Wiederholung? (*Gehirnregionen müssen regelmäßig aktiviert werden, damit sich Autobahnen bilden können bzw. bis der Lernstoff in den Tresor LZG kommt und da auch zugänglich ist*)



+ Bsp. Lernkartei zum Vokabellernen

So wandern die Wörter





Hilfreiche Fragen für eine Lerndiagnose

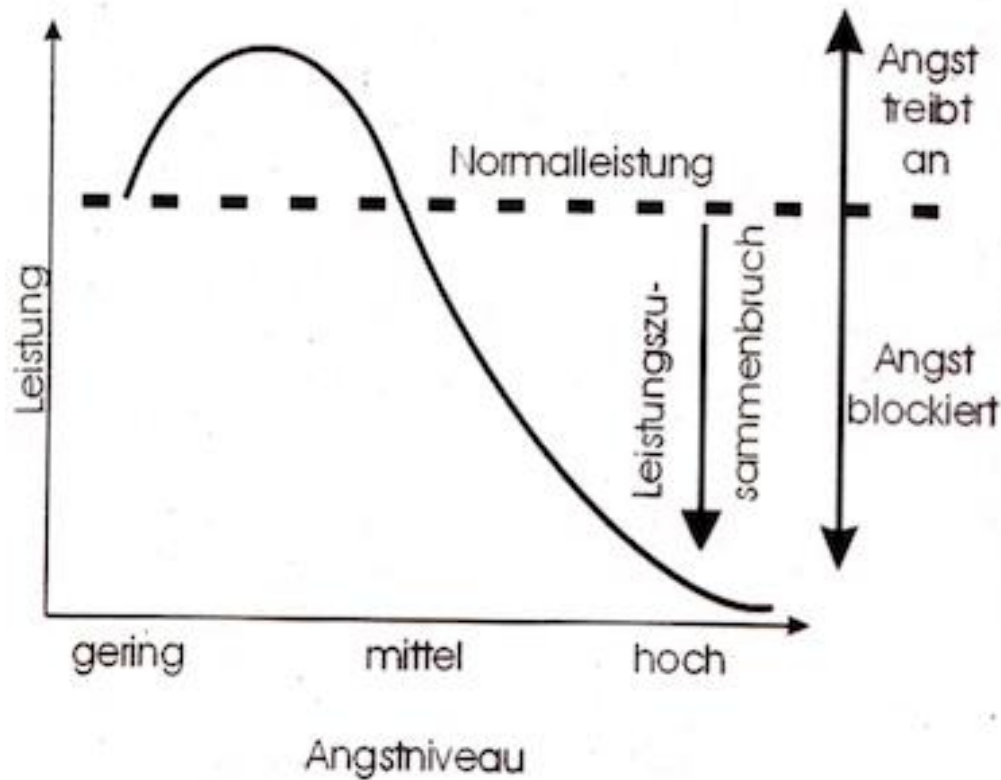


- **Wie lernst** du Texte/ Hefteinträge etc.?
 - Unterstreichst du dir das Wichtigste mit Textmarkern?
 - Machst du dir Randbemerkungen?
 - Gliederst du den Text?
 - Schreibst du dir das Wichtigste heraus?
 - Lernst du „mehrkanalig“? (Sehen, Hören, Sprechen, Schreiben, Handeln)

- Welche **Gedanken** begleiten dich beim Lernen/ in Schulaufgaben? (sich wie Spitzensportlern motivierende Autosuggestionen aneignen, um Ängste zu reduzieren und Selbstbewusstsein zu stärken)

+

Zusammenhang von Angst und Leistung





Fördermöglichkeiten bei Motivationsschwierigkeiten



1. Grenzen setzen

- Taschengeldbeträge
- Ess- und Trinkkonsum
- Geschenke
- Medienkonsum

2. Zur Selbständigkeit erziehen

- Oberstes Prinzip: Was ein Kind selbst tun kann, soll ihm nicht genommen werden!
- Qualitätskontrolle der (selbstständig erledigten) Hausaufgabe

3. Positive Verstärkung

- dem Alter, Verhalten und Persönlichkeit angemessen
- Anwendung in Intervallen
- Unmittelbarkeit der Verstärkung



Fördermöglichkeiten bei Motivationsschwierigkeiten



4. Konstruktive Kritik

- Kritik auf Fehlverhalten, nicht auf Person richten
- Wenn konstruktive Kritik nichts ändert: Annehmlichkeiten (z. B. Taschengeld) reduzieren bzw. entziehen

5. Ermutigung

- Wenn Kind in einer Misserfolgs-Serie steckt, muss jeder Kommentar sorgfältig überlegt werden
- Auch für kleinste Erfolge loben und Mutmachen

6. Tätigkeiten anbieten (Passivität vermeiden)

- Aktivitätsspielzeug
- Sport
- Miteinbeziehung in häusliche Pflichten
- u. v. a.

+ Buchtipps



- Crone, Eveline (2011): Das pubertierende Gehirn. Wie Kinder erwachsen werden. Droemer.
- Kling, Angela/ Spethmann Eckhard (2010): Pubertät. Der Ratgeber für Eltern. Mit 10 goldenen Regeln durch alle Phasen der Pubertät. Humboldt Verlag.
- Rogge, Jan-Uwe (2012): Pubertät. Loslassen und Haltgeben. Rowohlt.
- Spitzer, Manfred/ Herschkowitz Norbert (2009): Pubertät ist, wenn Eltern seltsam werden. Galila Hörbücher.



† Einen guten, gemeinsamen Weg durch die Pubertät und eine schöne Zeit am Ernestinum

**Herzlichen Dank für Ihre
Aufmerksamkeit!**