

Newsletter 3: Motivation aufbauen

Wenn Menschen und v.a. Kinder vor einer Tätigkeit stehen, die sie als interessant, wichtig oder angenehm bewerten, gehen sie von sich aus (intrinsisch) motiviert an sie heran. In diesem Fall sind sie imstande, sich lange Zeit damit zu beschäftigen, arbeiten mit Freude und lassen sich dabei nicht ablenken. Lernen gelingt vor allem, wenn folgende Grundbedürfnisse beim Kind erfüllt sind:

- Gute Bindung und Beziehung zu den Eltern bleiben erhalten.
- Stärken und Fähigkeiten des Kindes werden gesehen und anerkannt.
- Lernen wird als angenehme Tätigkeit erfahren.
- Kontrolle und Kompetenz werden erlebt.

Bei schulischen Aufgaben ist das nicht immer so. Interesse, Neugier und die Lust, sich damit zu beschäftigen, sind manchmal nicht vorhanden bzw. die Grundbedürfnisse sind nicht erfüllt. In diesem Fall können folgende Anregungen hilfreich sein:

Tipp 1: Gute Beziehung zwischen Eltern und Kindern stärken

- Interesse für die schulischen Inhalte und das Lernen zeigen
- Für ein gutes Lernklima sorgen - möglichst ohne Nörgeln und Schimpfen
- Zutrauen zeigen: „Du schaffst das!“
- Freude über die Fortschritte des Kindes aussprechen
- Dem Kind den Rücken stärken, wenn es grad schwierig ist
- Verständnis für die Unlust und die Zweifel des Kindes zeigen und trotzdem konsequent bleiben

Lernen erfolgt immer über Beziehung.

Tipp 2: Das Positive sehen

- Den Blick auf die Stärken und persönlichen Fortschritte des Kindes richten
- Das Bemühen des Kindes würdigen
- Das Kind für das loben, was es selbst erreicht hat, auch wenn es nur kleine Fortschritte sind
- Wo möglich, dem Kind Mitsprache und Entscheidungen zugestehen

5:1 Regel: Es braucht fünf positive Rückmeldungen, um eine negative Äußerung aufzuwiegen.

Tipp 3: Lernen als angenehme Tätigkeit erfahren

- Fortschritte im schulischen Können führen zu höherem Wohlbefinden
- Schulisches Lernen und Arbeiten kann auch Spaß machen
- Dem Kind eine gemeinsame Aktivität nach erfolgter Arbeit in Aussicht stellen
- Bei Unmut und Streit die Situation verlassen und erst gemeinsam weitermachen, wenn Ruhe eingekehrt ist

Unmut und Widerstand ins Leere laufen lassen.

Tipp 4: Das Können des Kindes stärken

- Eigene Erwartungen an die Fähigkeiten und die Möglichkeiten des Kindes anpassen
- Dem Lernen einen Sinn geben
- Hilfe nur dann anbieten, wenn das Kind selbst nicht mehr weiterkommt
- Mit dem Kind gemeinsam (aber nicht für es) ungeliebte Aufgaben machen
- Kontrolle in kleinen Schritten an das Kind abgeben

Ich kann das und schaffe es! Erfolge erhöhen das Selbstvertrauen und somit die Motivation.

Hilfreicher Link: <https://www.mit-kindern-lernen.ch/mehr-informationen/onlinekurs-gmit-kindern-lernenq>