

# **Hausaufgaben: Ein Kampf, der nicht sein muss**

Mag. Sandra Velásquez, Klinische- und Gesundheitspsychologin

Eine häufige Stressquelle zwischen Kindern und ihren Eltern sind die Hausaufgaben. Oft sammeln sich Aggressionen und Frustrationen, die die Beziehung mit den Kindern belasten. Dieser Machtkampf könnte auch symptomatisch für andere tiefer liegende „Beziehungsknoten“ zwischen Eltern und Kind sein.

Noch mehr als lediglich für die Noten zu arbeiten, sollten die Hausaufgaben dem Kind dazu helfen, Verantwortung in seinem Leben aufzubauen.

Hier finden Sie einige allgemeine Anregungen, die Ihnen helfen können, den Hausaufgabenstress zu erleichtern bzw. zu vermeiden:

## **Ihr Kind muss begreifen, wie wichtig die Schule für sein Leben ist.**

Das kann nur passieren, wenn Sie der Schule die nötige Wichtigkeit geben. Einige Beispiele, die Ihrem Kind signalisieren: Sorgen Sie dafür, dass das Kind früh genug aufsteht, damit es rechtzeitig in der Schule ankommt. Die Freizeitplanung der Familie darf nicht auf Kosten der Zeit, die für die Erledigung der Hausaufgaben notwendig ist, gehen.

Falls Sie selbst schlechte Erfahrungen mit der Schule hatten, bedenken Sie, dass ihr Kind nicht Sie ist und dass es (am Besten mit Ihrer Hilfe) eine bessere Erfahrung machen kann. D.h. bleiben Sie achtsam, um negative und abwertende Pauschalkommentare über Schule und / oder Lehrer zu vermeiden. Eltern können systemkritisch bleiben, ohne dass sie ihren Kindern die Lust auf Bildung verderben!!

## **Organisieren Sie eine fixe Zeit in Ihrer Tagesplanung für die Hausaufgaben.**

Die beste Tageszeit hierfür ist von Familie zu Familie verschieden und hängt auch vom Alter des Kindes ab. „Zuerst die Arbeit und dann das Vergnügen“ ist ein gutes Prinzip. Es gibt jedoch Kinder, die sich besser konzentrieren können, wenn sie vor den Hausaufgaben ein wenig gespielt haben und somit den Übergang vom Spaß zum Pflicht gut schaffen. Wenn eine außerschulische Aktivität die notwendige Energie für die Hausaufgaben raubt, muss diese auf einen besseren Zeitpunkt verschoben werden. Schule ist eine der Prioritäten in der Erziehungsagenda!

## **Reservieren Sie einen bestimmten Platz für die Schulaufgaben.**

Der Ort, an dem Hausaufgaben gemacht werden, soll hell, ruhig und groß genug sein. Auch Küchentisch oder der Tisch im Wohnzimmer sind geeignet, solange allen klar ist, dass diese in bestimmten Tageszeiten für das Kind reserviert sind, damit es seine Aufgaben in Ruhe erledigen kann. Eine attraktive Schreibunterlage kann ein wenig helfen, die Atmosphäre freundlicher zu gestalten.

## **Entfernen Sie Ablenkungsquellen.**

Wenn Sie oder jemand anderes in der Nähe eines arbeitenden Kindes fernsieht, blödeln oder Musik hört, „sabotiert“ es damit die Motivation des Kindes, die Hausaufgaben komplett, rechtzeitig und ordentlich zu erledigen. Wenn Sie einen schreienden Säugling haben oder Ihre anderen Kinder nicht bändigen können, müssen Sie trotzdem für einen Platz sorgen, an

dem die Hausaufgaben erledigt werden können. Nette Nachbarn oder Freunde könnten eine Möglichkeit sein.

### **Sorgen Sie dafür, dass Ihr Kind alles hat, um seine Hausaufgaben zu erledigen.**

Wörterbücher, komplette Farbstifte in brauchbarer Länge oder Spitzer usw. sollten vorhanden sein. Wenn Ihr Kind einen Computer für die Hausaufgaben braucht und Sie über keinen verfügen, vernetzen Sie sich z.B. mit anderen Eltern in der Schule. Vielleicht kann Ihr Kind gemeinsam mit einem Schulkollegen diese Aufgaben erledigen. Internetkaffee oder eine Stadtbücherei sind auch Optionen, die - unter Ihrer Führung – Ihrem Kind zu einem verantwortungsvollen Umgang mit dem Internet verhelfen können.

### **Seien Sie ein gutes Beispiel.**

Kinder werden an Büchern interessiert, wenn Sie ihnen Bücher vorlesen oder selbst am Lesen interessiert sind. Involvierem Sie Ihr Kind, wenn Sie Dinge tun, die Ihre Sorgfalt und Disziplin erfordern, wenn Sie beispielsweise am Computer eine Präsentation erstellen oder ähnliches. Wenn Sie eine Aufgabe mit Erfolg abschließen, teilen Sie diese Freude mit Ihrem Kind. Somit erlebt es die positiven Auswirkungen einer gut geleisteten Arbeit.

### **Bleiben Sie präsent und informieren Sie sich.**

Versichern Sie sich, ob die Hausaufgaben komplett und ordentlich gemacht wurden. Je nach Alter braucht Ihr Kind Hilfe, Führung oder Begleitung. Achten Sie darauf, was Ihr Kind gut macht und sagen Sie es ihm!

Bleiben Sie im Kontakt mit den Lehrern:

- ⇒ In welchem Format sollen die Hausaufgaben abgegeben werden?
- ⇒ Wie lange darf das Kind für die Hausaufgaben brauchen?
- ⇒ Welche Intensität der Unterstützung Ihrerseits wird vom Lehrer empfohlen?

Machen Sie die Hausaufgaben nicht für Ihr Kind (Sie verhalten sich unehrlich, und Ihr Kind hat außerdem nichts gelernt).

Im Fall, dass Ihr Kind eine Lernstörung hat, ist es wesentlich, dass es in der Schule Unterstützung findet.

### **Wenn wiederholt Streitereien wegen der Hausaufgaben außer Kontrolle geraten, ist fachliche Unterstützung notwendig.**

### **Es gibt zahlreiche Ressourcen in der Gesellschaft, auf die Sie zugreifen können.**

[Sie sind nicht allein!](#)