

LERN- UND ARBEITSVERHALTEN IN DER MITTELSTUFE



WARUM SINKT DIE MOTIVATION ZU LERNEN IN DER MITTELSTUFE?

Entwicklungsaufgaben der Pubertät:

- Akzeptanz der Veränderungen des Körpers
- Übernahme der eigenen Geschlechterrolle
- Erste Ablösungsprozesse von den Eltern
- Zuwendung und Behauptung in sozialen Gruppen
- Auseinandersetzung mit zentralen Fragen (Identität!)
- Kognitive Reifung



WARUM SINKT DIE MOTIVATION ZU LERNEN IN DER MITTELSTUFE?

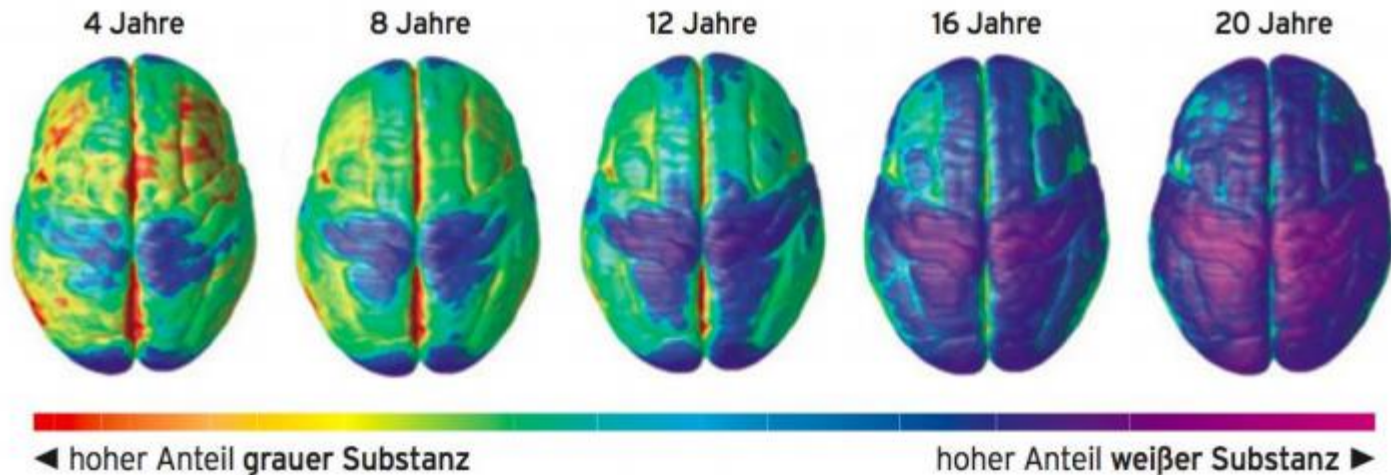
Entwicklungsaufgaben der Pubertät:

- Körperliche und geistige Entwicklung in der Regel nicht gleichmäßig, sondern schubweise und oft unterschiedlich
- „Gehirn als Großbaustelle“
 - Verknüpfungen zwischen Gehirnregionen
 - Weitere Ausbildung von Gehirnregionen
 - Auswirkungen auf die Hormonproduktion



WARUM SINKT DIE MOTIVATION ZU LERNEN IN DER MITTELSTUFE?

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.

→ „aus einem dichten Netz von Feldwegen wird ein hocheffizientes System von Bundesstraßen und Autobahnen“

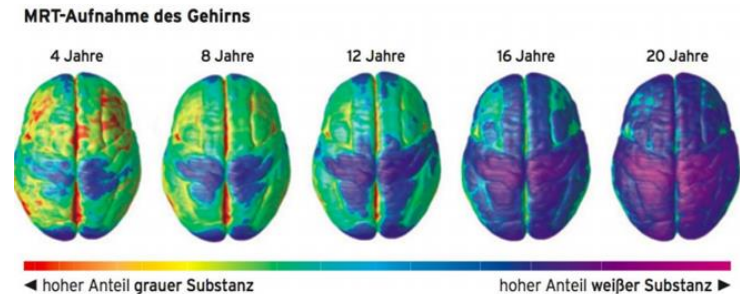
→ Reifung des Gehirns erfolgt von hinten nach vorne



WARUM SINKT DIE MOTIVATION ZU LERNEN IN DER MITTELSTUFE?

Präfrontaler Cortex wird mit als letzter umgebaut

- Kontrollzentrum
- Auswahl der richtigen Handlungsalternativen
- Zuständig für Motivation und Handlungsaufnahme
- Reguliert emotionale Prozesse



→ Rückgriff auf die Amygdala

- Zuständig für Gefühle (insb. Wut und Angst)



WARUM SINKT DIE MOTIVATION ZU LERNEN IN DER MITTELSTUFE?

- Belohnungssystem und Dopamin-Ausschüttung
 - Jugendliche auf der Suche nach dem „Kick“
- Verspätete Melanin-Ausschüttung
- „Fehlreaktionen“ der Nervenverbindungen
 - Zeitweise Rückgang in der Fähigkeit, Mimik und Gestik des Gegenübers zu entschlüsseln
 - Erschwerte Kontaktaufnahme und Gespräche



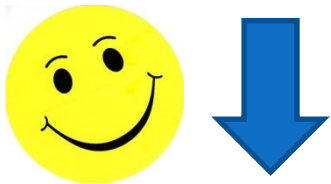
MÖGLICHE FOLGEN DER „GROßBAUSTELLE GEHIRN“

- Impulsive und unberechenbare Verhaltensweisen
- Selbstüberschätzung und fehlendes Risikobewusstsein
- Verringerung der Motivation



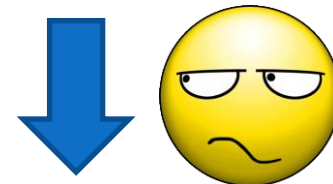
CHANCEN UND RISIKEN

Große **Plastizität** des
Gehirns



Chance für Bildung
und Erziehung

Umwelteinflüsse wirken
sich **besonders prägend**
auf Funktionsweise und
Architektur des Gehirns
aus



Risiko für schädliche
Umwelteinflüsse



Wenn Kinder älter werden (in die Pubertät kommen), brauchen sie Sparringspartner - ein Gegenüber, das maximalen Widerstand leistet und minimalen Schaden anrichtet.

(Jesper Juul,
Erziehungstherapeut)



WAS KÖNNEN SIE ALS ELTERN TUN?

- Bewahren Sie Ruhe und bleiben Sie geduldig und zuversichtlich.
- Setzen Sie klare Grenzen.
- Bleiben Sie in Ihrer Elternrolle und werden Sie nicht zum besten Kumpel.
- Schützen Sie vor Gefahren.



Jugendliche brauchen auf dem Weg zur Selbstständigkeit Orientierung und Stützen, denn sie sind noch keine Erwachsenen!



DAS KÖNNEN SIE ALS ELTERN IN BEZUG AUF SCHULISCHE BELANGE TUN

- Zeigen Sie Interesse an den Unterrichtsinhalten.
 - Führen Sie täglich ein kurzes Gespräch mit Ihrem Kind über seinen Schultag.
- Unterstützen Sie Ihr Kind auch in der Mittelstufe weiterhin in schulischen Belangen.
 - Achten Sie auf die Erledigung der Hausaufgaben.
 - Achten Sie auf die Heftführung.
 - Erstellen Sie gemeinsam einen Lernplan zur Vorbereitung auf eine Schulaufgabe.
 - Scheuen Sie sich nicht, die vielseitigen schulischen Ansprechpartner/Angebote am Ernestinum in Anspruch zu nehmen (z.B. individuelles Coaching).



UNTERSTÜTZUNGSANGEBOTE DES ERNESTINUMS

Individuelles
Coaching

Schulsozial-
pädagogen

Klassen-
lehrer

Nachhilfe-
börse

Beratungs-
lehrer

Mittelstufen-
betreuer

Schul-
psychologen



DAS KÖNNEN SIE ALS ELTERN IN BEZUG AUF SCHULISCHE BELANGE TUN

- Loben Sie den Arbeitseinsatz, nicht das Resultat.
 - Weniger Tadel, Sanktionen
 - mehr Lob an geeigneter Stelle
- Prinzip der **positiven Verstärkung**



DAS SOLLTEN SIE ALS ELTERN VERMEIDEN!

- Sie erklären grundsätzlich den Unterrichtsstoff nochmals zuhause.
- 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.



HÄUFIGE PROBLEMBEREICHE

- Arbeitsplatzgestaltung
- Lernverhalten und Arbeitsverhalten
- Motivationsprobleme



HÄUFIGE PROBLEMBEREICHE

- Arbeitsplatzgestaltung
 - Ungestört
 - Keine Ablenkung
 - Handy!!!



HÄUFIGE PROBLEMBEREICHE

- Lernverhalten und Arbeitsverhalten
 - Wie?
 - Struktur?
 - Wann?



HILFREICHE FRAGEN 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?
- Wo erledigst du deine Hausaufgaben?
- Machst du eine Pause, wenn deine Konzentration nachlässt?



TIPPS ZUR HAUSAUFGABENPLANUNG

- Suche dir einen ruhigen **Arbeitsplatz**.
- Sorge dafür, dass du alle nötigen **Materialien** griffbereit hast.
- Unterteile dir deine Lern- und Hausaufgaben in kleine **Portionen**.
- Setze dir **Zeitgrenzen**.
- **Beginne** mit etwas **Dringendem, aber Angenehmen**.
- Sorge für **Abwechslung**.
- Plane **Pausen** ein (nach 20 - 30 Minuten ca. 5 Minuten).
- **Belohne** dich, nachdem du deine Hausaufgaben sorgfältig und vollständig erledigt hast.



HILFREICHE FRAGEN IN BEZUG AUF SCHULAUFGABENVORBEREITUNG

- Wann schreibst du Schulaufgabe und wo notierst du diese Termine?
- Weißt du, welcher Lernstoff abgefragt wird?
- Kennst du die Aufgabenart(en), wie der Lernstoff abgefragt wird?
- Wann fängst du mit der Prüfungsvorbereitung an?
- Wie teilst du dir den Lernstoff in der Vorbereitung ein?



HÄUFIGE PROBLEMBEREICHE

- Motivationsprobleme



VERBESSERUNG DER MOTIVATION

- Gefühle und Gedanken beeinflussen das Verhalten

Will ich das überhaupt?

- ❖ Welches Ziel will ich erreichen?
- ❖ Bin ich bereit mich anzustrengen?
- ❖ Interessiert mich das?

Kann ich das überhaupt?

- ❖ **Kognitiv**
- ❖ **Persönlichkeit** (z.B. Selbstzweifel, Belastbarkeit)
- ❖ **Rahmenbedingungen**

Ja

**I. Vergegenwärtigen
bewältigter Krisen**

**II. Imagination des
Fernziels**

**III. Menschen, die für
mich Zugkraft haben**

Nein → Schulwechsel?



Als ich 14 Jahre alt war, war mein Vater für mich so dumm, dass ich ihn kaum ertragen konnte.

Aber als ich 21 wurde, war ich doch erstaunt, wie viel der alte Mann in sieben Jahren dazu gelernt hatte.

(Mark Twain)



Ich wünsche Ihnen einen guten,
gemeinsamen Weg durch die
Phase der Pubertät!

Herzlichen Dank für Ihre
Aufmerksamkeit!



LITERATURTIPPS

Largo, R. & Czernin, M. (2013). *Jugendjahre – Kinder durch die Pubertät begleiten*. Piper Verlag.

Crone, E. (2011). *Das pubertierende Gehirn. Wie Kinder erwachsen werden*. Droemer.

Kling, A. & Spethmann, E. (2010). *Pubertät. Der Ratgeber für Eltern. Mit 10 goldenen Regeln durch alle Phasen der Pubertät*. Humboldt Verlag.

Rogge, J.-U. (2012). *Pubertät. Loslassen und Haltgeben*. Rowohlt.

Spitzer, M. & Herschkowitz, N. (2009). *Pubertät ist, wenn Eltern seltsam werden*. Galila Hörbücher.

