

Monika Rammert/Elke Wild

# Hausaufgaben ohne Stress

Informationen und Tipps für Eltern

u c o n r n // ' • Undas-Lehrer-BibliotheS .  
HtKUtK Ijj (les Fürstentums Liechtensteir.i  
FREIBURG • BASEL WIEN

# Inhalt

Liebe Leserin, lieber Leser. . . . .	7
Kapitel 1	
Das wächst mir über den Kopf!- Erziehung heute	11
Kapitel 2	
Täglich Stress mit den Hausaufgaben? . . . . .	17
Kapitel 3	
Müssen Hausaufgaben wirklich sein?	
Wie ist meine Einstellung zum häuslichen Lernen?	19
Kapitel 4	
Welche Ziele verfolge ich im Zusammenhang mit dem Lernen - stehen diese im Einklang mit meinen allgemeinen Erziehungszielen? . . . . .	25
Was ist mir in der Lernsituation wichtig? . . . . .	30
Kapitel 5	
Wie beeinflussen meine Gefühle das Lernen meines Kindes zu Hause? . . . . .	39
Wie kann ich mit meinen Gefühlen umgehen? . . . . .	43
Kommuniziere ich offen und fair? . . . . .	47
Kapitel 6	
Wie kann ich das Lernverhalten meines Kindes fördern? . . . . .	50
Wie wird Wissen erworben? . . . . .	50

Der Zugriff auf gespeicherte Informationen . . .	51
Unser Faktenwissen ist organisiert . . . . .	53
„Lernen lernen“ - Wie kann ich mein Kind dabei unterstützen? . . . . .	54
Woran erkenne ich eine Lernstörung? . . . . .	67
Intelligenz und Lernen . . . . .	69
Rechenstörung - Merkmale und Maßnahmen . . .	71
Lese^Rechtschreib-Schwäche - Merkmale und Maßnahmen. . . . .	77

## Kapitel 7

Lernlust statt Lernfrust - was kann ich dazu beitragen?	82
Wie kann ich die Lernmotivation meines Kindes fördern? . . . . .	86
Wie entsteht "selbstbestimmte Lernmotivation? . . .	92
Wie kann ich meinem Kind den Einstieg in motiviertes Lernen ermöglichen? . . . . .	94
- Das Kind in seiner Selbstständigkeit unterstützen. . . . .	96
Der Lernsituation eine Struktur geben. . . . .	105
Die Kompetenzen des Kindes erkennen und stärken. . . . .	111
Der Umgang mit negativen Emotionen beim Lernen. . . . .	121
Wie kann ich mein Kind bei Lern-Unlust unterstützen? . . . . .	135
Der Teufelskreis. . . . .	136
Den Teufelskreis durchbrechen . . . . .	140

## Kapitel 8

Das Elterntaining „Lernlust statt Lernfrust“ . . . . .	154
--	-----

## Anhang

Internetadressen und Literaturhinweise . . . . .	156
--	-----