

Hausaufgaben - Tipps zum Ausprobieren

ADS / ADHS Kinder und der nachmittägliche Kampf mit den Hausaufgaben. Er gefährdet den Familienfrieden und zehrt an den Nerven.



Notwendig ist ein eigener, aufgeräumter (!) und ungestörter Arbeitsplatz. Die Kinder werden sehr leicht abgelenkt, **schon vom kleinsten Geraschel**. Da aber absolute Stille nirgendwo zu finden ist, können sich manche Kinder besser bei einem **gleichmäßigen** Hintergrundgeräusch konzentrieren. Am besten neben einem Wasserfall, alternativ etwas aus dem Kassettenrecorder.



Die Hausaufgaben kommen dem Kind wie ein unüberwindlicher Berg vor und es hat oft das Gefühl davon völlig erschlagen zu werden und nie mehr Zeit für etwas anderes zu haben. Das nimmt ihm manchmal den Mut überhaupt die Sachen anzugehen. Und dann das Chaos mit den Heften, Büchern, Fächern und Einpacken usw.! Irgendwas fehlt dann doch immer am nächsten Tag.



Folgende Vorgehensweise hat sich bewährt:

Es werden stabile Plastik-Zeitschriftensammler angeschafft, für jedes Schulfach einen und mit einem Aufkleber beschriftet (Deutsch, Englisch, Erdkunde usw.)

Wenn das Kind aus der Schule kommt, wird der Schulranzen komplett ausgeräumt und die Sachen in den jeweiligen Sammler eingeordnet. Weiterhin wird ein Notizklotz benötigt und jede Schulaufgabe wird auf je ein Zettelchen geschrieben und mit einer Wäscheklammer am entsprechenden Fach befestigt.

Dann schaut das Kind auf den morgigen Stundenplan und beginnt mit dem Schulfach der ersten Stunde. Es erledigt die Aufgabe, entsorgt den Merktzettel und packt die Sachen für das erste Fach in den Ranzen.

Dann nimmt es sich das nächste Schulfach vor. Wenn die Aufgaben für morgen erledigt sind, ist auch gleichzeitig der Schulranzen gepackt. Nun kann es entscheiden, ob es weitere Klammern "abarbeiten" will oder aufhört.



Keine ironischen herabsetzenden Bemerkungen, sondern das Kind aufbauen!



Eine ordentliche Schrift ist für viele Kinder der Albtraum! Auch wenn die ganze Seite schaurig aussieht. Ein einziger gelungener Buchstabe oder Wort wird sich doch finden lassen! Bei jüngeren Kindern habe ich immer den König gesucht. Dies ist der Schönste! Dann den Zweitschönsten usw. und markiert. (Hier wird der Blick auf das Positive gerichtet, auf die Entwicklungsmöglichkeiten, nicht

auf die Defizite, die nur entmutigen.

 Für ältere Kinder ist das Schreiben auf dem Computer ein Erlebnis! Nachdem die rot unterstrichenen Fehler verbessert sind, eine schöne Schrift gewählt ist, sieht alles aus wie gestochen!

 Kein Perfektionismus, nur auf das Wesentliche achten!

 Wenn die Hausaufgaben beginnen die Beziehung zu belasten, ist es hilfreich jemand anderes (einen Schüler oder Studenten) damit zu beauftragen, vor allem in der Pubertät. Ach wenn dies etwas kostet: Der Preis ist höher, wenn Schulleistungen zum Gegenstand pubertärer Bockigkeit werden.

 Nur die notwendigsten Hausaufgaben im Sitzen erledigen. Vokabeln lernen kann man auch in einer Hängematte und sie abschreiben am Stehtisch.

 Spannung lösend und die Konzentration fördernd ist, wenn das ADHS Kind nebenbei an einem Apfel oder einer Möhrenrübe knabbern oder einen Kaugummi kauen darf. (Es ersetzt das Tintenloch im Schulheft)