

## 5 Sieben Schritte zur konkreten Entscheidung

Die Entscheidung, welche Schule das Kind nach der Volksschule besuchen wird, bestimmt die tägliche Lebensgestaltung des Kindes in den nächsten Jahren. Das Kind ist in erster Linie selbst von dieser Entscheidung betroffen. Die Entscheidung sollte daher – wie bereits beschrieben – gemeinsam und zum Besten Ihres Kindes gefällt werden.

Gute Entscheidungen brauchen Zeit. Die folgenden Schritte können bei der langfristigen Gestaltung des Entscheidungsprozesses hilfreich sein.

### 5.1 *Erster Schritt*: Ziele und Werte reflektieren: Wohin möchten wir? Was ist uns wichtig?

Ausgangspunkt für die Entscheidung ist zunächst die Person, um die es geht: Das Kind mit seinen bereits erworbenen Fähigkeiten und Kompetenzen sowie seine Interessen, Neigungen, Begabungen und Wünsche. All das bildet den Ausgangs- und Orientierungspunkt für die zu treffende Laufbahnentscheidung am Ende der Volksschule.

Für Sie als Erziehungsberechtigte ist es aber auch wichtig, sich klar über die eigenen, das Kind betreffenden Wünsche und Wertvorstellungen zu werden. Denn diese haben oft – bewusst oder unbewusst – einen großen Einfluss auf die Entscheidung. Wenn Sie sich als Eltern bzw. als Erziehungsberechtigte dessen bewusst sind, gelingt es leichter, sie in der Wertigkeit auch einmal hinten anzureihen.

Bitte achten Sie auch darauf, dass bei der Schul- und späteren Berufswahl beiden Geschlechtern – also Mädchen und Buben – dieselben Chancen eingeräumt werden, und Mädchen und Buben jeweils für das eigene Geschlecht untypische Wege einschlagen können.

**Ermuntern Sie im Falle einer Tochter, sich zu überlegen, ob eine naturwissenschaftlich-technische Ausbildung gut passen und was dafür sprechen würde** (z.B. der Besuch einer Mittelschule mit Schwerpunkt Informatik und/oder MINT<sup>12</sup>). **Umgekehrt könnten Söhne dazu motiviert werden, sich eher für eine für ihr Geschlecht untypische Laufbahn zu entscheiden** – dies ist besonders relevant an der nächsten Schnittstelle zur Oberstufe. So könnte z.B. die spätere Schullaufbahn in Richtung Kindergartenpädagogie von Interesse sein.

Folgende Fragen kann man zu diesem Zweck gemeinsam mit dem Kind besprechen:

- Was kannst du besonders gut? Worin siehst du deine eigenen Stärken?
- Wofür interessierst du dich? Welche Neigungen hast du? Wofür interessierst du dich kaum?
- Welche Schwerpunkte müsste eine Schule haben, die für dich passt? (Musisch-kreativ, sprachlich, mathematisch-naturwissenschaftlich, technisch, ...)?

---

<sup>12</sup> MINT steht für Mathematik, Informatik, Naturwissenschaft und Technik

- Könntest du dir später einen für ein Mädchen/für einen Burschen eher ungewöhnlichen Beruf vorstellen (z.B. Pilotin für ein Mädchen oder Sprechstundenhelfer im medizinischen Bereich für einen Burschen)?
- Hast du eine Idee, welche Berufe dich später einmal interessieren würden oder wofür du Talente hättest?
- Wie bereit bist du, dich beim Lernen anzustrengen und für den Schulerfolg auch einmal auf Freizeit und Vergnügen zu verzichten?

Aber auch die Reflexion der bisherigen schulischen Leistungsfähigkeit und -bereitschaft gehört hierher. Stellen Sie die oben aufgezählten Fragen aber nicht alle auf einmal, sondern lassen Sie diese Fragen in verschiedene Gespräche und spielerische Situationen einfließen. Erst wenn die Entscheidung in absehbarer Zeit getroffen werden muss, können Sie solche Fragen mit dem Kind systematischer durchgehen.

Als Eltern(teil) bzw. Erziehungsberechtigte/r kann man sich selbst unter anderem folgende Fragen stellen:

- Was erwarte ich mir in Bezug auf schulische Belange von meinem Kind?
- Wo sehe ich meine Tochter/meinen Sohn in den nächsten Jahren?
- Was schätze ich besonders an seinen Fähigkeiten, wo glaube ich, hat mein Kind besondere Stärken und Interessen?
- In welchen Bereichen braucht mein Kind besondere Unterstützung bzw. Förderung?
- Was wären für mich Charakteristika einer guten und für mein Kind passenden Schule?

In dieser ersten Phase des Entscheidungsprozesses ist es besonders wichtig, sich auf das zu konzentrieren, was schon an Fähigkeiten, Interessen und Talenten vorhanden ist und darüber miteinander und anderen Vertrauten (wie z.B. Verwandten, Freunden, Bekannten) zu reden, um davon ausgehend Ziele zu formulieren.

Es gibt aber auch ganz pragmatische Entscheidungsfragen:

- Wie lang soll und darf der Schulweg sein? Ist die öffentliche Erreichbarkeit gegeben?
- Braucht mein Kind eine Nachmittagsbetreuung und ein Mittagessen? Welche Kosten entstehen dadurch?
- Käme eine Privatschule in Frage? Welchen Schwerpunkt müsste diese haben bzw. wie hoch dürften dann die Kosten für den Schulbesuch sein?
- Wenn ein Geschwisterkind bereits eine in Frage kommende Schule besucht: Passt die Schule auch für mein Kind, das nun eine Entscheidung treffen muss?
- Sollte mein Kind gemeinsam mit Freunden diese Schule besuchen?
- Sollte die Schule einen inhaltlichen Schwerpunkt haben, der zu meinem Kind passt oder soll die Allgemeinbildung im Vordergrund stehen?
- Gibt es ein für uns in Frage kommendes pädagogisches Konzept (z.B. Montessori-Schwerpunkt oder Mehrstufenklassen) an dieser Schule?
- Bekommt mein Kind dort die Förderung, die es vielleicht braucht z.B. aufgrund von Lese-Rechtschreibschwäche oder Dyskalkulie?

- Benötigt mein Kind aufgrund einer Beeinträchtigung oder Behinderung eine spezielle Beschulung oder Förderung?
- Gibt es dort muttersprachlichen Unterricht für mein Kind?
- Ist die Qualitätsentwicklung am Schulstandort für die Eltern nachvollziehbar und sind Eltern darin eingebunden?

Stellen Sie eine Liste zusammen, was Ihr Kind unbedingt braucht, um sich wohlfühlen bzw. mit der Schulentscheidungen zufrieden zu sein. Die nachfolgende Aufzählung ist exemplarisch:

- *Mein Kind soll einen möglichst kurzen Schulweg haben.*
- *Die Schule sollte eine gute Nachmittagsbetreuung mit Mittagessen anbieten.*
- *Die Schule sollte eine breite Allgemeinbildung, aber auch in den höheren Klassen einen naturwissenschaftlichen Schwerpunkt haben.*
- *Mein Kind sollte sich viel bewegen und im Rahmen der Schule auch sportlich betätigen können.*
- *Mein Kind hat Unterstützungsbedarf in .... Es sollte daher eine Schule besuchen, in der darauf besonders Rücksicht genommen und entsprechende Unterstützung bereitgestellt wird.*

Mit dem Kind gemeinsam kann dann überlegt werden: Was ist bei der Schulwahl unser wichtigstes, zweitwichtigstes, drittwichtigstes... Ziel?

#### **Wer oder was hilft bei diesem Schritt?**

- ☞ Gespräche mit Verwandten, Freunden, Bekannten;
- ☞ Gespräch mit der Klassenlehrerin bzw. dem Klassenlehrer;
- ☞ Schulpsychologische Beratung

Die Website der Schulpsychologie-Bildungsberatung bzw. die schulpsychologischen Beratungsstellen geben gerne Auskunft.

## **5.2 Zweiter Schritt: Alternativen überlegen – Szenarien entwickeln: Welche anderen Bildungswege sind interessant?**

Auf Basis der Überlegungen aus dem vorangegangenen Schritt kann nun die konkrete Frage gestellt werden: Welche Schulen passen zu meinem Kind?

Dabei sollte man sich nicht nur darauf beschränken, an Möglichkeiten zu denken, die offensichtlich sind (z.B. die nächstgelegene Schule) oder die andere für empfehlenswert halten. Es geht vielmehr darum zu versuchen, eventuell auch neue Ideen zu entwickeln. Vielleicht gibt es mehrsprachige, internationale Schulen oder Privatschulen mit Schwerpunktsetzungen, die dem eigenen Kind und seinen Fähigkeiten besser entgegenkommen. Eventuell sind Integration und Inklusion ein Thema: Welche Schule arbeitet besonders gut mit Kindern mit besonderen Bedürfnissen, einem bestimmten Förderbedarf oder vielleicht auch mit Behinderungen? Wollen wir eventuell eine Schule, die besondere pädagogisch-didaktische Wege geht, die meinem Kind gut entsprechen würden (z.B. Mehrstufenklassen, reformpädagogische Schwerpunkte, Laptopklassen etc.?)

Alle Wünsche, Notwendigkeiten und Bedürfnisse sollten dabei ernst genommen werden.

### Wer oder was hilft bei diesem Schritt?

- ☞ Gespräche mit Verwandten, Freunden, Bekannten und Eltern anderer Kinder
- ☞ Gespräch mit der Klassenlehrerin bzw. dem Klassenlehrer
- ☞ Informationsbroschüren, Internetrecherchen<sup>13</sup>
- ☞ Schulservicestellen, Schulpsychologische Beratungsstellen

#### Beispiel:

*Mein Kind interessiert sich sehr für Computer und hat sich auch schon für sein Alter erstaunliche Fähigkeiten im Umgang damit erworben. Ursprünglich haben wir die AHS in der Bezirkshauptstadt ins Auge gefasst. Es gibt dort aber auch eine Mittelschule mit besonders guter EDV-Ausstattung und einer entsprechenden schulautonomen Schwerpunktsetzung. Diese kommt nun auch in Frage.*

## 5.2 **Dritter Schritt:** Wer weiß etwas über die Alternativen?

In welcher Schule soll man sich nun anmelden? Um zwischen mehreren Alternativen entscheiden zu können, ist es notwendig, gezielt zusätzliche Informationen zu sammeln:

**WAS** muss ich noch wissen? (z.B. Kurzinformation, ausführliche Beschreibung, Adressen, Möglichkeiten, weitere Informationsquellen, Beratungsmöglichkeiten)

**WO** finde ich die benötigte Information bzw. **WER** kann mir weiterhelfen?

- In diversen Broschüren (z.B. „Bildungswege“, Schulführer) findet man allgemeine Beschreibungen und auch Adressen.<sup>14</sup>
- Viele Schulen haben eigene Schulhomepages im Internet. Hier präsentieren die Schulen ihre Angebote, Schwerpunkte und Zielsetzungen. Oft bekommt man über die Darstellung von Schulprojekten auch ein wenig Einblick ins Schulleben.
- In einem persönlichen Gespräch mit Lehrer/inne/n, Schüler/inne/n und Absolvent/innen der Schule erhält man individuelle Anregungen und Bewertungen. Diese können, müssen aber nicht, auf die eigene Situation zutreffen.

### Wer oder was hilft bei diesem Schritt?

- ☞ Gespräche mit Schüler/inne/n oder deren Eltern, die die Schule gerade besuchen oder schon abgeschlossen haben.
- ☞ Lehrer/innen der Schule oder solche, die sonst über die Schule Bescheid wissen. Broschüren (z.B. Regionale Bildungsratgeber, Schulführer)
- ☞ Die Schulhomepage im Internet
- ☞ Der Besuch der Schule, z.B. am „Tag der offenen Tür“ (in Wien: Tag der Wiener Schulen)

#### Beispiele:

- *Beim „Tag der offenen Tür“ erhält man einen guten Einblick, wie die Räumlichkeiten aussehen oder z.B. die Nachmittagsbetreuung organisiert ist.*
- *Die Schulhomepage informiert über Anmeldemodus und die schulautonomen Schwerpunktsetzungen in der Studententafel.*

---

<sup>13</sup> Informationen des Bundesministeriums für Bildung, Wissenschaft und Forschung/Schularten

<sup>14</sup> Schulpsychologie/Bildungsinformation

- Ein bekannter Schüler der Schule berichtet mit Begeisterung über den fächerübergreifenden Projektunterricht oder Projekte dieser Schule.

## 5.4 **Vierter Schritt: Was kommt auf mich zu, wenn ich diese oder jene Wahl treffe?**

Die gesammelten Informationen müssen persönlich bewertet werden: Welche Folgen hat die Wahl einer bestimmten Ausbildung für mein Kind und für mich als Elternteil, welche Möglichkeiten, aber auch welche Anforderungen und Schwierigkeiten können sich ergeben?

### **Wer oder was hilft bei diesem Schritt?**

- ☞ Gespräche mit Eltern, Freunden, guten Bekannten
- ☞ Gespräch mit der Klassenlehrerin bzw. dem Klassenlehrer
- ☞ Gespräche mit Lehrerinnen und Lehrern der in Frage kommenden Schulen
- ☞ Professionelle Beratungsinstitutionen wie z.B. die Schulpsychologie-Bildungsberatung.

### Beispiele:

- *Was bedeutet es für mein Kind, wenn es statt bisher zu den guten, in der neuen Schule vielleicht zu den weniger guten Schülern zählen wird?*
- *Wie wird es meinem Kind damit gehen, wenn es in der neuen Schule mit ihm unbekanntem Mitschülern zusammen sein wird?*
- *Wie wird mein Kind mit dem langen Schulweg zurechtkommen?*
- *Kommt mein Kind mit den vielen neuen Lehrer/innen an der Schule zurecht oder braucht es eher ein kleineres Lehrer/innenteam?*

## **Schulische Informationsveranstaltungen als Informations- und Kontaktgelegenheit**

Unbedingt besuchen sollte man auf jeden Fall alle schulischen Informationsveranstaltungen (z.B. Elternabende an der Volksschule, Veranstaltungen an den weiterführenden Schulen). Man erhält hier kompetente allgemeine Informationen und hat die Möglichkeit, Fragen zu stellen und mit wichtigen Auskunftspersonen auch persönlich zu sprechen. Zudem ist ein großer Vorteil derartiger Veranstaltungen, dass man durch Fragen, die andere Eltern stellen, manchmal erst darauf aufmerksam gemacht wird, was noch zu bedenken ist. Weiters erfährt man im Gespräch mit anderen Eltern, welche Überlegungen diese anstellen und wie sie verschiedene Informationen bewerten.

## **Unterstützungsangebote der Schulpsychologie-Bildungsberatung**

In der Regel sind Eltern und Kind mit Unterstützung der Schule, insbesondere der Klassenlehrerin bzw. des Klassenlehrers, in der Lage, die Schullaufbahnentscheidung ohne weitere professionelle Hilfe von außen zu treffen.

Wenn sich der Entscheidungsprozess aber sehr schwierig gestaltet, z.B., weil große Unsicherheit über die potenzielle Lernfähigkeit des Kindes besteht oder das Kind unter bestimmten Belastungen

wie Schulangst leidet, kann man sich an eine schulpsychologische Beratungsstelle wenden. Dies ist auch dann empfehlenswert, wenn in der Familie große Unstimmigkeiten über die Schulwahl vorhanden sind, die auf unterschiedlichen Einschätzungen der Wünsche und Möglichkeiten des Kindes (oder auch der Eltern) beruhen.

Von einer schulpsychologischen Beratung<sup>15</sup> kann man sich vor allem folgende zusätzlichen Hilfen erwarten:

- Eine differenzierte Analyse der Fähigkeiten des Kindes, auch unter Einsatz wissenschaftlicher Methoden (psychologische Verfahren);
- Hinweise zur Erlangung größerer Klarheit bei den eigenen, vielleicht manchmal widersprüchlichen Überlegungen;
- Ergänzende Informationen über schulische Ausbildungsmöglichkeiten, insbesondere im Hinblick auf zu erwartende lernmäßige und psychische Anforderungen für das Kind;
- Hilfe bei der persönlichen Bewertung von allgemeinen Informationen.

### **5.5 *Fünfter Schritt:* Welche bisherigen Informationen sind wesentlich für die Entscheidung?**

Zu jeder Alternative gibt es nun persönlich bewertete Informationen. Diese stellen gleichzeitig die vermuteten Konsequenzen für das Kind und/oder Sie als Eltern dar. Sie unterstützen entweder die Entscheidung für diese Schule, sprechen eher dagegen oder haben diesbezüglich keinen Einfluss.

Besonders beachtet sollten die vermeintlich (besonders) positiven oder (besonders) negativen Informationen bzw. Konsequenzen werden. Das gemeinsame Erstellen einer „Plus-Minus-Liste“ hilft dabei, die für die Entscheidung wesentlichen Informationen sichtbar zu machen.

### **5.6 *Sechster Schritt:* Wir treffen die Entscheidung**

Wenn die bisherigen Schritte des Entscheidungsprozesses sorgfältig überlegt worden sind, ist die Entscheidung selbst meist nicht mehr schwierig. Unter Zeitdruck eine vorschnelle Entscheidung zu treffen ist ebenso ungünstig, als sich dafür zu lange Zeit zu lassen und sie immer wieder hinauszuschieben.

Für die Entscheidung selbst gilt,

- dass das Kind auf alle Fälle damit einverstanden sein sollte und nicht „überfahren“ werden sollte,
- dass nicht nur die Tatsachen, sondern auch die subjektiven Bewertungen und Gefühle wichtig sind und berücksichtigt werden sollen,
- und dass der richtige Zeitpunkt dafür von Intensität, Dauer und Ergebnissen der Recherchen und Überlegungen abhängt und nicht von vornherein genau festgesetzt werden kann.

---

<sup>15</sup> Schulpsychologie Beratungsstellen

Wenn es sich bei der Schule, auf die die Wahl gefallen ist, nicht um die Mittelschule im jeweiligen Schulsprengel handelt, sollte auch noch eine „Zweit-“ und vielleicht auch „Drittentscheidung“ getroffen werden. So ist man gewappnet, falls die Aufnahme an der gewünschten Schule aus Platz- oder anderen Gründen nicht möglich ist.

#### **Wer oder was hilft bei diesem Schritt?**

Helfen können im Vorfeld der Überlegungen Viele, aber die Entscheidung muss allein von den Eltern bzw. Erziehungsberechtigten gemeinsam mit dem Kind getroffen werden.

### **5.7 Siebter Schritt: Wir setzen die Entscheidung gemeinsam um**

Die Entscheidung für eine bestimmte Schule wurde idealerweise gemäß der Leistungsfähigkeit und -bereitschaft des Kindes, seinen Begabungen und Neigungen, der entsprechenden Recherchen zur konkreten Schulwahl, alltagspraktischen Vorüberlegungen und vor allem entsprechend der Stimme des Kindes gefällt.

#### **Wer oder was hilft bei diesem Schritt?**

Die Lehrkraft der Volksschule bzw. der gewählte Schulstandort helfen gerne bei der Umsetzung der Entscheidung, sprich, bei der konkreten Anmeldung an einer Schule mit der Schulnachricht der 4. Klasse Volksschule.

### **5.8 Tipps zur Unterstützung des Lernens und für den weiteren Schulerfolg**

**Was kann ich als Eltern tun, um mein Kind in seiner Bildungslaufbahn und in seinen Lernprozessen (weiterhin) gut zu unterstützen? Hier stellen wir konkrete Tipps für erfolgreiches Lernen vor.**

**Nachstehend finden Sie Anregungen und Tipps für die Unterstützung Ihres Kindes beim Lernen.**

Unterstützen Sie Ihr Kind – soweit es Ihnen möglich ist – dabei,

- ❖ Prioritäten beim Lernen und Aufgabenmachen zu setzen und auf das unmittelbar Wichtige zu fokussieren (z.B. anstehende Tests/Schularbeiten).
- ❖ Lerninhalte gut für sich selbst zu strukturieren, eigene Zusammenfassungen zu verwenden, Notizen zu machen, mit Lernkarteien und Gedächtnisstützen zu arbeiten.
- ❖ klare Zeitpläne für intensivere Lernphasen (z.B. in der Schularbeitszeit) zu machen und Lernen und Freizeit jeweils strikt zu trennen.
- ❖ herauszufinden, wie und wo das Kind am besten lernt (verschiedene Lernstrategien auszuprobieren; jeder lernt anders!); auf eine korrekte Körperhaltung beim Lernen zu achten, mit und in Bewegung zu lernen (z.B. Herumgehen beim Vokabellernen).
- ❖ beim Lernen mehrere Sinne zu verwenden, leise und laut zu lesen & zu wiederholen, Wichtiges niederzuschreiben, mit erklärenden Videos aus dem Internet zu arbeiten, jemand

anderem einen Lerninhalt zu erklären, sich selbst bei einem Referat zu filmen und danach zu analysieren etc.

- ❖ sich emotional und mental gut auf Prüfungssituationen vorzubereiten (sich vorab Entspannung und Ruhe vorzustellen, Konzentrationsfähigkeit zu schulen, positive Erwartungshaltung an sich selbst zu pflegen)
- ❖ sich selbst zu belohnen, wenn das Kind etwas geschafft hat und damit auch die Lernmotivation aufrecht zu erhalten.

Zeigen Sie Anerkennung für Leistungen, die das Kind erbringt und Verständnis für Schwierigkeiten, die beim Lernen und bei Prüfungen auftauchen. Ermutigen Sie Ihr Kind, auch in „Durchhängephasen“ dran zu bleiben und die Motivation aufrecht zu erhalten.

Holen Sie sich rechtzeitig Lernhilfe und -unterstützung (bei Mitschüler/inne/n, von Lerncafés/-clubs oder in Nachhilfeeinrichtungen) und zögern Sie nicht, gemeinsam mit Lehrer/innen zu besprechen, wo und welcher Form Schwierigkeiten beim Lernen, Verstehen oder Üben auftauchen.

### **Hier finden Sie ein paar generelle Anregungen und Tipps, wie Sie die Selbstwirksamkeit und Resilienz (die psychische Widerstandskraft) Ihres Kindes stärken können.**

- ❖ Stärken Sie die Beziehung zwischen Ihnen und Ihrem Kind durch regelmäßiges Interesse an seinen Gedanken, Gefühlen und an seinem Wohlbefinden, nicht nur in Bezug auf die Schule. Nehmen Sie sich Zeit für tägliche Gespräche mit Ihrem Kind über den Alltag und Themen, die das Kind beschäftigen.
- ❖ Interessieren Sie sich für das, was in der Schule unterrichtet wird und welche Leistungen das Kind bringt bzw. wo seine Vorlieben und vielleicht Schwierigkeiten sind, aber auch für Erfahrungen mit Freunden oder Lehrer/innen.
- ❖ Stärken Sie kontinuierlich das Selbstvertrauen im Sinne „Du kannst das.“ Lassen Sie in Zeiten der Unsicherheit Ihrem Kind vergangene Erfolge gefühlsmäßig nochmals durchleben und schließen Sie daran an: „Das hast du bereits gut geschafft!“
- ❖ Finden Sie eine Balance zwischen Unterstützung und Förderung der Selbständigkeit sowie Eigenverantwortlichkeit Ihres Kind. Trauen Sie ihm viel zu, aber beobachten Sie auch gleichzeitig, ob und was das Kind bereits ganz alleine schafft bzw. wo es Ihre Unterstützung braucht.
- ❖ Vermitteln Sie positive Haltungen und Zuversicht: „Im Moment läuft ja vieles auch gut.“ oder „Es gibt immer eine Lösung!“ oder „Wir schaffen das gemeinsam!“
- ❖ Überlegen Sie, wie Sie die Selbstwirksamkeit so stärken können, dass Ihr Kind für sich selbst das Gefühl entwickelt, es kann diese Situation bzw. die Herausforderung gut bewältigen – wenn nötig mit Beratung und Unterstützung durch Dritte.
- ❖ Ermöglichen Sie dem Kind über eigene Gefühle, Gedanken und Sorgen in jeder Hinsicht, vor allem aber in Bezug auf das Lernen oder auch das soziale Miteinander in der Schule, zu sprechen.
- ❖ Ermutigen Sie Ihr Kind, sich auch kreativ über Schreiben, Musik oder im kreativen Gestalten auszudrücken. Sehen Sie Talente Ihres Kindes auch außerhalb der schulischen Anforderungen, fördern Sie diese Talente und Interessen.
- ❖ Achten Sie auf eine Balance zwischen Über- und Unterforderung durch die Schule, aber auch durch Freizeit; sprechen Sie bei Bedarf mit den Lehrkräften über Ihre Einschätzung dazu.

**Abschließend sind hier noch konkrete Tipps für die Stärkung des Wohlbefindens Ihres Kindes aufgelistet. Je mehr sich Ihr Kind in seiner familiären und schulischen Umgebung wohlfühlt, umso besser kann es lernen und zeigt Leistungsbereitschaft.**

Ermutigen und sensibilisieren Sie Ihr Kind daher dafür,

- ❖ regelmäßig für sich selbst gut zu sorgen, sich also täglich etwas Gutes zu tun & sich (nach der Bewältigung von Aufgaben) auch selbst zu belohnen.
- ❖ ein Gespür für das eigene Wohlbefinden zu entwickeln (d.h. auf Gefühle / Empfindungen / Spannungen im Körper zu achten, den Atem beobachten zu lernen; lernen, sich selbst emotional zu beruhigen, wissen, was einem gut tut...).
- ❖ sich gesund zu verhalten (Schläft das Kind genug? Bewegt es sich ausreichend? Isst es gesund? Stimmt die Balance zwischen Anstrengung und Entspannung? etc.).
- ❖ eine gute Tagesstruktur zu entwickeln und die Zeit mit elektronischen Medien bewusst zu beschränken (Handy, Internet).
- ❖ etwas Kreatives zu tun, was einem selbst Freude macht.
- ❖ ausreichend Bewegung in der Natur zu machen und ausreichend Zeit für Freunde und Spiel zu haben.

Wie Sie wissen, sind *Sie selbst* das beste Vorbild für Ihre Kinder. Wohlgemeinte Ratschläge helfen also wenig, Ihre Vorbildwirkung als Erwachsene/r dafür umso mehr.

Seien Sie in Ihrem Erziehungsverhalten so authentisch wie möglich. Ihre Kinder werden es Ihnen danken, wenn diese Authentizität mit ausreichend Selbstreflexion als Erziehender – und auch als *Lernender* durch die eigenen Kinder – gepaart ist.

Wenn Sie sich in Ihrer Rolle als Eltern überfordert fühlen oder dringend Unterstützung brauchen, scheuen Sie nicht, entsprechende Beratung in Anspruch zu nehmen (u.a. durch schulpsychologische Beratungsstellen, kommunale Erziehungsberatungsstellen oder Servicestellen wie „Rat auf Draht“).

**Hilfreiche Broschüren und Informationen zum Lernerfolg Ihres Kindes finden Sie auf der Website der Schulpsychologie-Bildungsberatung.<sup>16</sup>**

**Wir wünschen Ihnen für den Prozess der passenden Entscheidungsfindung viel Erfolg und den entsprechenden Schulerfolg für Ihr Kind!**

---

<sup>16</sup> [Schulpsychologie Lernen Lernerfolg](#)