

Checkliste: täglichen Hausaufgaben-Stress beenden		
	OK?	Müssen wir ändern :
<ul style="list-style-type: none"> • Finden Sie heraus, wann Ihr Kind besonders leistungsfähig ist. Manche Kinder brauchen nach der Schule eine Auszeit, bevor sie loslege.; andere können im Anschluss an den Unterricht am besten arbeiten. 		
<ul style="list-style-type: none"> • Bestimmen Sie, wann Hausaufgabenzeit ist. Besprechen Sie mit Ihrem Kind, dass es erst nach den Hausaufgaben fernsehen oder spielen darf und lassen Sie sich auf keine Diskussionen ein. Kinder lieben Rituale und dies können Sie sich auch bei den Hausaufgaben zu Nutze machen. Eine festgelegte Zeit und z. B. ein schön hergerichteter Obstteller zum Naschen nebenher können Ihrem Kind Ruhe und Sicherheit vermitteln. 		
<ul style="list-style-type: none"> • Störquellen, wie Musik, der Fernseher oder spielende Geschwister im Zimmer verhindern das Konzentrieren. 		
<ul style="list-style-type: none"> • Der Ort, an dem Ihr Kind arbeitet, sollte nicht wechseln. Ihr Kind wird die gleich bleibende Uhrzeit, den Ort und Ihre Anwesenheit schnell als konstanten Rahmen für seine Aufgaben zu schätzen wissen. 		
<ul style="list-style-type: none"> • Der Schreibtisch ist vollkommen leer, sodass nur noch die benötigten Materialien für die Hausaufgaben darauf zu finden sind. 		
<ul style="list-style-type: none"> • Beginnen sollte Ihr Kind mit dem schwierigeren Teil, da am Anfang die Konzentration noch groß ist. 		
<ul style="list-style-type: none"> • Ihr Kind sollte immer versuchen, die Aufgaben alleine zu bewältigen. Bleiben Sie jedoch in der Nähe, um ihm bei Fragen behilflich sein zu können. Rückfragen werden geduldig und entspannt beantworten. Setzen Sie sich aber nicht die ganze Zeit dazu! Spornen Sie Ihr Kind an, auf Fragen und Anforderungen selber eine Lösung zu finden. 		
<ul style="list-style-type: none"> • Hausaufgaben sind für Ihr Kind echte Arbeit! Belohnen Sie Ihr Kind für seine Arbeit ab und zu mit einer Kleinigkeit. Das fördert die Motivation und erhöht die Frustrationstoleranz. 		