

Lerncoaching stand im Fokus

Die Raiffeisenbank Aarau-Lenzburg lud zum monatlichen Eltern-Träff in die Geschäftsstelle Gränichen ein. An diesem Anlass stand das Thema Lerncoaching im Fokus, was bei den anwesenden Eltern auf grosses Interesse stiess. Pascale Erni von «Jugendcoaching Pascale Erni» aus Aarau berichtete am Träff, wie Eltern ihre Kinder beim Lernprozess bestmöglich unterstützen können.

(Eing.) «Jedes Kind und jeder Jugendliche ist anders», führte Pascale Erni gleich zu Beginn des Referats aus. Die zweifache Mutter weiss, wie sie Kinder und Jugendliche beim Lernen individuell unterstützen kann. «Man braucht genügend Energie, um lernen zu können», so Erni. Der Kinder- und Jugendcoach empfiehlt, genügend Wasser zu trinken und «Brainfood» wie Studentenfutter zu sich zu nehmen. Damit die Kinder konzentriert lernen können, brauchen sie neben den richtigen Nahrungsmitteln genügend Sauerstoff. «Der Sauerstoff kommt mit der Bewegung ins Gehirn», erklärte die Spezialistin. Aus diesem Grund empfiehlt sie, zwischen den Lernsequenzen kurze Bewegungspausen einzubauen.

Elternrolle

«Besonders für die kleineren Kindern ist es schwierig abzuschätzen, was wichtig ist und was nicht. Hier können die Eltern ihren Nachwuchs beispielsweise mit einem Wochenplan unterstüt-

zen», erklärte Erni. Idealerweise integriert man das Lernen im Familienalltag und fördert die Interessen der Kinder. Ein Lob seitens der Eltern kann die Motivation der Schüler steigern. «Wichtig ist, dass man die Anstrengungen und den Durchhaltewillen lobt – nicht die Noten», betonte Erni. Lobt man die Noten, setzt dies die Kinder unter Druck.

Giraffe – Pferd – Hund

Pascale Erni stellte den Eltern eine Lernmethode mit Tiersymbolen vor. Diese Technik hilft den Kindern nicht nur beim Lernen, sondern auch beim Lösen einer Prüfung. Zunächst einmal soll sich das Kind, wie die Giraffe mit dem langen Hals, einen Überblick verschaffen: Was wird genau von ihm verlangt? Ist diese Frage geklärt, geht es weiter zum Pferd. Wie das Pferd im Trab, soll das Kind jetzt zügig und konzentriert die Aufgaben lösen. Den Abschluss macht der Hund mit seiner Spürnase. Hier geht es darum, allfällige Fehler in den Aufgaben zu erschnüffeln. «Mit diesen Tiersymbolen zu lernen, erfordert ein gewisses Training. Doch hat das Kind die Methode einmal verstanden, kann es strukturiert und ohne Stress lernen und Prüfungen lösen.»

Der Eltern-Träff

Die Raiffeisenbank Aarau-Lenzburg bietet, am monatlichen Eltern-Träff, Themen aus dem Familienalltag eine Plattform. Der nächste Anlass findet am 30. April 2019 in der Geschäftsstelle Gränichen der Raiffeisenbank Aarau-Lenzburg statt. Dann geht es um das Thema Achtsamkeit.



Hirngerechtes Lernen: Pascale Erni ging nach dem spannenden Referat auch auf die Fragen der Eltern ein. (Bild: zVg.)