

1. Etappe: Probleme beim Lernen

Schulprobleme in Schlagworten

»Die Schule hängt mir zum Hals raus!« stellt Thomas entmutigt fest. Claudia ist ähnlicher Meinung: »Und dann die doofen Hausaufgaben, da sitz' ich stundenlang dran, aber ich sitze bloß rum und schaffe kaum was.« Thomas erinnert sich jetzt an die ständige Leier seiner Mutter, und er ist davon überzeugt: »Meine Konzentration ist gleich Null.«

Und als Claudia klagt: »Ich finde, die ganze Schule ist ein totaler Streß«, ergänzt Thomas: »Jeder redet vom Streß, aber kein Mensch sagt einem, was man dagegen tun kann.«

Vielleicht haben die beiden auch dir aus der Seele gesprochen. Ein ganzes Paket von Schwierigkeiten beim Lernen taucht hier auf. Aber ist dir aufgefallen, daß kein einziges Problem konkret genannt wurde? Vielmehr ist eine allgemeine Unzufriedenheit, die Unlust an und mit der Schule durch Schlagwörter ausgedrückt worden: Hausaufgabenärger, mangelnde Konzentration, Schulstreß. Wo und wie soll da eine wirksame Hilfe einsetzen?

Es geht wohl niemand zum Arzt: »Herr Doktor, ich bin krank, verschreiben Sie mir bitte eine gute Arznei!« Hier könnte kein Arzt ohne Untersuchung weiterhelfen. Je genauer ich aber beschreibe, was wo wie wehtut, umso besser und schneller weiß der Arzt, was mir fehlt und was man dagegen tun kann.

Gewußt wo

Auch von der Technik ist dir das »Gewußt wo« bekannt. Es soll Leute geben, die montieren stundenlang Elektrogeräte auseinander und stellen dann fest, daß es nicht funktionierte, weil der Stecker nicht in der Steckdose war.

Wir sehen also: Die Fragen »Wo tut es weh?« und »Was funktioniert nicht?« müssen so genau wie möglich beantwortet werden, damit wir das Übel rasch und wirkungsvoll beseitigen können.

Bei Lernschwierigkeiten ist das ganz genau so!

Daher nutzt es gar nichts, sich einzureden: »Ich kann mich nicht konzentrieren. Ich bin total gestreßt!«

Stattdessen sollte man sich die Art der Schwierigkeiten ganz genau klar machen, am besten anhand eines Fragebogens:

Bestandsaufnahme: Wie ich lerne (Bitte kreuze bei jeder Frage nur ein zutreffendes Feld an.)

	Punkte			
	4	3	2	1
Ich habe Schwierigkeiten, mit den Hausaufgaben überhaupt anzufangen	immer	meistens	selten	nie
Das zeigt sich in Ablenkungen wie Spielen, Lesen, Musikhören	oft	manchmal	kaum	fast nie
Ich erreiche bei den Hausaufgaben das, was ich mir vorgenommen habe	nie	selten	häufig	meistens
Mündliche Aufgaben erledige ich am Schluß	immer	meistens	ab und zu	selten
In welcher Reihenfolge ich die Hausaufgaben erledige, überlasse ich dem Zufall	immer	meistens	selten	nie
Der Zeitdruck bei Klassenarbeiten macht mir zu schaffen	sehr	gelegentlich	kaum	überhaupt nicht
Am Tag vor der Klassenarbeit lerne ich	besonders viel	etwas mehr als sonst	gezielter	genau wie sonst
Meine Schwächen in den einzelnen Fächern kenne ich	nicht	ungefähr	ziemlich genau	ganz genau

	Punkte			
	4	3	2	1
Vor Klassenarbeiten habe ich Angst	immer	meistens	manchmal	ganz selten
Bei Klassenarbeiten habe ich Dinge vergessen, die ich vorher genau gekonnt habe	fast regelmäßig	kommt oft vor	gelegentlich	nein
Einen festen Arbeitsplatz habe ich	nie	manchmal	meistens	immer
Ich werde am Arbeitsplatz gestört	regelmäßig	sehr oft	häufig	ganz selten
Meine Notizzettel sind	wertlos	kaum lesbar	gut lesbar	brauchbar
Für bestimmte Aufgaben benutze ich eine Bibliothek, suche nach Texten oder Zeitungsartikeln zum verlangten Thema	nie	ganz selten	manchmal	häufig
Beim Deutschaufsatz verfehle ich das Thema	fast immer	sehr oft	manchmal	nie
Die Gliederung für einen Aufsatz mache ich am liebsten hinterher	ja	sehr oft	manchmal	nie
Beim Lesen eines längeren Textes erkenne ich das Wesentliche auf Anhieb	fast nie	sehr selten	manchmal	häufig
Ich versuche, mich beim Lesen neuer Stoffe an ähnliche, mir bekannte Gebiete zu erinnern	nie	selten	häufig	fast immer
Ich behalte Vokabeln für den nächsten Tag ganz gut, habe viele nach einigen Tagen aber schon vergessen	ja	oft	kommt vor	nein
Ich mache beim Lernen gezielte, vorher eingeplante Pausen	nein	gelegentlich	oft	fast immer
Es fällt mir schwer, nach der Pause wieder anzufangen	ja	meistens	manchmal	nein
Ich lerne mit Musikuntermalung	immer	meistens	manchmal	nie
Ich werde bei den Hausaufgaben von den Eltern »überwacht«	ja	meistens	manchmal	nie
Ich bin (ich wäre) dankbar für die Hausaufgabenüberwachung durch die Eltern	unbedingt	auf keinen Fall	ja	gelegentlich
Ich arbeite für bestimmte Fächer mit Kameraden zusammen	nie	selten	häufig	regelmäßig
Wieviel Spaß mir ein Unterrichtsfach macht, hängt vom jeweiligen Lehrer ab	nur	sehr stark	überhaupt nicht	etwas
Es gibt Fächer, für die ich gerne arbeite	kein einziges	eins	zwei	mehrere
Ich bin faul und darüber ärgere ich mich selbst	nein	ich bin nicht faul	so ist es	manchmal
Wenn ich etwas genau verstanden habe, arbeite ich meistens ganz gern	trotzdem nicht	manchmal	immer	so ist es
Wenn ich etwas nicht verstanden habe, frage ich den Lehrer	nie	manchmal	oft	immer
Es gibt Lehrer, vor denen ich Angst habe	ja, einige	ja, einen	manchmal	nein
Ich frage nicht, weil ich Angst habe, wegen »dummer« Fragen ausgelacht zu werden	genau	ja, meistens	kommt vor	nein
Eigentlich gehe ich ganz gern zur Schule	nein	manchmal	meistens	ja
Summe der angekreuzten Felder (Jede senkrechte Spalte für sich zählen!)				
	die obere Zahl x 4 nehmen	die obere Zahl x 3 nehmen	die obere Zahl x 2 nehmen	die obere Zahl x 1 nehmen
Ergebnisse der einzelnen Spalten				
Punkte insgesamt: (Addiere die Ergebnisse der einzelnen Spalten!)				

**Auswertung
des
Fragebogens**

Wenn du insgesamt zwischen 33 und 50 Punkten erreicht hast, ist dieses Buch für dich kaum interessant. Echte Lernschwierigkeiten dürftest du nicht haben. Liegt deine Gesamtpunktzahl zwischen 115 und 132, sind die Ratschläge dieses Buches wenig brauchbar für dich, da deine Lernschwierigkeiten nicht durch einige Lerntips wirksam behoben werden können.

Falls das Gesamtergebnis zwischen 51 und 114 Punkten liegt, wirst du sehr viel Nutzen aus diesem Buch ziehen können.

Ein erster Schritt ist schon getan, indem du festgestellt hast, wie du bisher gelernt hast. Dadurch hast du bestimmt erkannt, wo deine Schwierigkeiten beim Lernen liegen. Das ist die Voraussetzung für sinnvolle Anleitungen, wie man besser lernt. Das Gewußt-wo führt zum Gewußt-wie.

