

Mini-Notfallplan: Wenn Lernen Streit auslöst

Hausaufgaben können bei Kindern schnell Frust oder Streit auslösen – und bei Eltern das Gefühl, nicht mehr zu wissen, wie man am besten reagiert. Dieser Mini-Notfallplan zeigt Schritte, wie du Ruhe bewahrst, Sicherheit vermittelst und dein Kind unterstützt, ohne den Konflikt zu verschärfen.

1. Erst einmal Abstand gewinnen

Wenn Stift oder Stuhl fliegen, denk: „Oh, hier ist jemand gerade richtig frustriert.“

Kurzes, neutrales Statement reicht: „*Der Stift liegt jetzt unter dem Tisch.*“

Bei Gefahr ruhig, ohne Kommentar, den Raum sichern (z.B. Stuhl leicht verschieben).

Nicht sofort korrigieren oder erklären – einfach beobachten und zuhören.

2. Innere Haltung

Beobachten, zuhören, Blickkontakt halten – das signalisiert Sicherheit, nicht Angriff.

Keine Wertung, keine Diskussion im emotionalen Moment.

3. Erst wenn das Kind wieder reagiert

Statt sofort Lösungen anzubieten, lieber Fragen stellen:

„*Was ist gerade schwierig für dich?*“

„*Willst du einen Moment warten, bevor wir weitermachen?*“

„*Welche Idee hat dir bisher am meisten geholfen?*“

„*Was denkst du, wie geht das?*“



4. Positive Rückmeldung stärkt Selbstvertrauen und Motivation:

„*Super, dass du dranbleibst!*“ , „*Wie hast du das geschafft?*“

5. Zwei Status-Momente merken

Status 1: Vielleicht will das Kind einfach nur mitentscheiden, statt geformt zu werden.

Status 2: Ein kurzer Moment still zuhören wirkt oft besser als jede Erklärung, wenn es heißt: „*Ich kann das nicht.*“ In diesem Moment meldet sich oft der innere Kritiker / der Mut-Dieb deines Kindes. Den Mut-Dieb entkräften!!! (siehe Download: Der Mut-Dieb)

Mein Fazit:

Ruhe, Zuhören und kleine Schritte genügen oft, um Hausaufgabenkonflikte zu entschärfen. Du musst nicht sofort alles lösen – dein Kind lernt durch Sicherheit, Aufmerksamkeit und Ermutigung. Kinder sind wahre Künstler im Durchhaltevermögen, und Ausdauer ist ihre Superkraft. Mit diesem Plan hast du schnelle Orientierung, um gelassen zu reagieren und gleichzeitig diese Superkraft zu stärken – und den Mut-Dieb sanft in Schach zu halten.