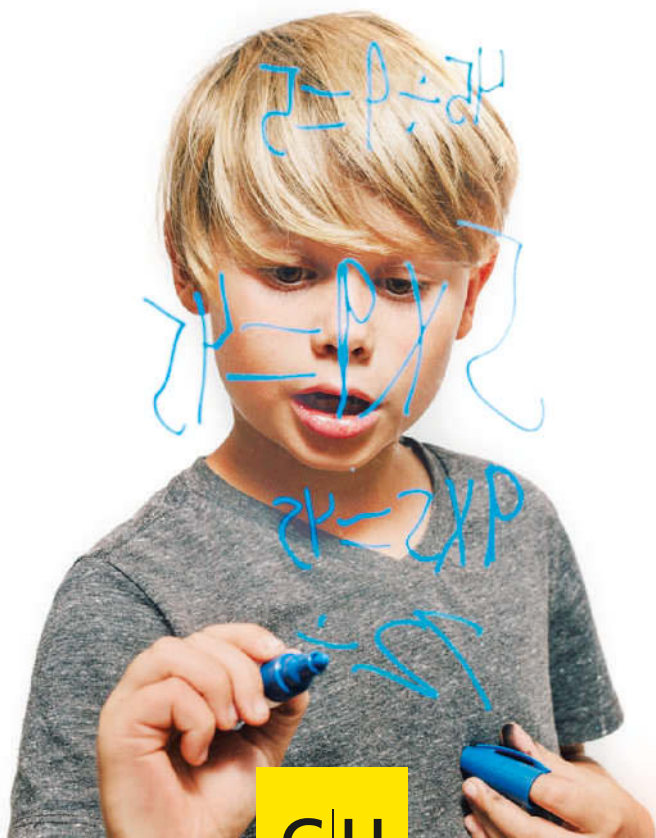


STEFAN REINER

# JEDES KIND KANN SCHULE

Ganzheitliche Hilfe bei Legasthenie, Dyskalkulie,  
Prüfungsangst, Konzentrationsproblemen und ADHS



G|U

## INHALT

Einleitung .....	4
<b>Grundlagen für erfolgreiches Lernen .....</b>	<b>8</b>
Lernflow statt Lernfrust .....	8
Die kindliche Entwicklung .....	12
Verantwortungsvolle Mediennutzung .....	17
Motivation .....	22
Lernirrtümer ausräumen .....	28
Der erste Schritt zum Lernerfolg: den Lernstil untersuchen .....	34
<b>Leseprobleme .....</b>	<b>44</b>
1. Stolperstein: Buchstabenunsicherheit .....	45
2. Stolperstein: Schwierigkeiten beim beidäugigen Sehen .....	50
3. Stolperstein: Desorientierung bei Bilddenkern .....	55
Leseschwäche, Lesestörung .....	58
Mit Freude lesen .....	60
<b>Rechtschreibprobleme .....</b>	<b>64</b>
1. Stolperstein: Schwierigkeiten bei der Schreibmotorik .....	67
2. Stolperstein: Unbestimmte Händigkeit .....	72
3. Stolperstein: Buchstabenunsicherheit .....	78
4. Stolperstein: Beeinträchtigung des beidäugigen Sehens .....	81
5. Stolperstein: Desorientierung bei Bilddenkern .....	84
6. Stolperstein: Eingeschränkte auditive Wahrnehmung .....	88
Mit Freude schreiben .....	96

<b>Rechenprobleme</b> .....	100
1. Stolperstein: Zahlenunsicherheit .....	102
2. Stolperstein: Frühkindliche Entwicklung .....	106
3. Stolperstein: Schwierigkeiten bei Bilddenkern .....	109
Rechenschwäche oder Dyskalkulie? .....	112
Mit Freude rechnen .....	114
<b>Konzentrationsprobleme und AD(H)S</b> .....	118
Die Untersuchung .....	123
Die Behandlung (Therapie) .....	127
Konzentration bei Bilddenkern .....	138
Was bei der Erziehung besonders wichtig ist .....	143
<b>Prüfungsangst</b> .....	148
1. Stolperstein: Stresslevel .....	150
2. Stolperstein: Familiensystem .....	155
3. Stolperstein: Die Vergangenheit .....	159
<b>Schlechte Noten</b> .....	162
Die drei Schlüsselfragen zu guten Noten .....	162
Wie wichtig sind gute Schulnoten überhaupt? .....	166
Schlusswort .....	174
<b>Zum Nachschlagen</b>	
Glossar .....	176
Bücher und Internetlinks, die weiterhelfen .....	186
Dank .....	190
Impressum .....	192

# GRUNDLAGEN FÜR ERFOLGREICHES LERNEN

Wie gut die Sache mit dem Lernen läuft, hängt von verschiedenen Faktoren ab. Als Eltern können Sie viel dafür tun, um die Voraussetzungen zu schaffen, die es Ihrem Kind leichter machen.

## LERNFLOW STATT LERNFRUST

In der frühen Kindheit lernen wir wie von selbst, freiwillig und so schnell wie niemals später: unsere Muttersprache, unzählige Bewegungsabläufe, soziale Prozesse und weitaus mehr. Und wir lernen vieles davon ohne Lehrer und in den meisten Fällen hochmotiviert. Während der Schulzeit sieht das mit dem Lernen dagegen leider oft ganz anders aus: Frust statt Lust, Fremdbestimmung statt Freiwilligkeit, Versagensangst statt Begeisterung.

Der Berufsverband der Kinder- und Jugendärzte (BVKJ) stellte schon 2014 auf seinem 20. Kongress mit dem Titel »Macht Schule krank?!?« eine steigende Zahl an Depressionen, Angst-, Schlaf- und psychosomatischen Störungen unter den Schülerinnen und Schülern fest und forderte menschlichere Schulen.

Drei Jahre später ergab die umfangreiche Studie »Präventionsradar« der DAK-Gesundheit, dass 43 Prozent der Schülerinnen und Schüler im Alter von 10 bis 18 Jahren häufig Stress haben – eine erschreckend

hohe Anzahl und ein trauriges Ergebnis, wie ich finde. Denn Notendruck belastet durch Vorwürfe, ein schlechtes Gewissen, enttäuschte Erwartungen und Tränen nicht nur die Kinder, sondern liefert auch immer wieder Anlass für Streit und belastet so massiv die gesamte Familiensituation.

Trotz allem sollte man sich von solchen negativen Schlagzeilen nicht entmutigen lassen. Die Haltung der Mütter oder der Väter und natürlich auch der Lehrerinnen und Lehrer ist entscheidend und prägend für Kinder und Jugendliche. Jeder kann dazu beitragen, dass sie (wieder) mehr Lust aufs Lernen haben und Lernen mehr Spaß macht.

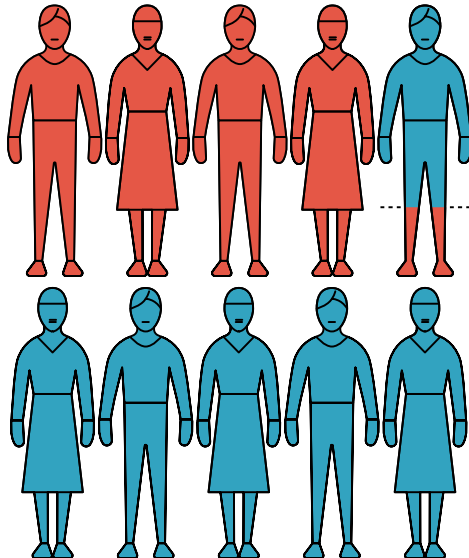
### STRESS BEI SCHÜLERINNEN UND SCHÜLERN

**43 %**

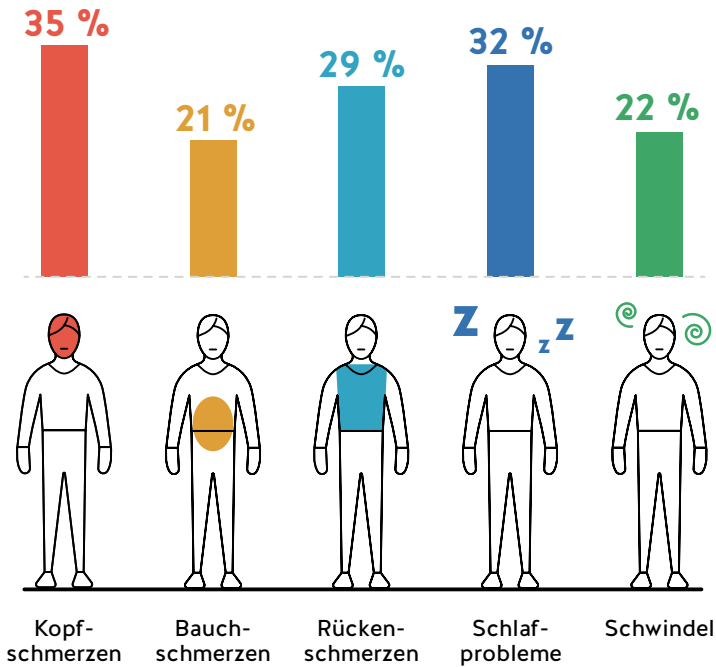
haben häufig  
Stress

**57 %**

haben selten  
Stress



## GESUNDHEITSPROBLEME DURCH SCHULSTRESS



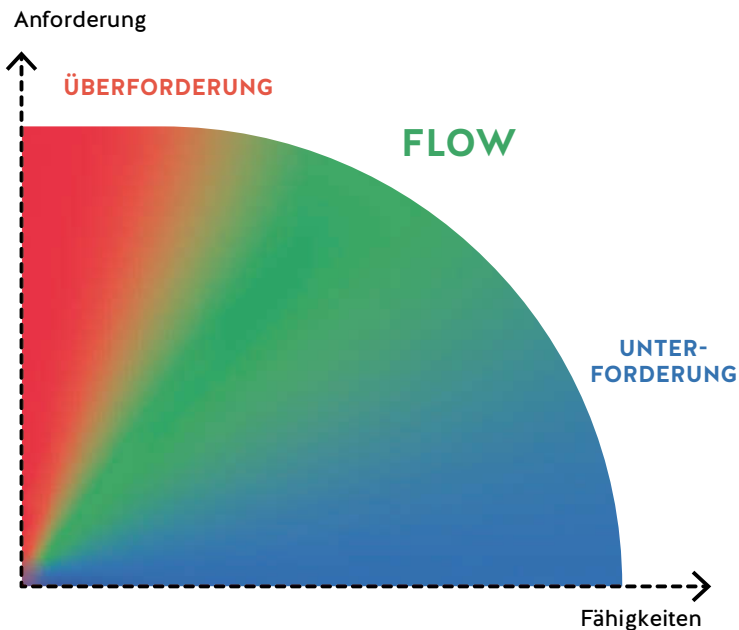
## In den Lernflow kommen

Den Begriff »Lernlust« findet man in Fachbüchern zwar nicht, sehr wohl aber den des »Lernflows«: Wenn wir einen sogenannten Lernflow erleben, lernen wir am leichtesten – mühelos, wie von selbst und äußerst ausdauernd. Doch was ist dieser Flow?

Flow (englisch: fließen, strömen) bezeichnet das beglückende Gefühl eines mentalen Zustandes völliger Vertiefung (Konzentration) und restlosen Aufgehens in einer Tätigkeit. Wenn wir im Flow sind, erledigen sich Aufgaben wie von selbst. Wir merken nicht, wie die Zeit vergeht, und verspüren keine Anstrengung. Im Grunde könnte man statt Flow also auch das gute alte Wort Schaffensrausch verwenden.

Als Schöpfer der Flow-Theorie gilt der Psychologe Mihály Csíkszentmihályi. Er beschreibt den Flow als eine Tätigkeit, bei der man so in eine Sache vertieft ist, dass nichts anderes eine Rolle zu spielen scheint. Auch beim Lernen kann man in einen wunderbaren Flow geraten – das sollte sogar das Ziel sein. Die gute Nachricht ist, dass der Lernflow quasi von allein entsteht, wenn ein Kind genügend motiviert ist (siehe Seite 22 ff.) und die Anforderungen, die an es gestellt werden, als angemessen erlebt. Das bedeutet: Die beziehungsweise der Lernende dürfen weder überfordert noch unterfordert sein.

### DAS FLOW-PRINZIP



*Der Flow-Bereich (grün) befindet sich zwischen Überforderung (rot) und Unterforderung (blau). Stress, Angst und Überforderung liegen über der roten Linie, Langeweile und Routine unter der blauen. Steigen Fähigkeiten und Anforderungen gemeinsam an, wird auch der Bereich des Flows größer.*



## Check

### WIE STEHT ES UM DIE SEELISCHE REIFE IHRES KINDES?

Um festzustellen, ob dieses Thema bei Ihrem Kind von Bedeutung ist, beantworten Sie bitte folgende Fragen:

0 = stimmt nicht, 1 = stimmt selten,

2 = stimmt teilweise/manchmal, 3 = stimmt ganz/immer

1. Kann sich Ihr Kind längere Zeit auf eine Sache konzentrieren?

0    1    2    3

---

2. Kann es sich in einer Gruppe einfügen und Regeln meistens akzeptieren?

0    1    2    3

---

3. Kann es eigene Bedürfnisse zurückstellen und Kompromisse schließen?

0    1    2    3

---

4. Kann es sich im vertrauten Umfeld leicht von seinen Eltern lösen?

0    1    2    3

---



5. Kann es kleinere Enttäuschungen ohne Ihren Trost ertragen?

0 1 2 3

6. Übernachtet es ohne Sie bei Freunden oder Verwandten?

0 1 2 3

### AUSWERTUNG:

- Bei 12 bis 18 Punkten gilt: Wenn die meisten Fragen bejaht werden können, darf man davon ausgehen, dass das Kind seelisch gut entwickelt ist und eine stabile seelische Reife vorliegt. Die Lernprobleme haben dann andere Ursachen. Bei sechsjährigen Kindern sind diese Fähigkeiten oft noch nicht umfänglich entwickelt. Dies kann völlig in Ordnung sein, wie der eingangs erwähnte Vergleich mit den Weintrauben zeigt (siehe Seite 12). Im Zweifelsfall sollten Sie eine Expertin oder einen Experten um Unterstützung bitten.
- Lag das Ergebnis bei 0 bis 6 Punkten, ist vor allem bei älteren Kindern die seelische Reife nicht genug entwickelt. Möglicherweise liegt eine Entwicklungsverzögerung vor, die die Lern- und Konzentrationsprobleme erklärt. In diesem Fall sollten erzieherische, eventuell auch therapeutische Maßnahmen durchgeführt werden.
- Bei 7 bis 11 Punkten ist die Auswertung nicht eindeutig. Wenn der Leidensdruck Ihres Kindes groß ist, würde ich professionelle Hilfe zurate ziehen. Ist das Kind erst fünf oder gerade erst sechs Jahre alt, sollte untersucht werden, ob es wirklich schon schulreif ist oder ob es nicht lieber erst ein Jahr später eingeschult werden sollte.



**BESTSELLERAUTORIN NICOLA SCHMIDT**  
**»ERZIEHEN OHNE SCHIMPFEN«**  
**ÜBER DIESES BUCH:**



Die Hinwendung zu den Ressourcen, die Kinder mitbringen,  
macht dieses Buch zu einer wertvollen Lektüre.



---

## **DAMIT SCHULE SPASS MACHT**

Für viele Kinder und Jugendliche ist Lesen Schwerstarbeit, Rechtschreibung eine Kunst und Mathe eine Wissenschaft für sich.

Es fällt ihnen schwer, sich zu konzentrieren, und sie haben Bammel vor der nächsten Klassenarbeit. Eine Belastung für die Kinder und deren Eltern. Dabei sind gerade diejenigen, denen das Lernen in der Schule schwerfällt, oft besonders intelligent.

Der profilierte Lerntherapeut Stefan Reiner hilft, die Stolpersteine im Schulalltag aufzudecken und erfolgreich zu überwinden. Mittels praktischer Tipps und Checklisten können Eltern und Pädagogen herausfinden, wie sie individuell unterstützen. Außerdem sagt Stefan Reiner klar, wann es sinnvoll ist, sich an Experten zu wenden und an welche.

WG 484 Familie  
ISBN 978-3-8338-7586-1



9 783833 875861

[www.gu.de](http://www.gu.de)