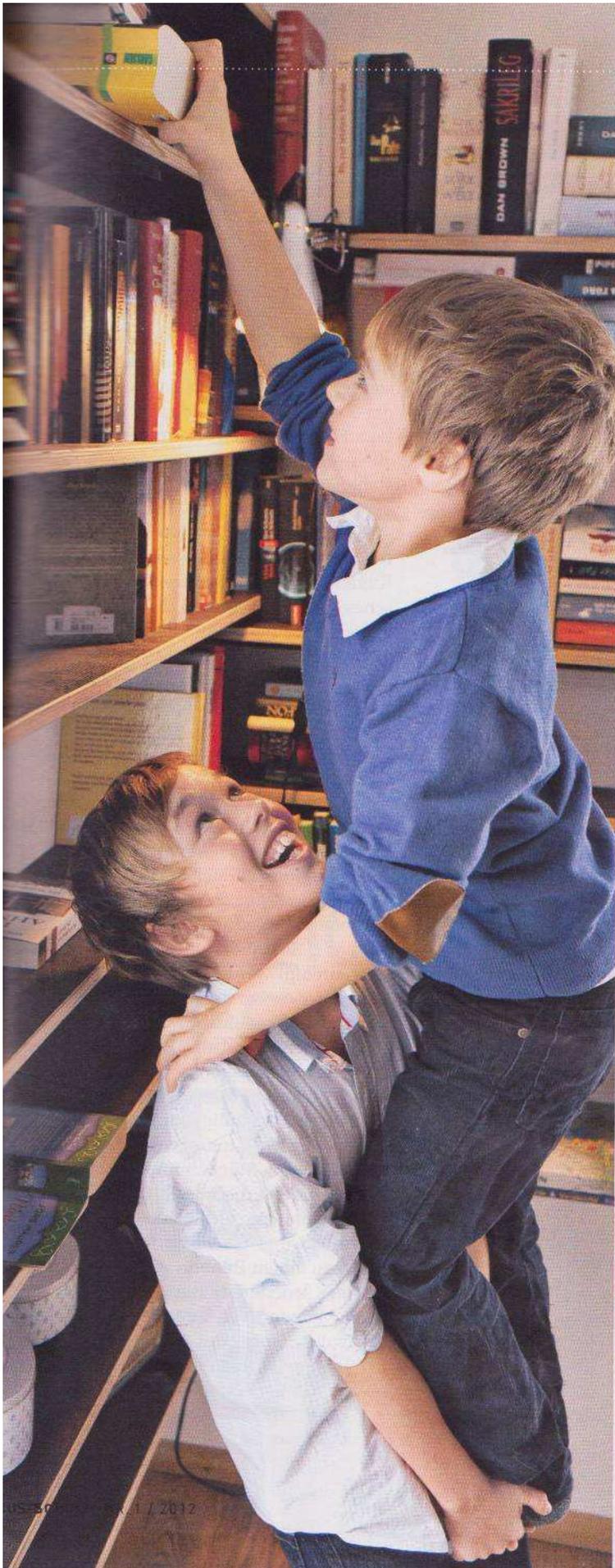


TITELTHEMA: MOTIVATION

Mit Hilfe klappt es sicher:
Die Brüder Linus, 7 (im blauen Pullover), und seine Brüder Lukas, 13 (unten), und Laurin, 10 (rechts), motivieren sich gegenseitig – allein schon dadurch, dass sie sich aufeinander verlassen können

So schaffst du es!

Jedes Kind ist von Natur aus motiviert. Wenn es Eltern gelingt, Neugier und Spaß für die Schule zu wecken, folgen gute Leistungen meist von selbst



Los Linus, gleich hast du's", spornst Laurin, 10, seinen jüngeren Bruder an. Der Siebenjährige hält sich tapfer auf der wackeligen Rüberleiter. Mit der linken Hand stützt er sich auf die Schulter des Bruders, mit der rechten angelt er für ihn dessen Lieblings-„Harry Potter“ (Band 3) aus dem obersten Regal. Lukas, 13, schaut lächelnd zu, wie Linus stolz mit dem Buch auf dem Boden landet.

Wenn die drei Brüder aus dem bayerischen Münster bei Augsburg sich etwas vornehmen, dann schaffen sie es meist auch, egal, ob zu Hause, auf dem Fußballplatz oder in der Schule. Die zwei Gymnasiasten und der Grundschüler haben die gleichen Lieblingsfächer: Mathe, Deutsch und Sport. Dass ihre schulischen Leistungen gut sind, liegt sicher auch an der gelassenen Einstellung ihrer Mutter Andrea Bischofberger. „Wenn eine Klassenarbeit mal nicht so gut ist, dann muss man die Kirche im Dorf lassen“, meint die 38-Jährige. Ihre Botschaft ans Kind: „Ich habe dich lieb, egal, wie deine Noten sind.“

Nicht alle Eltern sehen das so locker. Sie versuchen, ihre Kinder mit Strafen und Belohnungen auf die richtige Fährte zu führen, schimpfen, drohen mit Fernsehverbot oder locken mit Geschenken. Schließlich verzweifeln sie, weil der Nachwuchs einfach „null Bock“ auf Lernen hat. ▶

ÜBERSICHT

Seite 12 | **SO SCHAFFST DU ES:**
Wie Eltern die innere Motivation ihrer Kinder anregen können

Seite 18 | **FORSCHUNG:**
So funktioniert Motivation im Gehirn

Seite 19 | **BÜCHER & SPIELE:**
Sechs kleine Helfer gegen den inneren Schweinehund

Seite 20 | **MENTORING:**
Was Vorbilder bewirken können

Seite 22 | **ERFOLGSREZEPT:**
Schwimmlegende Michael Groß über sein Motivationsgeheimnis

Träumen, spüren, Freiräume lassen

Tipps und Tricks von Motivationstrainer Steffen Kirchner

- 1 Über Träume sprechen anstatt über Noten:** Gute Zensuren allein begeistern wenige. Emotionen bewegen Menschen. Entwickeln Sie gemeinsam einen Traum, für den Ihr Kind innerlich brennt. Kinder arbeiten für Träume, nicht für Zahlen.
- 2 Nicht nörgeln:** Ermahnungen überhört man, Konsequenzen hingegen spürt man. Spielen Sie nicht ständig den meckernden Antreiber. Kinder lernen am schnellsten durch Erfahrung. Setzen Sie darauf.
- 3 Dem Kind die lange Leine lassen:** Wahlfreiheit motiviert Menschen. Wer jemanden an die kurze Leine nimmt, fesselt sich damit selbst. Nur Kinder, die Raum zur Entwicklung bekommen, können wachsen.
- 4 Mit Spaß zum Erfolg:** Zu viel Ernst tötet Motivation. Die Wissenschaft hat gezeigt, dass das Gehirn nur einhergehend mit Spaß richtig gut lernen kann. Sorgen Sie für Lockerheit und Freude, anstatt verbissen auf etwas hinzuarbeiten.
- 5 Wetten abschließen:** Kinder lieben Spiele. Machen Sie aus einem Ziel ein Wettspiel. Vereinbaren Sie angemessene Preise für den Erfolgs- sowie Misserfolgsfall. Wichtig: Ihr Kind muss emotional sowohl von der Belohnung als auch von der „Strafe“ berührt sein.



„Jeder ist ein Champion“, lautet das Motto von Steffen Kirchner. Der Motivationstrainer hält Vorträge an Schulen (www.steffenkirchner.de)

„Ein Kind ist kein Gefäß, das gefüllt, sondern ein Feuer, das entzündet werden will“, philosophiert Steffen Kirchner, Motivationstrainer aus München, der nicht nur Führungskräfte coacht, sondern bei Schulveranstaltungen auch mit Jugendlichen, Eltern und Lehrern arbeitet (vgl. Kasten links). Wenn Kinder keine Lust auf Lernen haben, dann liege es daran, dass sie nicht wissen, wofür sie brennen, sagt er. Grundsätzlich gebe es keine unmotivierten Kinder. So muss kein Säugling animiert werden, seine Umwelt zu erforschen. Neues zu entdecken und zu verstehen liegt in unseren Genen und ist im Gehirn einprogrammiert (vgl. S. 18).

Nur aus eigenem Antrieb lässt sich wahre Motivation deshalb anknipsen. Eltern können ihre Kinder dabei unterstützen oder sie durch falsches Verhalten bremsen. Zu starke Kontrolle, zu hohe Erwartungen, zu viel Leistungsdruck bewirken oft das Gegenteil dessen, was angestrebt ist. „Eltern, die ihr Kind quasi auf den Berg fliegen, nehmen ihm die Chance, das Glücksgefühl zu erleben, das eintritt, wenn man sich für eine Sache richtig angestrengt hat“, sagt Elke Wild, Pädagogin an der Universität Bielefeld.

Ein Patentrezept für bessere Motivation hat auch sie nicht. Ihre Grundmaxime lautet: so viel Hilfe wie nötig, so wenig Hilfe wie möglich. Eine Strategie, die sich bei den drei Söhnen der Familie Bischofberger auszahlt. Bei den Hausaufgaben müssen sie sich an zwei klare Regeln halten: 1. Sie dürfen nicht auf den letzten Drücker erledigt werden. 2. Für Fragen stehen die Erwachsenen bereit und erklären, ohne die Lösung vorwegzunehmen.

„Etwa ein Viertel aller Eltern macht alles richtig“, glaubt Pädagogin Wild. Sie hat wissenschaftlich nachgewiesen, dass Mütter und Väter die zur Selbstständigkeit erziehen, die Selbstmotivation der Kinder vergrößern. Der Lohn: Wer aus freien Stücken für die Schule lernt, erzielt bessere Ergebnisse. Der innere Antrieb steigert Interesse und Ausdauer, stärkt die Konzentration und macht im Idealfall das Lernen selbst zu einem Erlebnis.

Diese sogenannte intrinsische Motivation ist nach Meinung von Experten die stärkste und wertvollste Form der Motivation: Kinder lernen in eigener Regie und mit Begeisterung. Im besten Fall hat ein Kind irgendwann akzeptiert und verinnerlicht, dass Lernen sinnvoll ist, selbst wenn es mal langweilig oder anstrengend ist