

Inhaltsverzeichnis

Einleitung	9
Kapitel 1: Warum lernen und Hausaufgaben machen, wenn die Schule Schwachsinn ist?	13
1. Ist Ihr Kind stolz darauf, dass es in die Schule darf? . .	15
2. Wie Sie eine positive Bindung an Schule und Lernen fördern	17
3. Auf Stärken bauen – Selbstvertrauen fördern	18
Kapitel 2: Kein Schüler schreibt absichtlich schlechte Noten	21
1. Kein Schüler schreibt absichtlich schlechte Noten . . .	21
2. Schlechte Noten lassen nicht einmal die Eltern cool bleiben	23
3. Wie Sie Ihrem Kind über schlechte Noten hinweghelfen	26
4. Die Vorbereitungsphase: So bereiten Sie sich auf das Gespräch vor	27
5. Die Zuhör- und Verständnisphase	27
6. Die Wiederaufbau- und Bewältigungsphase	30
7. Ein Donnerwetter hat noch niemandem geschadet . .	31

Kapitel 3: Ihre Erwartungen	33
1. Was erwarten Sie von Ihrem Kind?	33
2. Mit realistischen Erwartungen erreichen Sie am meisten	34
3. Wie Sie Ihrem Kind Ihre Erwartungen kommunizieren	35
4. Wann soll das erste Nachgespräch stattfinden?	37
5. An die Erfolge anknüpfen statt Probleme ausbreiten .	39
6. Lassen Sie die Verantwortung dort, wo sie hingehört .	40
7. Bilden Sie ein starkes Elternteam	42
Kapitel 4: Schüler im Stress	45
1. Was belastet Schüler?	45
2. Höher, weiter, mehr	47
3. Sogar in der Freizeit unter Strom	49
4. Realistisch fördern	50
5. Erholung – mehr als Nichtstun	51
6. Bewegung – das Geheimnis eines aktiven Gehirns . . .	51
7. Die Zutaten für erfolgreiches Lernen – stehen Sie zu Ihren Werten	53
Kapitel 5: Motivationsstrategien	55
1. Wer ist der Boss von deinen Hausaufgaben?	55
2. Zeigen Sie Ihrem Kind, warum ihm schon heute Lernen und Schule nützlich sind	56
3. Welche Vorteile hat es für dich, wenn du gut lernst und dich anstrengst?	59
4. Hausaufgaben machen hat nicht nur einen Vorteil, sondern mehrere	60
5. Was bist du bereit, für dein Ziel zu tun?	60
6. Wie Sie mit Ihrem Kind über nicht gemachte Hausaufgaben sprechen	61

Kapitel 6: Ihr Weg zum Lern-Coach	74
1. In Zukunft werde ich besser lernen	74
2. Was »In Zukunft werde ich besser lernen« und Neujahrsvorsätze gemeinsam haben	75
3. Der gute Coach kennt sich selbst	78
4. Der gute Coach lernt selbst	79
5. Der gute Coach ist anschauliches Modell	81
6. Der gute Coach hat realistische Erwartungen	88
7. Der gute Coach spürt, wie sich der andere fühlt	89
8. Der gute Coach ermutigt und unterstützt	91
9. Coaching in schwierigen Situationen	91
Kapitel 7: Lernen und Hausaufgaben	99
1. Wie Sie Ihr Kind <i>vor</i> dem Lernen am besten coachen .	107
2. Wie Sie Ihr Kind <i>während</i> des Lernens am besten coachten	134
3. Wie Sie Ihr Kind <i>nach</i> dem Lernen am besten coachen	145
Kapitel 8: Das Lernbündnis Elternhaus – Schule	160
1. Wie Ihr Kind von einer guten Zusammenarbeit zwischen Ihnen und dem Lehrer profitiert	162
2. Bieten Sie dem Lehrer Ihre Zusammenarbeit an	164
3. Voraussetzungen einer gelingenden Kooperation zwischen Elternhaus und Schule	165
Kapitel 9: Lernen – Was die Wissenschaft verrät	167
1. Eltern – Hauptfaktor für Schulerfolg	167
2. Fleiß und Wissen – wichtiger als Intelligenz?	170
3. Häufige Fragen zu den Hausaufgaben	175
Literatur	179
Anhang	181