

Phänomen Lernblockade

*Wie man sie erkennen
und lösen kann*

**Das Kind ist fleißig in der Schule,
bemüht sich – und trotzdem will sich
kein Erfolg einstellen. Der Grund
könnte eine Lernblockade sein.
Doch keine Sorge:
Es gibt viele Wege, sie zu lösen.**

fotolia
by Adobe

Kinder sind von Natur aus wissbegierig. Im Laufe der Schulzeit scheint die Begeisterung für das Lernen jedoch bei vielen nachzulassen. Vorübergehende Unlust muss aber nicht gleich eine Lernblockade sein. „Es gibt immer wieder Phasen, in denen so etwas völlig normal ist, vor allem in der Pubertät“, sagt Claudia Zock, Kinder- und Jugendcoach sowie zweifache Mutter. „Erst, wenn der Zustand länger anhält, die Noten immer schlechter werden und sich regelrecht Frust einstellt, ist Handeln angesagt“, erklärt die Expertin.

Deutliche Anzeichen für eine Lernblockade sind:

- Das Kind lernt zu Hause, kann aber die Informationen in der Schule nicht mehr abrufen
- Angst vor der Schule, eventuell sogar begleitet von Bauch- oder Kopfschmerzen
- In manchen Fällen aggressives Verhalten und Arbeitsverweigerung

Das Problem ist: Je länger die Blockade anhält, desto tiefer geraten die Kinder in eine Abwärtsspirale. Der verpasste Stoff ist kaum noch aufzuholen, Lernen scheint immer sinnloser zu werden. Das Gefährliche daran: Ständige schulische Misserfolge schwächen das Selbstbewusstsein und wirken sich auf alle Bereiche des Lebens aus.

Vielfältige Ursachen

Doch wie entstehen überhaupt Lernblockaden? „Stress durch das persönliche Umfeld kann einer der Gründe sein“, sagt Zock. Etwa Ärger mit den Eltern, Freunden oder Lehrern und auch Mobbing. Wenn der Nachwuchs bereits in sozialen Netzwerken unterwegs ist wie etwa Facebook oder Whatsapp empfiehlt sie Eltern herauszufinden, was sich dort tut, ob es hässliche Auseinandersetzungen in der Community gibt. Nicht durch Kontrolle, sondern durch Beobachten, wie sich das Kind nach dem Chatten verhält.

Weitere Gründe können übersteigerter Ehrgeiz oder Selbstzweifel sein, aber auch schlicht falsches Lernverhalten. „Jeder Mensch lernt auf unterschiedliche Art: Die einen müssen einen Text hören, um ihn zu verstehen, die anderen ihn lesen“, weiß Zock. Und manche Kinder lernen nur, wenn sie sich dabei bewegen können. Meistens ist eine Mischung von allem nötig, um das Gelernte im Langzeitgedächtnis zu verankern. Zudem haben Gehirnforscher herausgefunden, dass starke Gefühle, die mit dem Gelernten in Verbindung gebracht werden, die Merkfähigkeit steigern. Mit positivem Effekt kann das die Katze sein, die während des Lernens auf dem Schoß liegt oder ein gemeinsamer Ausflug ins naturwissenschaftliche Museum, wo Wissen spielerisch vermittelt wird. Wird hingegen mit Angst gelernt, überträgt sich diese Emotion auf das Abrufen der Informationen in der Schule – es kommt zur Denkblockade, auch Blackout genannt.

Manche achtlos von den Eltern dahingesagten Sätze können ebenfalls Lernblockaden auslösen, etwa „Ich war auch nie gut in Mathe, das hast Du von mir“. Man nennt sie Glaubenssätze, in dem Fall negative, die sich tief ins Gehirn eingraben und regelrecht lähmen können. Besser ist es, Zuversicht zu vermitteln: „Das schaffst Du schon“ wäre ein solcher positiver Glaubenssatz.

Reizüberflutung im Gehirn

Konzentrationsstörungen gehören heutzutage zu den häufigsten Ursachen für schulische Probleme. Wissenschaftler gehen davon aus, dass die verstärkte Nutzung von Medien wie Fernsehen, Tablet, Smartphone und Spielkonsolen einen nicht unerheblichen Anteil daran haben. Schnelle Bilderfolgen, ein Schwall an Informationen und der oberflächliche Umgang damit mindern die Fähigkeit, sich längere Zeit auf eine Sache zu konzentrieren. Außerdem: „Setzt sich ein Kind nach den Hausaufgaben sofort vor den Bildschirm, ist das Gelernte wie weggeblasen“, warnt Zock.

Lösen von Lernblockaden

Gespräche mit dem Kind, mit Lehrern, einem Kinderpsychologen oder –coach können helfen, die Ursache zu finden. Ist sie erkannt, aber das Problem nicht alleine zu bewältigen, gibt es verschiedene Methoden, Lernblockaden zu lösen. Hier einige Beispiele:

- Gegen Konzentrationsstörungen helfen autogenes Training, Yoga, Konzentrationsübungen und die beiden Gehirnhälften stimulierende Überkreuzübungen.
- Durch Kinesiologie können stressbedingte Blockaden gelöst werden.
- Systemische Aufstellungen
- Die Emotional Freedom Technik (EFT) eignet sich unter anderem bei Ängsten. Eine Klopftechnik, ähnlich der Akupunktur, nur ohne Nadeln
- Bewegungstherapien, zum Beispiel Reflextraining

Einfache Mittel für Zuhause sind: Eine angenehme Arbeitsatmosphäre ohne Ablenkung für das Kind schaffen und gemeinsam herausfinden, wann und auf welche Weise es gut lernen kann. Nicht Nachhilfelehrer spielen, sondern schulische Themen in den Alltag einbinden, zum Beispiel Rechnen beim Einkauf oder Geschichten aus dem Deutschunterricht erzählen lassen. „Das Wichtigste ist, dem Kind den Druck zu nehmen und die Schule nicht zum alles beherrschenden Thema werden zu lassen“, empfiehlt Zock.

Schon im Kindergarten vorbeugen

Bereits im Kindergarten lassen sich die Weichen für später legen. „Damit der Nachwuchs angstfrei in die Schule gehen kann, sollte auch hier das Thema nicht überstrapaziert und darauf geachtet werden, dass nicht schon in der Vorschule eine Überforderung stattfindet“, so die Expertin. Unter Druck verlören die Kinder ihre natürliche Neugierde. Die ist aber Voraussetzung für den Spaß am Lernen. Die beste Schulvorbereitung sieht sie in den „guten alten Brettspielen“. „Bei Mensch ärgere Dich nicht etwa lernen die Kinder Zahlen und Frust auszuhalten. Ein besseres Training gibt es kaum!“

(SF)

Unsere Interviewpartnerin

Claudia Zock
Lern- und Coachingpraxis
für Kinder und Jugendliche
in Eichenau und Umgebung

