# Lerntherapie – Fragen und Antworten

Immer wieder sind Eltern neben der eigenen Arbeitstätigkeit stark gefordert, ihren Kindern zu helfen, die schulischen Ziele zu erreichen. Dabei stellen sich oftmals zentrale Fragen:

**Wie können Eltern ihr Kind beim Lernen produktiv unterstützen?**
Erlebt sich ein Kind als kreativer Problemlöser, wird dies sein Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten und Stärken fördern. Eltern sollten ihrem Kind also Gestaltungsraum geben, in dem es selbst ausprobieren kann, wie ihm Lernen gelingt. Interesse am Lernprozess und den schulischen Herausforderungen helfen dem Kind, sein Lernen zu reflektieren.

**Wie kann in stressigen Lernphasen Ruhe bewahrt werden?**
Was beim Lernen immer hilft, sind Ordnung, Struktur und ein gutes Zeitmanagement. Wichtig ist auch der mentale Faktor. Ist der Kopf aufgrund vieler Aufgaben in Aufruhr, ist es schwierig, klare Gedanken zu fassen. In diesem Fall ist es hilfreich, einen Lernplan zu erstellen, der einen Überblick über die anstehenden Arbeiten und die zur Verfügung stehende Zeit gibt. Auf diese Weise ist man nicht nur Empfänger von Aufgaben, sondern wird auch deren Gestalter. Das Gefühl der Überforderung weicht demjenigen der Machbarkeit.

**Wie lernt man mit Vorgaben und Widerständen umzugehen?**
Wichtig ist, zwischen Dingen, die bestehen, und solchen, die veränderbar sind, zu unterscheiden. Gelingt dies, kann die Aufmerksamkeit so ausgerichtet werden, dass Lernen möglich wird. Gegen Vorgaben anzukämpfen, frustriert und ist meist nicht zielführend. Stattdessen sollte man sich auf das konzentrieren, was sich positiv entwickeln lässt. So bleibt die Motivation, die Ansprüche werden realistisch, unnötiger Stress und Widerstände werden reduziert.

Von links: Romana Furrer, Barbara Indlekofer, Ulrike Ringier, Deborah Hasler, Johanna Zingg, Stefan Schaub, Gisèle Brüderlin. Bild: zvg

**Für weitere Fragen rund ums Lernen stehen die Lerntherapeuten gerne zur Verfügung.**
Gemeinsam mit den Kunden erarbeiten sie einen persönlichen Lernstil, dabei ist die Berücksichtigung von Stärken und Ressourcen ganz wichtig. In diesem Sinne ist Lerntherapie immer auch Persönlichkeitsentwicklung. Davon können nicht nur Kinder, sondern auch Jugendliche und Erwachsene profitieren. *(zvg)*

ANZEIGE

**Lerntherapie in der Region Basel**

| | |
|---|---|
| **Gisèle Bruederlin** | Schmidlihof 6, 4102 Binningen<br>www.lerntherapiebruederlin.ch<br>g.bruederlin@bluewin.ch, 061 421 48 44 |
| **Romana Furrer** | Schmidlihof 6, 4102 Binningen<br>www.leichterlernen.net<br>romana.furrer@gmail.com, 078 802 26 47 |
| **Deborah Hasler** | In der Schappe 28, 4144 Arlesheim<br>www.memomind.ch<br>d.hasler@memomind.ch, 061 701 31 26 |
| **Barbara Indlekofer** | Elsässerstrasse 7, 4056 Basel<br>www.lernen-pp.ch<br>info@lernen-pp.ch, 078 662 29 49 |
| **Ulrike Ringier** | Rütimeyerstrasse 12, 4054 Basel<br>www.lernweg-basel.ch<br>ringier@lernweg-basel.ch, 078 790 32 36 |
| **Stefan Schaub** | Alemannengasse 88, 4058 Basel<br>www.lern-und-dyskalkulietherapie.ch<br>schaub@lern-und-dyskalkulietherapie.ch, 078 760 49 20 |
| **Johanna Zingg** | Im Hofacker 16, 4106 Therwil<br>www.inpunctolernen.ch<br>info@inpunctolernen.ch, 076 372 02 05 |