ABFLUG

Der Elternberuhiger

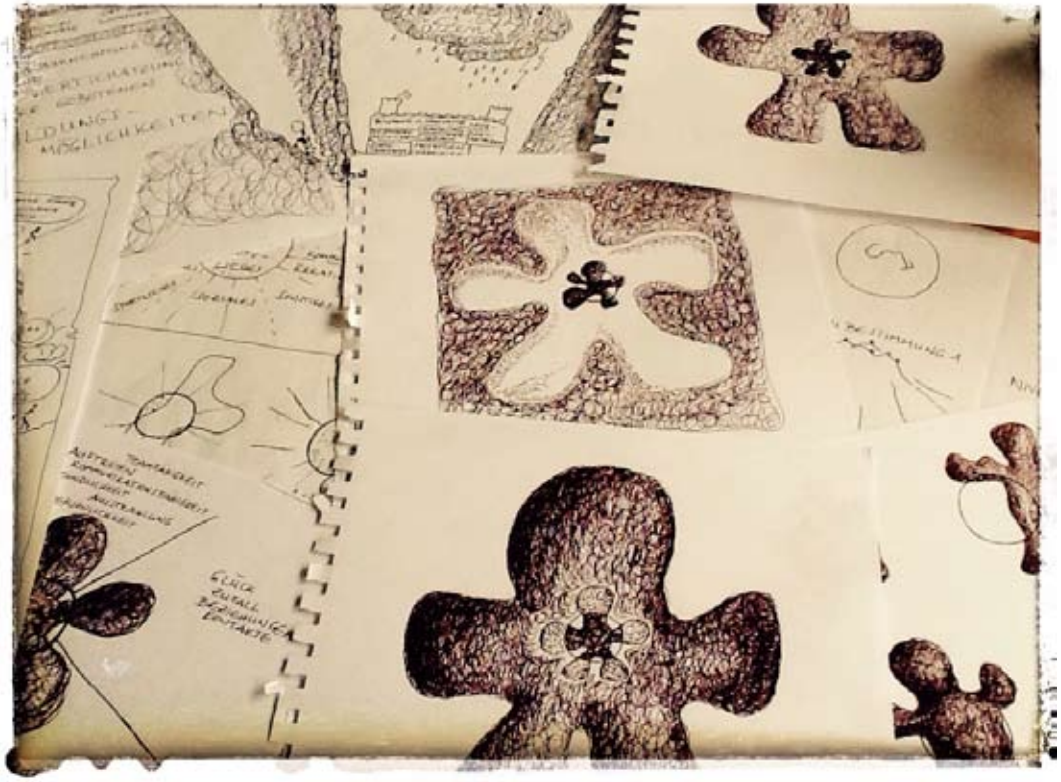
Otto Kraz for Ex-Faustler und - innen
die irgendwann Mamas oder Papas werden
oder es schon sind.

Institut für Blickwinkeländerung

Liebe Ex-Faustler und - innen

Wenn man 25 Jahre Verbindungslehrer am Faust war und 10 Jahre Abteilungsleiter für Schulentwicklung darf man für seine ehemaligen Schüler/innen einen Erziehungs-Ratgeber der besonderen Art in ein PDF pressen. Finde ich. Immerhin habe ich ein Berufsleben lang Eltern beraten - und gleichzeitig auch deren Kinder. Also einige von euch. Da baut sich dann Stück für Stück im Bauch ein verrückter Erfahrungsschatz auf. Weil man beiden Seiten beim Bemühen um dieses Lernen und dieses Schule-machen zuschaut. Und das spätere Nach-der-Schule kennt.
Ich habe dieses PDF so gestrickt, als würde jemand aus euren Reihen zu mir kommen und Folgendes sagen:
„Mensch Bayer. Du aus deiner gymnasialen Sicht, der 35 Abitursjahrgänge hat an sich vorüberziehen sehen, musst doch eigentlich wissen, auf was es ankommt, damit dieses Ding mit der Schule entspannt und gut läuft für mein Kind läuft. Sag doch mal. Ich hab nämlich jetzt selbst Kinder."
Na ja. Und ich würde euch vielleicht unser etwas abgeändertes EXPO2000-Motto an den Anfang des Elternberuhigers stellen:
„Gebt Kinder maximal viele Möglichkeiten, sich zu entwickeln, sich einzusetzen, selbst aktiv zu werden ..... dann habt ihr viel für deren Zukunft getan" ...
Insider kennen dieses Motto ....
und dann würde ich ergänzen
... und nehmt sie frühzeitig ernst, aber vergesst euch dabei niemals selbst.

Der Bayer aus seinen letzten Pfingstferien.



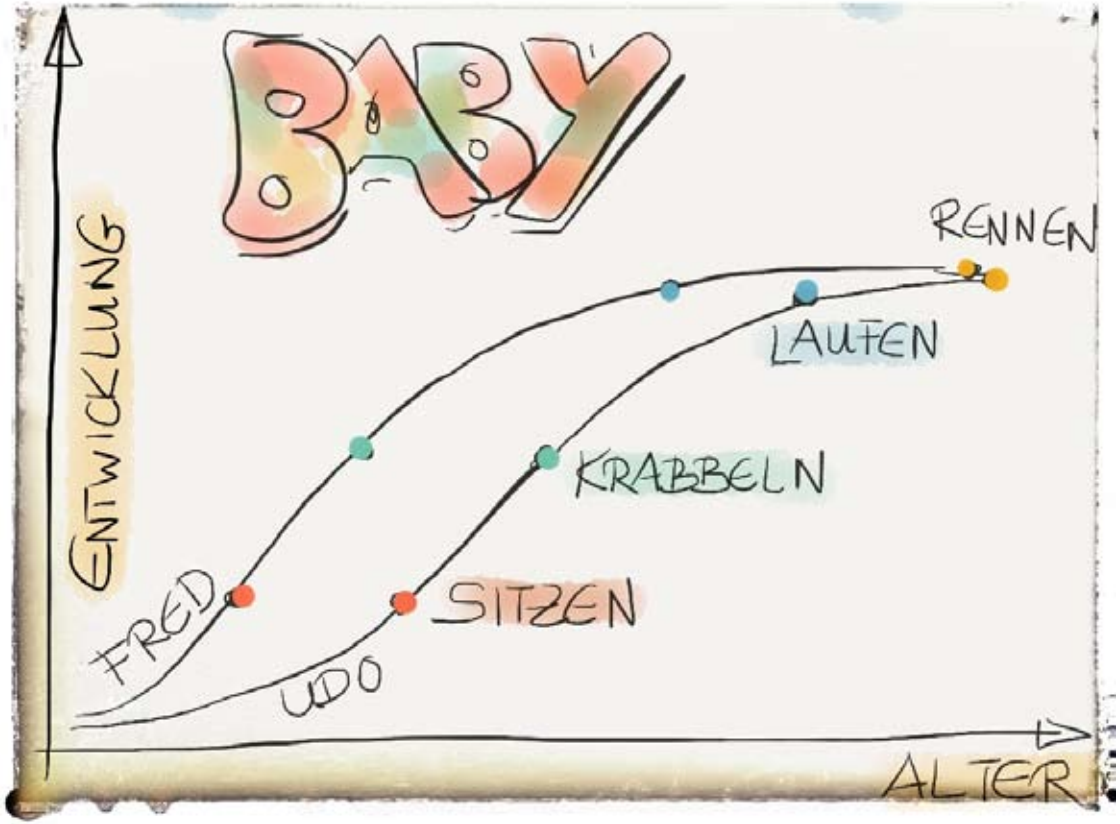
Liebe ehemalige Faustler und - innen

Da ich jetzt auch bald zu den Ehemaligen zähle und versprochen habe, aus meinen 35 Jahren Elternberatungsgesprächen und Beratungs-Kritzeleien anlässlich des großen Stufentreffens einen kleinen Elternberuhiger zu basteln, ist jetzt der Zeitpunkt gekommen, das Versprechen einzulösen.
Elternberuhiger deshalb, weil ich eigentlich meist nur beruhigt habe. Und auch allermeistens komplett damit genau richtig lag. Ihr merkt es ja selbst an euch und euren Mitschüler/innen von damals.
Ich beruhige also aus Erfahrung und fange bei der Erziehung hier mal ganz vorne an: Und ich duze euch hier wie immer: Hoffe, das ist ok so.

Otto Kraz - Pfingsten 2015

Das Projekt Nachwuchs.
Wenn du jetzt meinst, dass du ja erst am Studieren bist und das mit den Kindern noch in den Sternen steht: Glaub mir: Es kommt bei den Allermeisten von euch. Wenn es erst einmal im Freundkreis losgeht mit dem Nachwuchs, dann gibt es oft kein Halten mehr.
Und wenn man weiß, dass es nach Meinung des alten Gymnasiallehrers Otto Kraz eigentlich nur ein paar wichtige Dinge zu beachten gilt, damit das Thema Nachwuchs zu einem großartigen Projekt wird, beruhigt das vielleicht schon vor dem Mama und Papa werden..
Wer mit dem Thema Nachwuchs schon gegonnen hat, der wird sicher sowieso an vielen Stellen wild mit dem Kopf nicken.

Zum Beispiel spielt die Schule vom Babyalter an an eine Rolle, weil man sich als Eltern - ohne das auszuformulieren- von Anfang an fragt: Was wird aus ihr oder ihm?
Und da gehört die Frage: Wie wird sie oder er die Schule packen klammheimlich dazu. Ich würde meinen: Völlig normal.
Aber trotzdem lauert hier schon die erste große Falle.



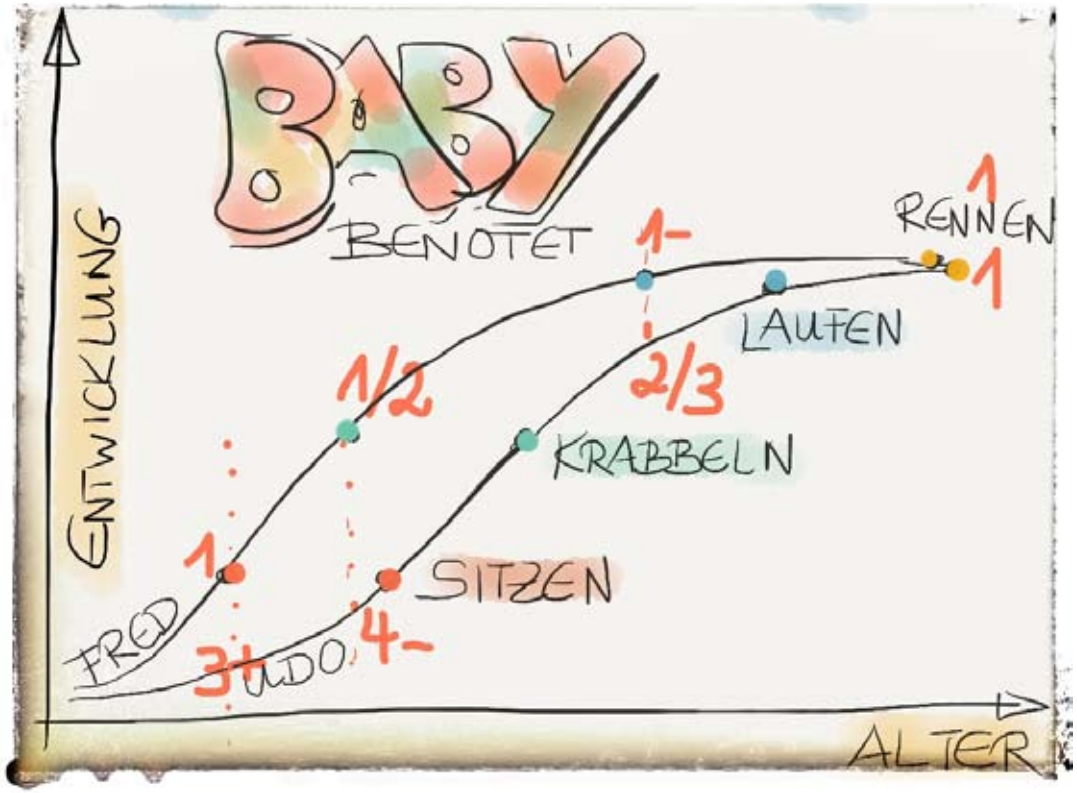
Babybenotung

Der kleine Fred und der kleine Udo. Zwei aufgeweckte Kerlchen. Fußball spielen sie beide mit 3 Jahren wie die Weltmeister. Den Weg bis zum Rennen-können haben sie aber unterschiedlich schnell gemeistert.
Das ist normal.
Der Mensch entwickelt sich unterschiedlich schnell.

Noch einmal: Das ist normal
Und trotzdem fängt dieses unsägliche Bewerten schon ganz früh an.
Kraz-Tipp number one: Spielt bloß nicht Schule, bevor sie überhaupt losgeht. **Weg mit der Bewertung.**
So zu tun, als könnten wir Menschen objektiv bewerten, indem wir Fähigkeiten nach Lebensalter vergleichen, wird der Realität der Entwicklung von Menschen nicht gerecht.

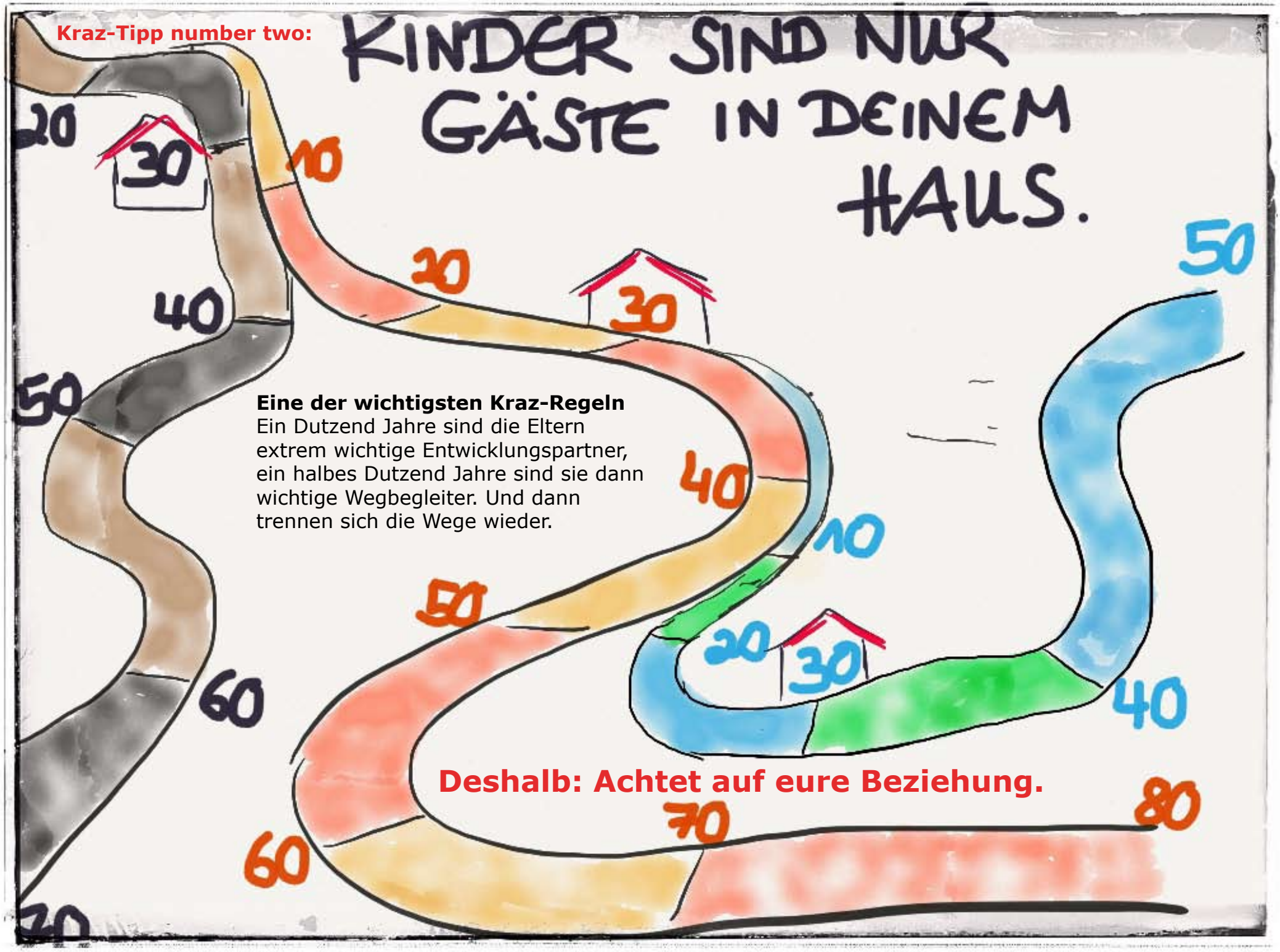
Entwicklungsalter

Das Entwicklungsalter entspricht nie dem Lebensalter. Ich weiß, es ist nicht ganz so leicht, zu sehen, wie das Baby von der Freundin schon krabbelt, während das eigene Kind noch lange nicht so weit ist.
Und dann muss du dich nur noch von Elternberatungsbüchern verrückt machen lassen, wann welche Fähigkeiten entwickelt sein müssten und wie viele Wörter dein Kind schon beherrschen sollte, falls er einmal Medizin studieren können will.
„Hiiiiiiilfe. Stopppppp!"
Kraz meint: **Weg mit der Bewertung.**
Geduld ist gut für dich und für euer Kind. Nicht der, der zuerst krabbelt, hat später das bessere Abitur. Genieße diese notenfreie Zeit. Das Selbstbewusstsein deiner Tochter oder deines Sohnes wird es dir danken.



Kraz-Tipp number two:

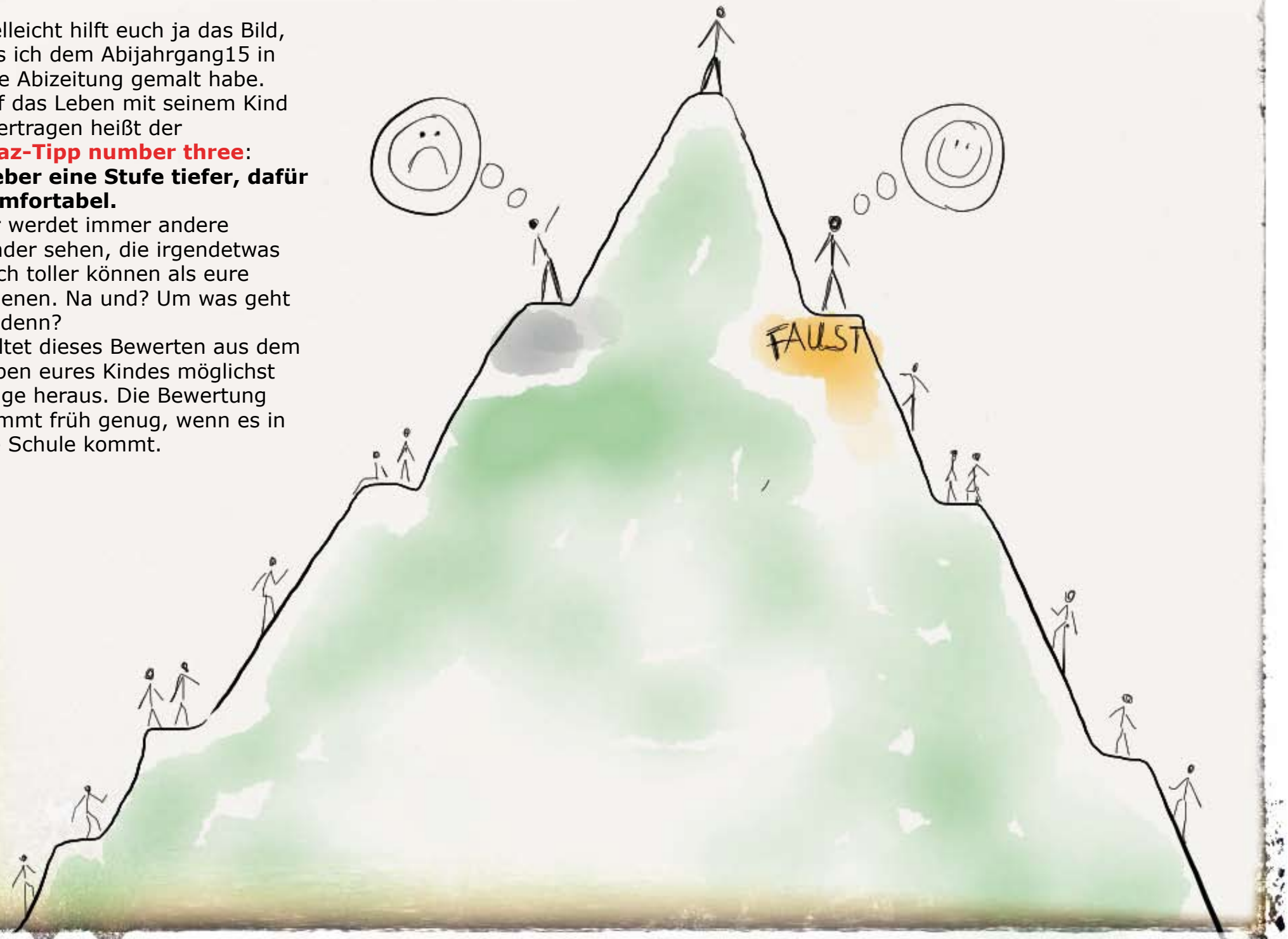
KINDER SIND NUR GÄSTE IN DEINEM HAUS.



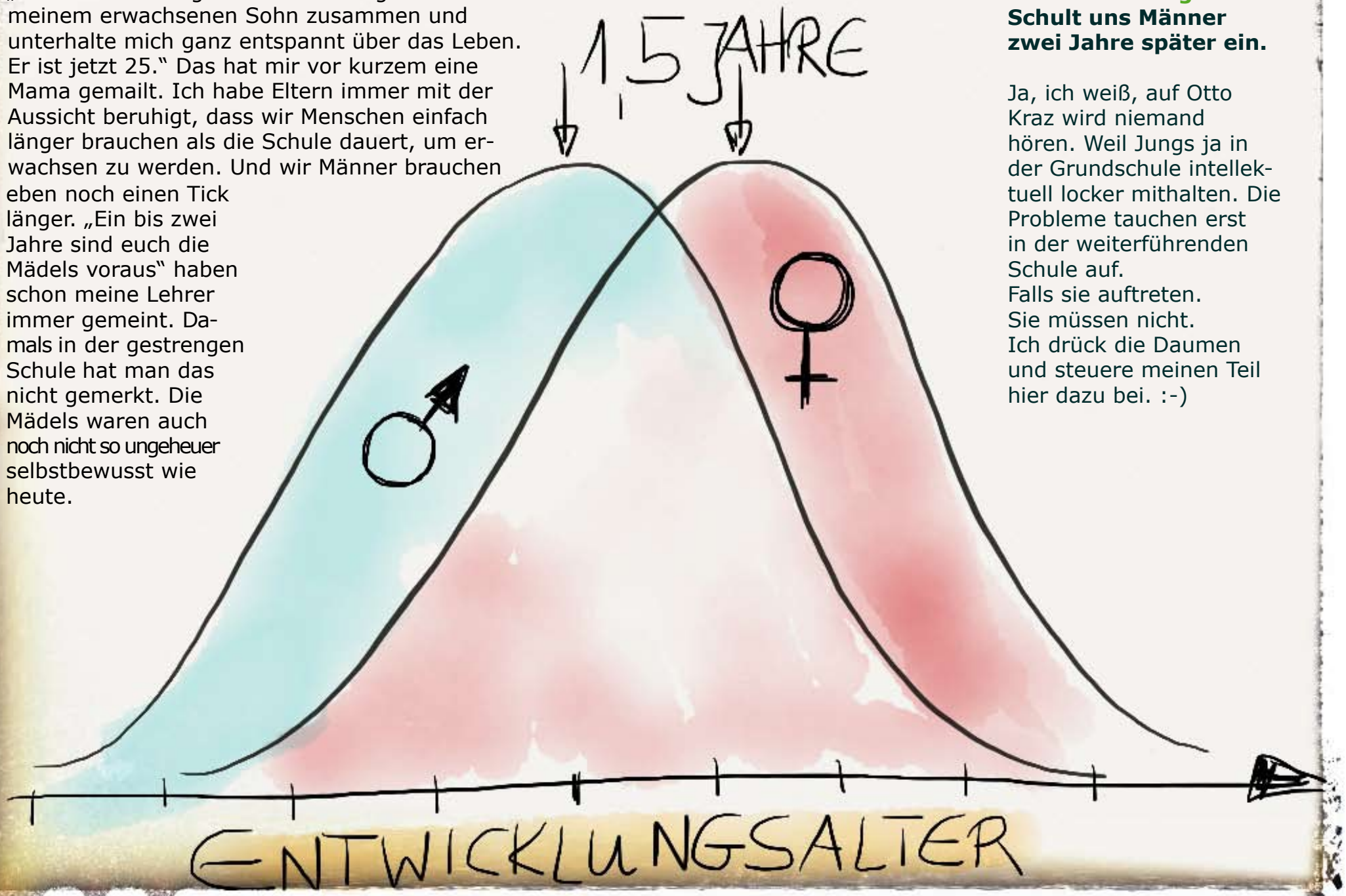
Eine der wichtigsten Kraz-Regeln
Ein Dutzend Jahre sind die Eltern extrem wichtige Entwicklungspartner, ein halbes Dutzend Jahre sind sie dann wichtige Wegbegleiter. Und dann trennen sich die Wege wieder.

Deshalb: Achtet auf eure Beziehung.

Vielleicht hilft euch ja das Bild, das ich dem Abijahrgang15 in ihre Abizeitung gemalt habe.
Auf das Leben mit seinem Kind übertragen heißt der
Kraz-Tipp number three:
Lieber eine Stufe tiefer, dafür komfortabel.
Ihr werdet immer andere Kinder sehen, die irgendetwas noch toller können als eure eigenen. Na und? Um was geht es denn?
Haltet dieses Bewerten aus dem Leben eures Kindes möglichst lange heraus. Die Bewertung kommt früh genug, wenn es in die Schule kommt.

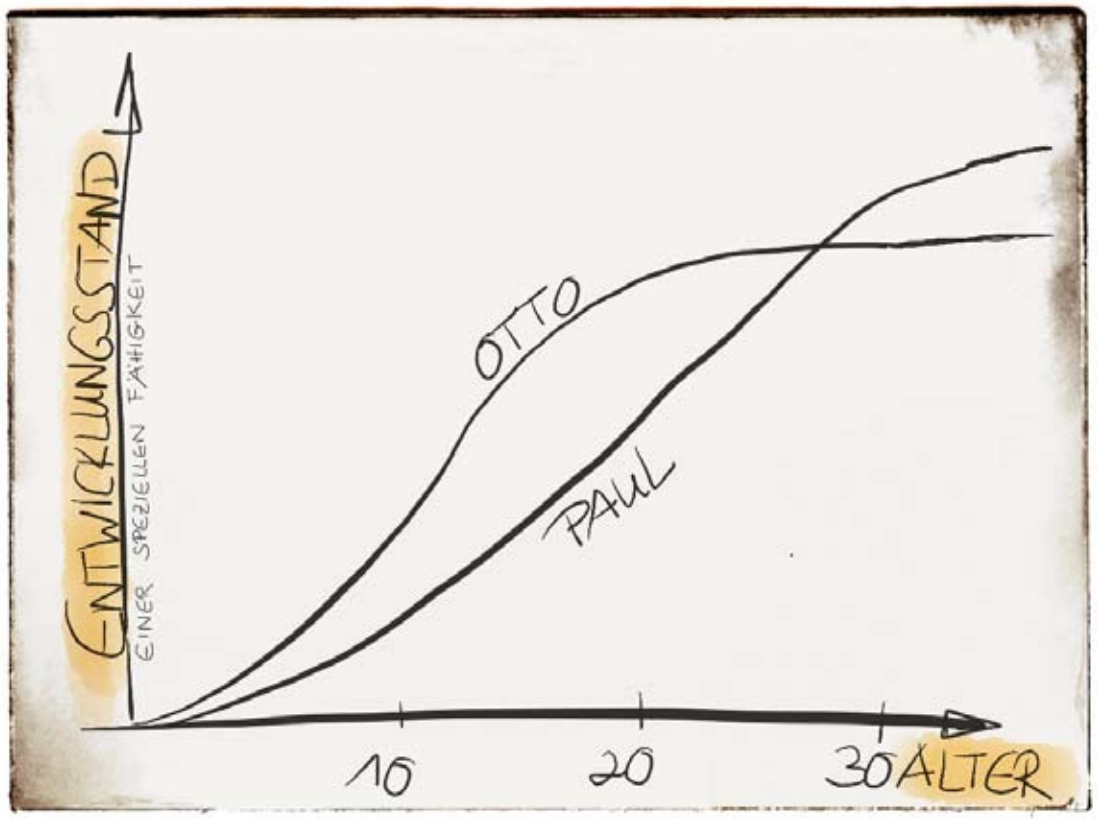


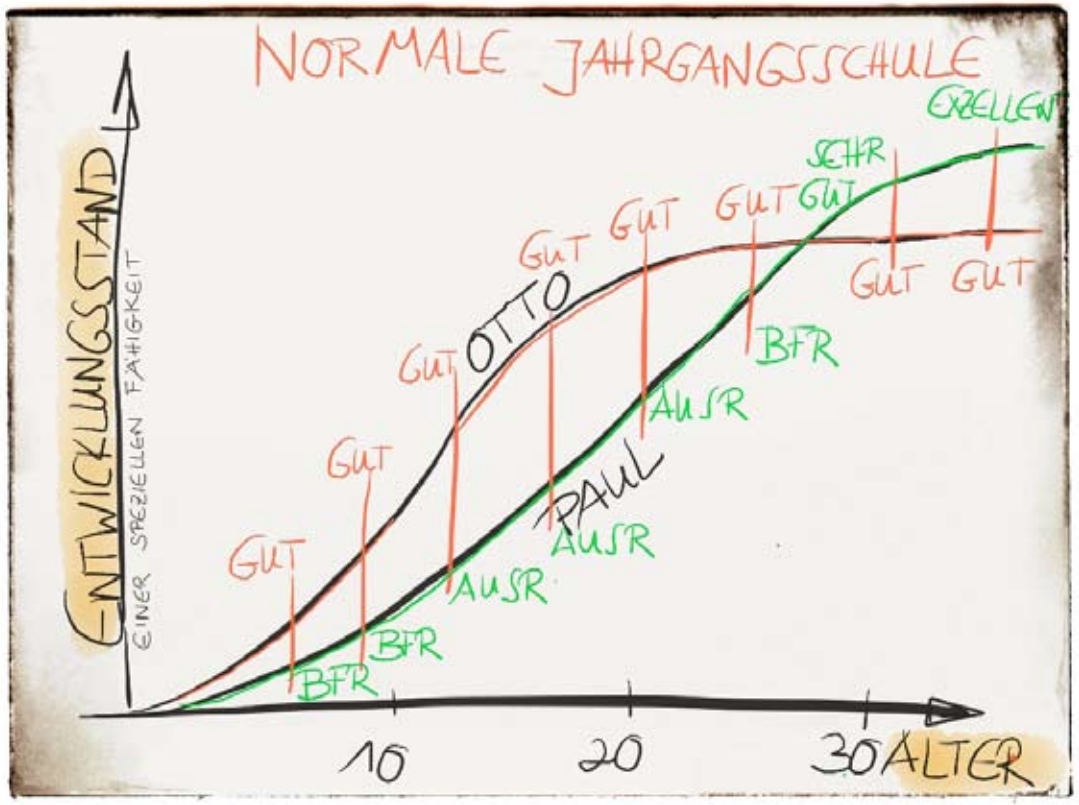
Kraz-Tipp number four:
Habt Nachsicht mit uns Männern.
„Sie haben recht gehabt. Ich sitze gerade mit meinem erwachsenen Sohn zusammen und unterhalte mich ganz entspannt über das Leben. Er ist jetzt 25.“ Das hat mir vor kurzem eine Mama gemailt. Ich habe Eltern immer mit der Aussicht beruhigt, dass wir Menschen einfach länger brauchen als die Schule dauert, um erwachsen zu werden. Und wir Männer brauchen eben noch einen Tick länger. „Ein bis zwei Jahre sind euch die Mädels voraus“ haben schon meine Lehrer immer gemeint. Damals in der gestrengen Schule hat man das nicht gemerkt. Die Mädels waren auch noch nicht so ungeheuer selbstbewusst wie heute.



Kraz-Forderung:
Schult uns Männer zwei Jahre später ein.

Ja, ich weiß, auf Otto Kraz wird niemand hören. Weil Jungs ja in der Grundschule intellektuell locker mithalten. Die Probleme tauchen erst in der weiterführenden Schule auf.
Falls sie auftreten.
Sie müssen nicht.
Ich drück die Daumen und steuere meinen Teil hier dazu bei. :-)





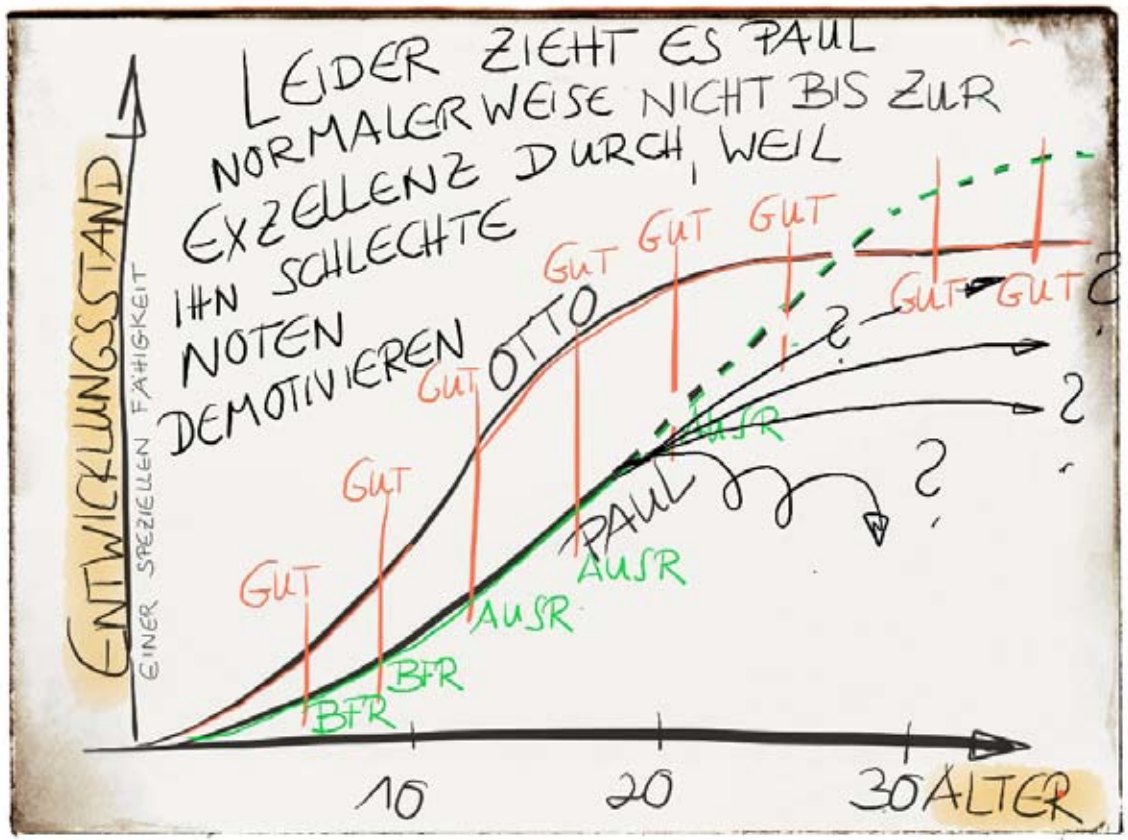
Die Jahrgangsschule

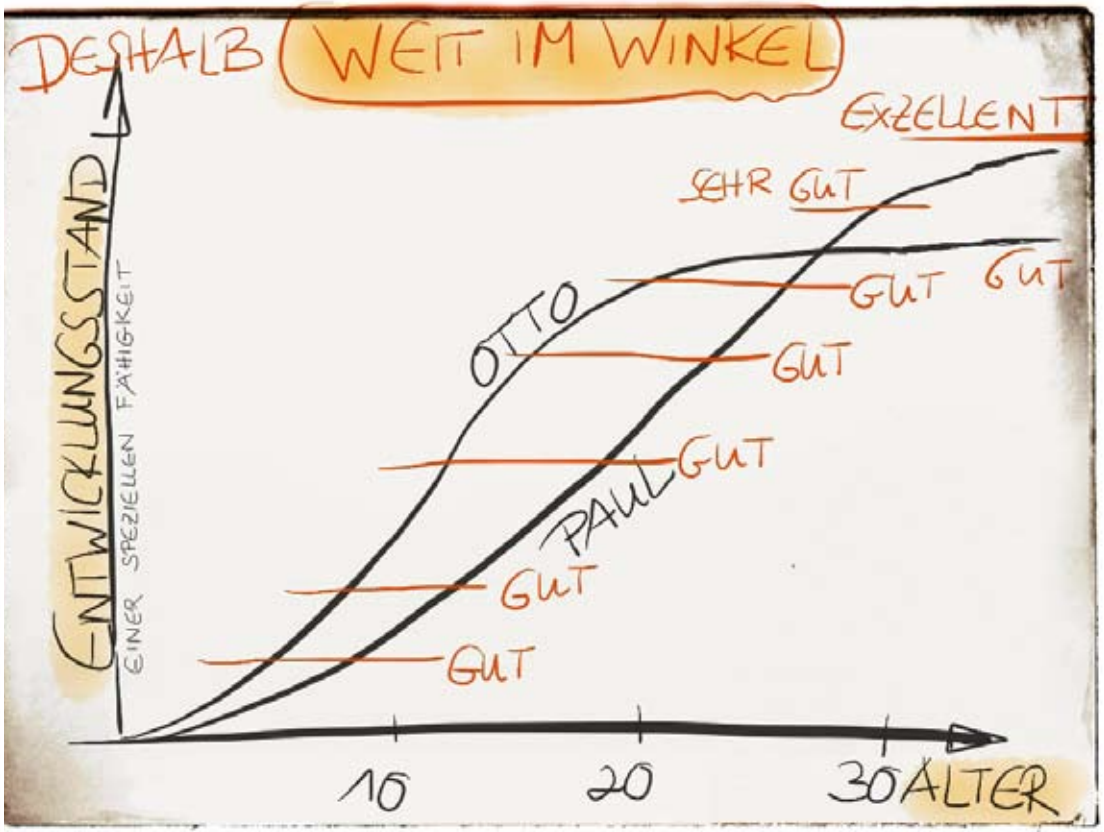
Ich übertreibe einmal ein Entwicklungsbeispiel, um die Falle Jahrgangsschule verständlich zu machen. Wenn man die Falle kennt, ist sie zumindest nicht so wirkungsvoll.

Nehmen wir Otto und Paul. Beides zwei tolle Jungs und wenn sie in Weit im Winkl zur Schule gingen (dazu später) würde Paul seine Tests immer viel später als Otto abschließen und das wäre ganz normal. Im Studium würde sich dann auch zeigen, dass Paul vielleicht ja für all seine Gedankenzüge einfach mehr Entwicklungszeit gebraucht hat. Denn am Ende erreicht er als Wissenschaftler Exzellenzstufe. Leider ist das Laborgymnasium in Weit im Winkl nur eine fiktive Schule im Netz (www.aufeigenefaust.com), die man allerdings zur Beruhigung gut heranziehen kann. „In Weit im Winkl hättest du jetzt keine Probleme" habe ich schon oft Schüler/innen in Beratungen gesagt. Und Eltern natürlich auch.

Denn die normale Schule ist noch weit von Weit im Winkl weg. Das ist nicht schlimm, wenn man sich als Eltern davon nicht verrückt machen lässt.
In unserem Beispiel ist es ja ersichtlich. Die Arbeiten werden nicht dann geschrieben, wenn man den Entwicklungsstand erreicht hat, sondern dann, wenn die Lektion fertig ist. Paul, der spätere exzellente Wissenschaftlertyp, muss in der Schule mit dem Makel von mittelmäßigen und schlechten Noten leben, weil man nicht in die Zukunft blicken kann.

Kraz-Tipp number five:
Nicht auf die Schul-Noten starren.
Sie sind nur Wegweiser, keine objektiven Bewertungsmöglichkeiten für Menschen.

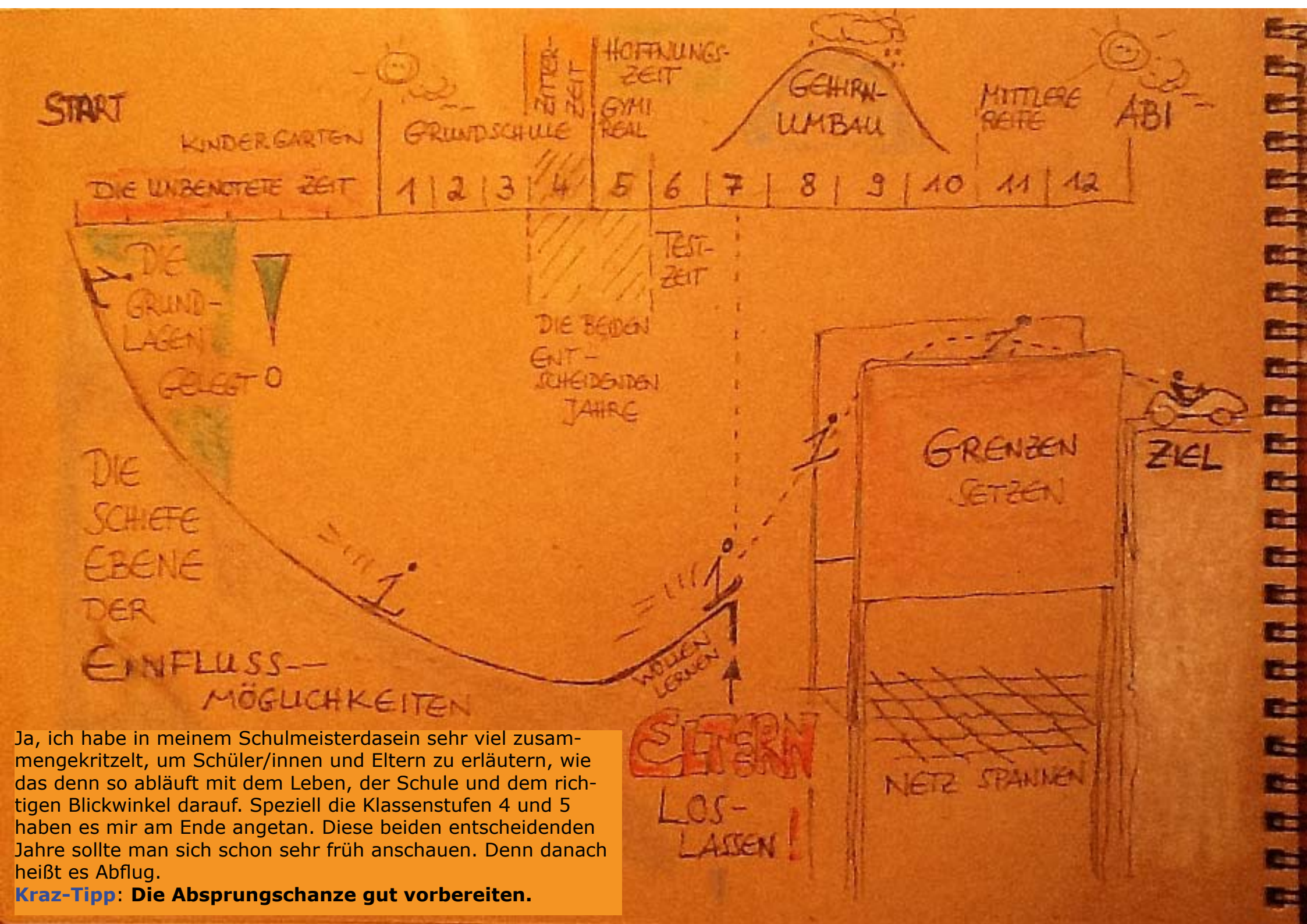




Kraz-Forderung:
Bewertet horizontal und nicht vertikal.

Ja natürlich weiß ich, dass ihr noch nicht auf solche Schul-Systeme stoßen werdet, wenn ihr eure Kinder einschult.
Aber in Ansätzen findet man es zumindest schon in Gemeinschaftsschulen.
Bin sehr gespannt, wie sich diese weiterentwickeln werden.

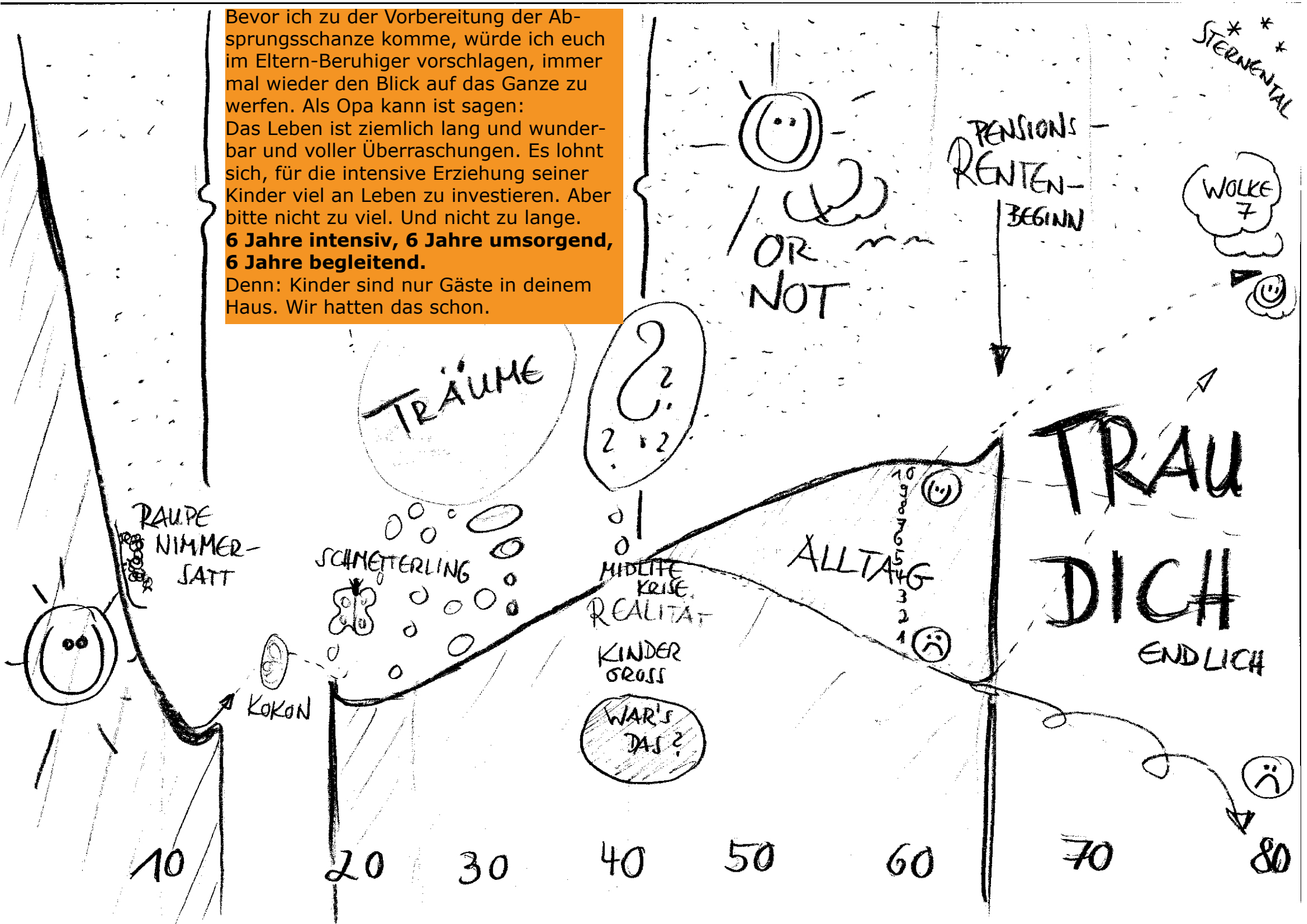
Auf alle Fälle solltet ihr als Eltern die nebenstehende Zeichnung immer auf dem Schirm haben: Wenn schon Bewertung, dann die glatte EINS. Und die Schulnoten sind und bleiben Wegweiser, wie sich Fähigkeiten entwickeln. Und macht euch bei allem immer wieder und immer wieder klar:
Kinder sind nur Gäste in eurem Haus. Achtet auf eure eigene Beziehung. Euer Einfluss ist äußerst wichtig, stimmt schon. Aber überhaupt nicht so lange, wie die meisten meinen.

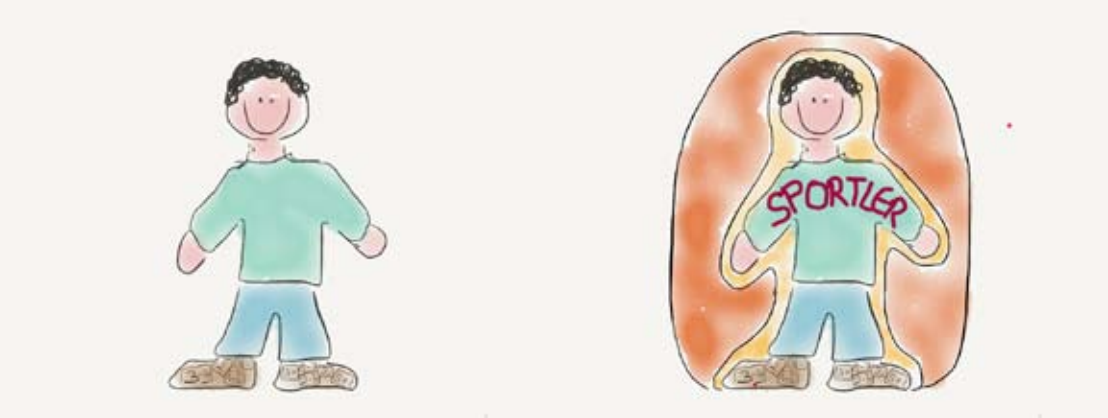


Ja, ich habe in meinem Schulmeisterdasein sehr viel zusammengekritzelt, um Schüler/innen und Eltern zu erläutern, wie das denn so abläuft mit dem Leben, der Schule und dem richtigen Blickwinkel darauf. Speziell die Klassenstufen 4 und 5 haben es mir am Ende angetan. Diese beiden entscheidenden Jahre sollte man sich schon sehr früh anschauen. Denn danach heißt es Abflug.

Kraz-Tipp: **Die Absprungschanze gut vorbereiten.**

Bevor ich zu der Vorbereitung der Absprungsschanze komme, würde ich euch im Eltern-Beruhiger vorschlagen, immer mal wieder den Blick auf das Ganze zu werfen. Als Opa kann ist sagen:
Das Leben ist ziemlich lang und wunderbar und voller Überraschungen. Es lohnt sich, für die intensive Erziehung seiner Kinder viel an Leben zu investieren. Aber bitte nicht zu viel. Und nicht zu lange.
6 Jahre intensiv, 6 Jahre umsorgend, 6 Jahre begleitend.
Denn: Kinder sind nur Gäste in deinem Haus. Wir hatten das schon.

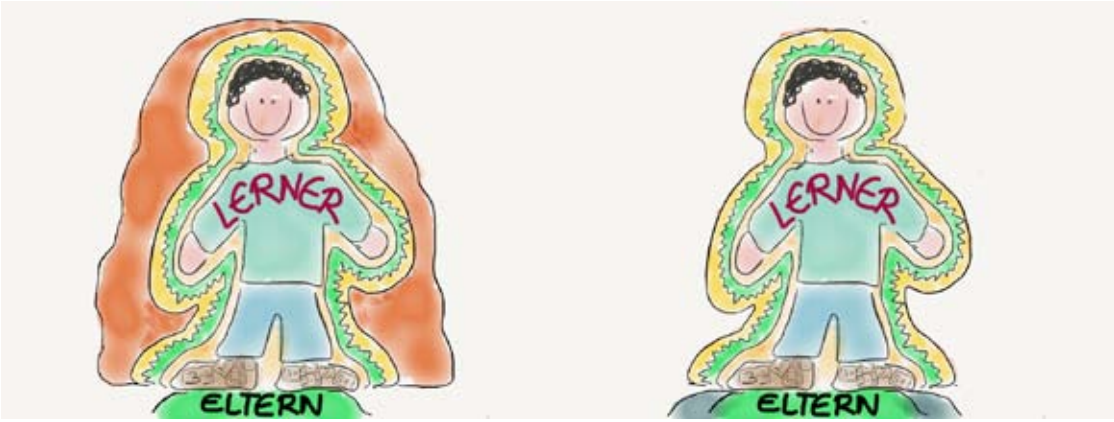


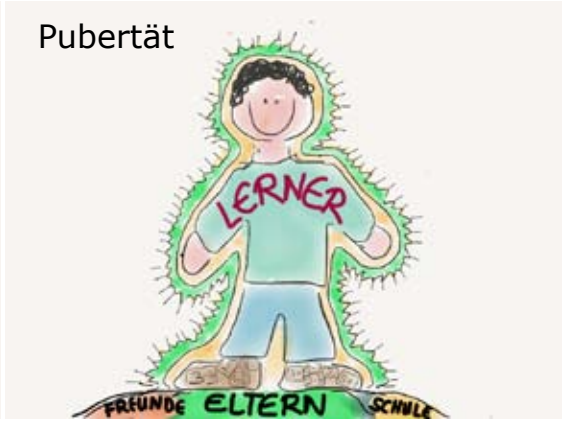


Der Mensch an sich

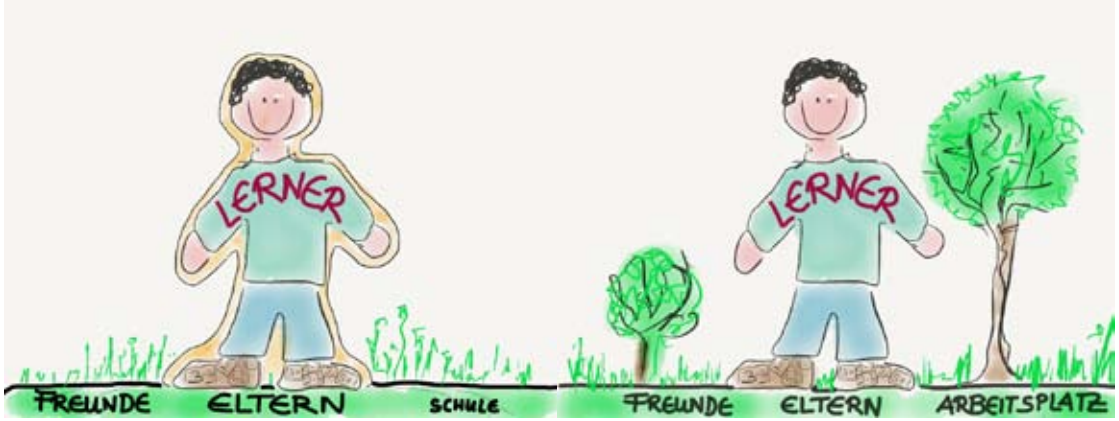
Bei der Entwicklung zum Spitzensportler weiß man es schon irgendwie. Ihr könnt euern Sohn noch so oft auf den Fußballplatz schleppen. Nicht jeder kann Fußballprofi werden.

Bei der bei der Entwicklung zum Spitzenlerner sieht es da schon anders aus. Während vielen Eltern schon früh klar ist, ob ihr Kind sportlich ist oder eher nicht und das auch akzeptieren, wie es ist, glauben viele, dass sie es in der Hand haben, ob ihr Abkömmling ein Spitzenlerner wird. Fördern, fördern, fördern, dann muss er das packen. Oder sie. Jawoll. Da wird Stress früh vorbereitet.



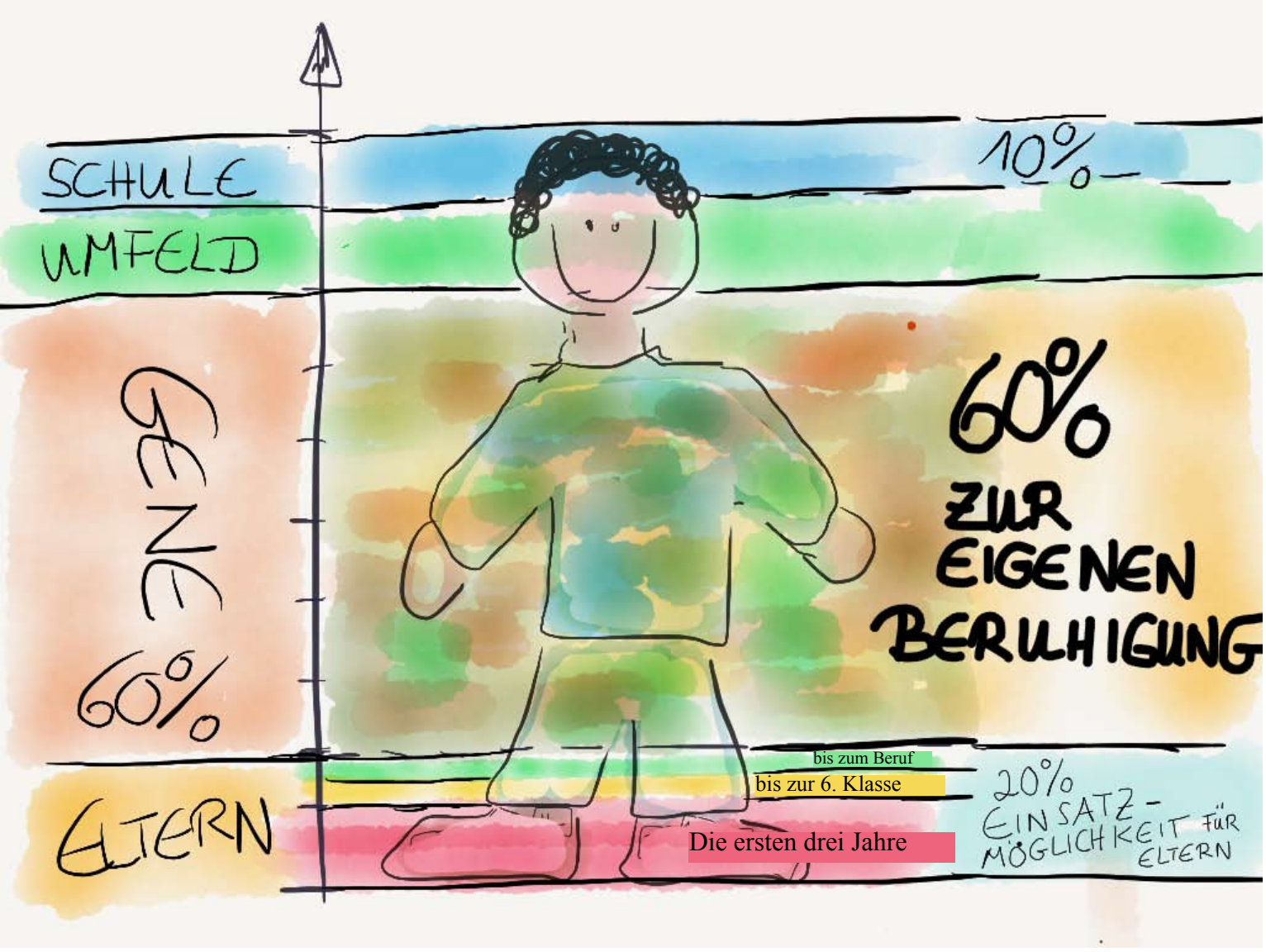


Ich bin natürlich ganz anderer Meinung und genau das sagen auch viele Forscher aus dem Bereich der Zwillingsforschung. Da kommt so ein kleiner Kerl auf die Welt und er hat schon alles, was ihn später ausmacht. Eltern müssen jetzt helfen, dass dieses ....



...Herausschälen ohne größere Blessuren ablaufen kann.
Eltern sind hier die wichtigsten Wegbegleiter. Denn die wirklich extrem zentralen Grundlagen für eine erfolgreiche Entwicklung der eigenen Möglichkeiten findet in den allerersten Jahren statt.

Und dann heißt es für Eltern:
Loslassen.
Spätestens ab der 6. Klasse
Abflug. Und als Eltern entspannen.
Denn als Eltern hat man bis dahin die wichtigen Einsätze gehabt.



Deshalb, ihr Ex-Faustler und -innen. Meine 35 Jahre Arbeitserfahrung am Faust würde der Aussage von den meisten Zwillingsforschern zustimmen: 60% bestimmen die Gene am Ende das Lernverhalten. Der Einfluss der Schule macht für das Lernverhalten gerade mal 10% aus, habe ich gerade gelesen. Auch das empfinde ich als komplett richtig. Zu viele Eltern machen sich was vor, wenn sie meinen, die Schule müsste das doch jetzt bitteschön alles richten können. Nö, kann sie eben nicht. **Entspannt** euch. Es ist nicht euer zentrales Problem.
Euer Sohn oder eure Tochter können einfach froh sein, dass ihr ihnen ermöglicht habt, diesen Wahnsinn von bewusstem Leben genießen zu dürfen und das in unseren komfortablen Breiten.
Ab der 6. Klasse sagt ihr: „**Mein Kind. Jetzt bist du dran. Du schaffst das am Ende. Das hat der Kraz im Elternberuhiger geschrieben. Jawoll.**"

Wen es jetzt näher interessiert, was ich im Laufe der 35 Faust-Jahre an Beratungsmaterial zusammengekritzelt und zusammengeschrieben habe, der kann dies gerne unter **www.faust-verleiht-fluegel.de** tun. Dort unter **Die Otto Kraz Story.**
Wenn ich das für den Elternberuhiger zusammenfassen darf, dann sind es diese beiden Jahre, auf die alles vor dem Absprung zuläuft. In denen sich zeigt, wie der Stand von eurer Tochter oder eurem Sohn mit Schule kompatibel ist. Ich habe im Rahmen unseres vor 8 Jahren gegründeten Fünferhauses (Pavillon) ein **Hausaufgabenheft** entwickelt, in dem ich versucht habe, die wichtigsten Grundlagen für eine erfolgreichen Schulbesuch darzustellen. Die Erkenntnis, dass die Arbeitshaltungszeugnisse meiner eigenen fünften Klassen mit den späteren Abiturszeugnissen häufig so was von deckungsgleich waren, hat mir gezeigt, wie wichtig es ist, in der 5. und 6. Klasse den richtigen Biss zu entwickeln. In der Pubertät entwickelt niemand mehr und danach sind die Lücken einfach schon da. Deshalb besser noch Klasse 4 und 5 als Startrampe. Konzentriert euch auf **4-5**.

Damit wird vielleicht klarer, was es mit der Zeichnung mit der Schanze und den Klasse 4 und 5 auf sich hat.
Die Rechte an den Hausaufgabenheften hat inzwischen meine Tochter mit ihrem kleinen Verlag in Karlsruhe.
www.vinclair-verlag.de Dort könnt ihr von allen Sprungs-schanzenheften Leseproben herunterladen, um euch klar zu machen, in welche Richtung ihr erziehen solltet, um dann auch entspannt loslassen zu können und beruhigt sagen zu können:
„Liebe Tochter, lieber Sohn: Ab jetzt ist die Schule dein Ding. Wir haben unseren Beitrag geleistet. Der Kraz sagt immer: Kinder sind nur Gäste in deinem Haus. Wir lassen jetzt los, sind aber immer für dich da. Und fangen dich auf, aber verbieten auch so manche Dinge. Stellen Regeln auf.
Aber Schule: Das ist jetzt dein Ding."
Unter **www.vorne-auf-der-welle.de** bespreche ich übrigens auch Otto-Kraz-mäßig die einzelnen Kapitel. Wenn ihr eurem Kind irgendwann mal was von Kraz zeigen wollt.
Aber das Ganze ist erst im Aufbau begriffen.

Faust-Elternberuhiger-Tipps in aller Kürze

**1. Betrachte in Ruhe und aller Ausführlichkeit die gesamte Entwicklung von der Geburt bis zur Landung nach dem Schulabschluss.
Investiere viel in die ersten drei Jahre.**

2. Beschäftige dich schon sehr früh mit den notwendigen Bedingungen für einen erfolgreichen Absprung am Schanzentisch Klasse 4 und 5.

3. Gleiche dein erzieherisches Handeln mit diesen Erfolgsgrundlagen am Absprungtisch ab - flügelleicht und unverkrampft - und bitte authentisch

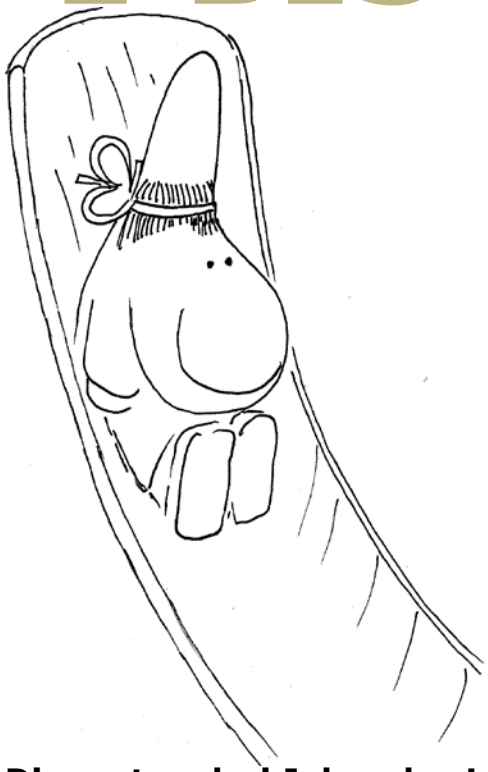
4. Deinen letzten großen Erziehungseinsatz wirst du in der vierten und fünften Klasse haben

5. Und dann lass los und genieße es, egal wie der Film dann spielt. Allerdings musst du noch Spielregeln aufstellen. Also in der schwierigen Gehirnumbauphase Grenzen setzen und trotzdem Auffangnetz sein. Aber keine Sorge: Das schaffst du entspannt, wenn du diese doofe Angst vor Abstürzen verlieren kannst. Denn zuletzt gilt:

Das Happy End ist dir gewiss.

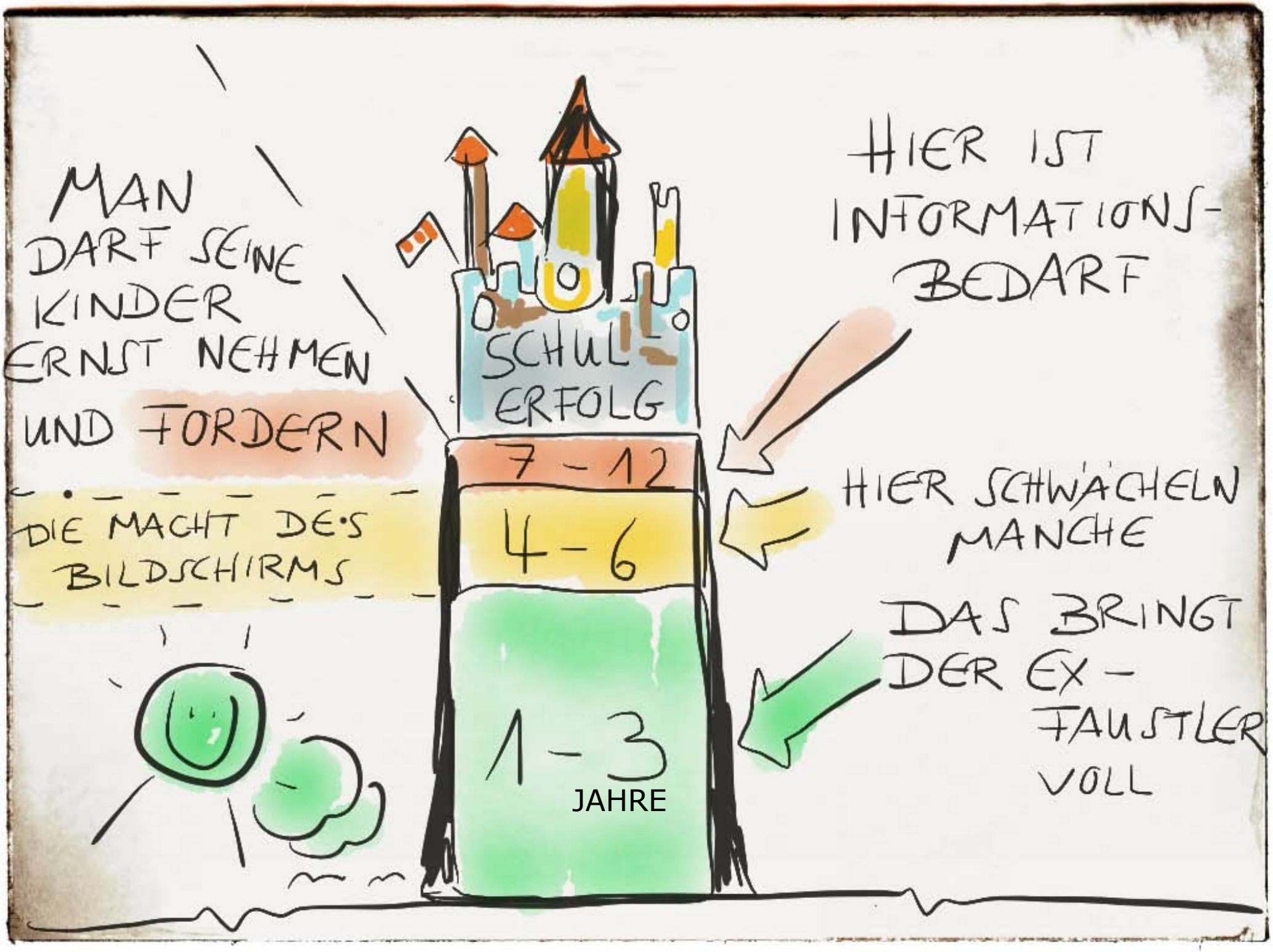
Vielleicht kannst du ja selbst deine eigene Schulzeit mit den Kraz-Thesen noch einmal aufarbeiten, um mit dann starken Faustgefühlen im Rücken einen guten Erziehungsjob zu machen.

1 BIS 3 JAHRE

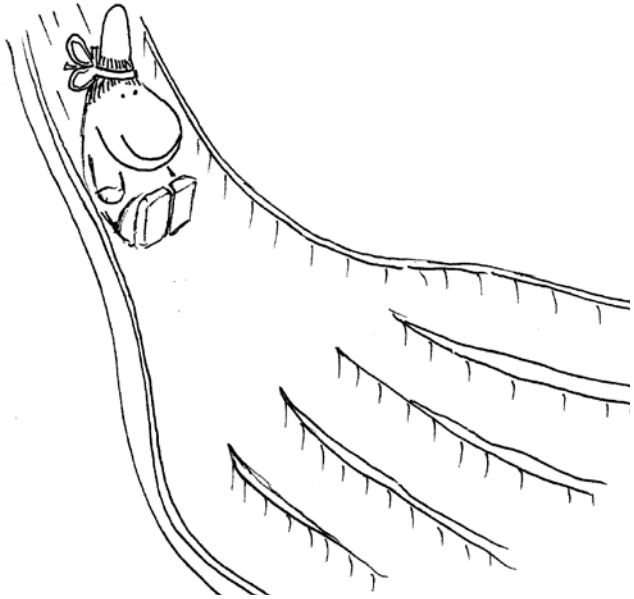


Ich sollte ihn vielleicht vorstellen, den Urps aus meinen Hausaufgabenheften, die ich für meine Fünftklässler entwickelt habe und die es inzwischen beim Vinclair-Verlag in Karlsruhe zu kaufen gibt. Urpsen kann man beim Lernen zuschauen. Wenn sie nicht gut lernen, dann werden sie zu Glubschen - ohne die große Denkbeule. Urpse und Glubsche führen in den Heften Viert- und Fünftklässler durch das magische Geflecht von erfolgreichen Lernprozessen.

Die ersten drei Jahre des Lebens sind magisch. Hier wachsen die wesentlichen Wurzeln der Sicherheit. Hier pflegt man als Eltern die Grundlagen des Lernens in die Köpfe seiner Kinder ein. Da ich davon ausgehe, dass ihr als Ex-Faustler und -innen das mit der Erziehung eurer eigenen Kinder mindestens so gut machen wollt wie eure Eltern und dass ihr solche Standards wie „Fernsehen ist zwar ein genialer Babysitter, schlägt aber in der Schulzeit sehr massiv zurück" komplett beherrscht, dass ihr über die wichtigsten ersten drei Jahre von mindestens drei guten Entwicklungspsychologen oder -innen gelesen habt, wie oberoberoberwichtig ihr selbst in dieser Zeit seid, macht ihr in diesen Jahren sicher nicht viel falsch. Weil ihr euer Bestes gebt. Weil ihr euch viel mit optimalen Entwicklungsbedingungen für euer Kind in den ersten 3 Jahren beschäftigt habt. Dieses „Heft" versteht sich eher als Beruhiger. Für die Zeit nach den entscheidenden ersten sechs Entwicklungsjahren, wenn die Schule losgeht und ihr noch Einfluss auf das Lernverhalten eurer Kinder habt.

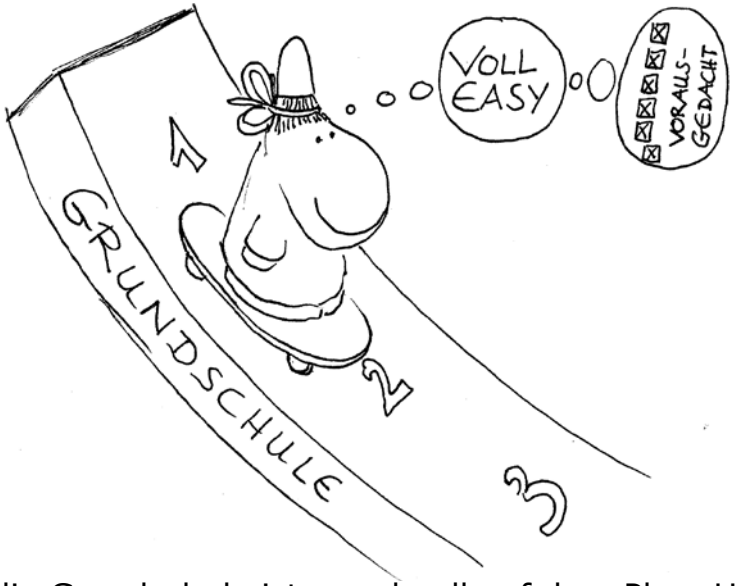

MAN DARF SEINE KINDER ERNST NEHMEN UND FORDERN
DIE MACHT DES BILDSCHIRMS
SCHUL-ERFOLG
7 - 12
4 - 6
1 - 3
JAHRE
HIER IST INFORMATIONS-BEDARF
HIER SCHWÄCHELN MANCHE
DAS BRINGT DER EX-FAUSTLER VOLL

4 BIS 6 JAHRE



Die Herausforderungen nehmen zwischen vier und sechs dann schon massiv zu. Denn es gibt so viele Möglichkeiten der Entwicklungen. Ihr werdet das merken. Die heimliche Grundfrage lautet schon jetzt - zwar nie offen, aber doch immer latent im Hintergrund: „Was tu ich bloß, dass meine Tochter oder mein Sohn später richtig der Knaller wird. Schultauglich und bitte nur kein Problemfall." Keine Sorge, jetzt bloß kein schlechtes Gewissen bekommen. Warum sollte man das denn nicht denken. Scheint ziemlich menschlich zu sein. Eure Eltern wollten für euch auch immer „das Beste."Aber man weiß natürlich gleichzeitig: Wenn es ein paar immer erfolgreiche Erziehungsmuster gäbe, wie man das macht, dann hätte sich das schon lange als allgemeiner Standard durchgesetzt. Mein schlichter Tipp: **Stimmt intuitiv früh eure Entscheidungen auf die Anforderungen der Sprungschanze Klasse 4/5 ab.** Arbeitshaltung und Selbstständigkeit. Geduld haben lernen und lange Weile ausfüllen können. That's it. Youtube, Fernsehen, Tablets, Computerspiele ... ich beneide euch nicht um diese riesige Herausforderung. Für mich gilt trotzdem: **Lieber Geschichten hören als sehen.**

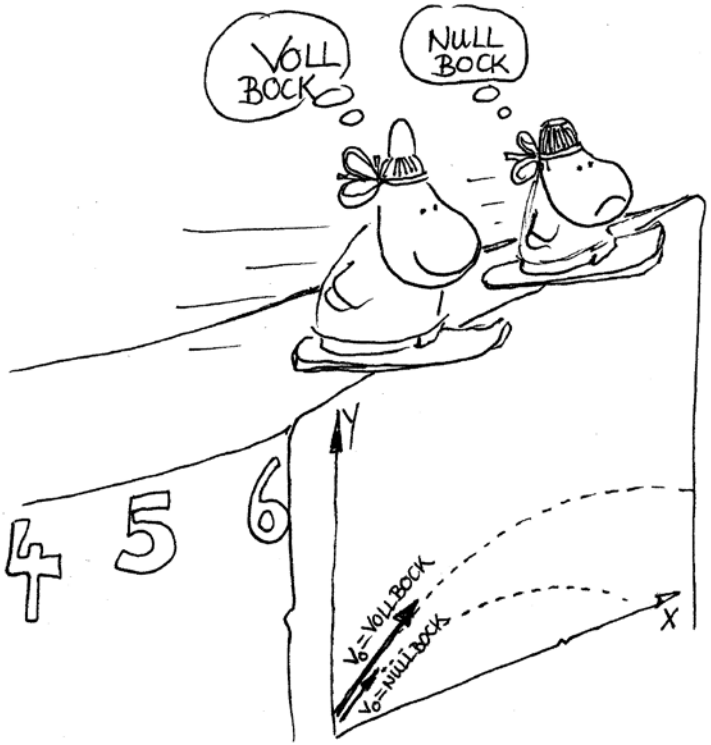
1. BIS 3. KLASSE



Denn die Grundschule ist so schnell auf dem Plan. Und klar, Grundschule ist klasse. Da flutscht noch alles. Das wissen ihr sicher auch von euch selbst. „In der Grundschule war mein Sohn noch überall EINS" habe ich so oft gehört. Einigermaßen clever sein und dann noch eine liebevolle Grundschullehrerin und eine kleine Klasse - da gibt es meistens keine wirklichen Probleme mit den Inhalten. Mit den Noten. Gute Noten, wenig Einsatz ... da fängt die Problematik schon richtig an, ohne dass man es merkt. Klar, wenn es alles wie von selbst geht und man sich nicht schinden muss. Kinder sind ja einfach auch nur Menschen. Wer findet das denn nicht wundervoll, wenn einem der Erfolg einfach nur so zufliegt. Aber aufgepasst: Ihr wisst es noch genau. Schulprobleme hat man meistens erst später. Noch nicht in der Grundschule. Deshalb: Schon jetzt deine Erziehungsentscheidungen an die wichtigen Absprungbedingungen anpassen. **An was dran bleiben können, wiederholen, Arbeitshaltung und Selbstständigkeit.** Und seid bloß keine Curling-Eltern, die ihrem Sprößling alles aus dem Weg räumen wollen. Das rächt sich später sehr. Denkt dabei auch immer an euch selbst.

4. UND 5. KLASSE

Ja da ist es jetzt also soweit. In der 4. Klasse verwandelt sich Schule für euch als Eltern vom „Lern-Spielplatz" zum „Ernst des Lebens". Ich weiß, ihr wollt das eigentlich ganz entspannt sehen, ihr seid gar nicht ehrgeizig, euer Kind soll sich einfach entwickeln dürfen.
Aber bitteschön doch trotzdem mit einigermaßen guten Noten. :-) Ja, die Klassenstufen 4 und 5 bezeichne ich schon längere Zeit als „Sprungschanze". Auf der Sprungschanze zeigt sich, wie es weitergehen wird. Klar sind es da die Vorgaben aus der Grundschule und wenn die gut waren, dann ist das eine gute Voraussetzung für einen guten Flug. Aber es ist nicht der wesentliche Punkt. Die wesentlichen Punkte sind:
Die Arbeitshaltung.
Der Biss.
Das Wollen wollen.
Ich habe es bei mindestens drei Klassen gemacht: Ich habe die Arbeitshaltungszeugnisse, die ich in der 5. Klasse vergeben habe, mit den Abitursnoten verglichen und ich bin deshalb überzeugt: Genau das ist der Knackpunkt:
Die Arbeitshaltung in Klasse 5 oder spätestens 6 entscheidet das Abschluss-Happy End - notenmäßig.
Wer in Klasse 6 noch nicht selbsständig losdüsen kann, der muss dies leider mühsam nach der Pubertät nachholen. Wenn man die Pubertät mit einer Eisplatte vergleicht, die man mit dem Fahrrad überqueren muss, dann gibt es zwei zentrale Aussagen:
Je schneller man vorher ist, desto stabiler ist die Fahrt.
Und:
Auf der Eisplatte kann man nicht beschleunigen.



Das darf aber dann nicht mehr euer Problem sein.
Ab Klasse 7 ändert kein normaler Mensch mehr seine Arbeitshaltung. Und eure Kinder sind ganz normale Menschen - Doch klar, ich habe Ausnahmefällen von sehr klugen jungen Menschen erlebt, die es schaffen, selbstständig in Klasse 7 oder 8 den Schalter umzulegen. Aber ihr selbst als Eltern, sorry, ihr sind da völlig außen vor. Ihr könnt noch so viel Einsatz zeigen.
Es ist vergebene Liebesmühe.

Deshalb ist Klasse vier und fünf eure wesentliche letzte schulerfolgsbeeinflussende Einsatzzeit. Da könnt ihr Entwicklungen beobachten und habt noch Einfluss. Wenn eure Tochter oder euer Sohn die 6 Kreuze der Hausaufgabenhefte im 80%Urps20%Glubsch Modus echt und ehrlich kreuzen kann, dann könnt ihr einen Sekt aufmachen und euch selbst auf die Schultern klopfen. 20%Urps80%Glubschen solltet ihr liebevoll klarmachen, dass es sich lohnt daran zu arbeiten, mindestens zum 60%Urps40%Glubsch zu mutieren.

Sechs Kreuze zum Erfolg bzw Sechs Kreuze zum Fliegen: Das ist meine didaktische Erfahrungskomprimierung nach 35 gymnasialen Unterrichtsjahren. :-)

Und es sind Hefte, mit denen man es als Eltern leichter schafft, loszulassen, weil sie auf den eigenen Biss der Kinder setzen.

Gebrauchsanweisung

01

Bilder helfen.

Bild und Text am Anfang der Woche in Ruhe studieren und als Wochenthema im Kopf behalten.

Auf www.vorne-auf-der-welle.de ist zu jedem Wochenthema etwas Vertiefendes zu finden. Solltest du also nicht verstehen, was auf dieser Seite der Hirnhut-Trick, der -Plan, die -Überlegung oder der tiefere Sinn der Zeichnung ist, dann kannst du dort nachsehen.

02

Den Überblick behalten.

Klar musst du immer einen Überblick über die anstehenden Tests und Arbeiten besitzen. Damit du dich langfristig darauf vorbereiten kannst.

Professionelle Planungsecke.

Überlasse es nicht dem Zufall, wann du für welches Fach lernst. Profis brauchen einen Businessplan. Sei ein Profi.

Plane Deine Woche!

Klassenarbeit in **Fach** … … **Wann**?

Was lerne ich … … **Wann**?

03

Mache einen Strich, …

… wenn Du es geschafft hast, ein kleines Späßchen oder ein kleines Schwätzchen im Unterricht zurückzuschieben, um dich zu konzentrieren. Späßchen sind auf Dauer einer der größten Gute-Noten-Killer.

… wenn Du dich gemeldet und damit aktiv am Unterricht teilgenommen hast. So ein Strecktagebuch wirkt Wunder.

Jeder Strich verbessert Deine Noten vollautomatisch.

Späßchenabwehr

mo ||| di |||| mi | do ||| fr ||

Strecktagebuch

mo || di ||| mi | do || fr |

Diese Woche habe ich … gut hinbekommen (in Stichworten)

04

Sich loben tut gut.

Am Ende der Woche zu notieren, was besonders gut in der Schule lief, hält dich geistig fit.

Erzähle Deinen Eltern darüber ausführlich!

Datum eintragen **06** _ _ Schulwoche von _ _.-_ _ bis _ _.-_ _

MO

bis wann | erledigt | vergessen

____ ☐ ☐

05

Hausaufgaben eintragen.

Hausaufgaben sind zwar manchmal lästig, aber gleichzeitig ein wichtiges Wiederholungstraining für dein Gehirn. Kein guter Sportler kommt ohne Training aus. Gehirntraining macht man in Ruhe und geplant.

Konsequentes und sauberes Eintragen gibt dir immer die nötige Sicherheit und den nötigen Überblick. Und wenn es auch schwerfällt: Mache ein Kreuz bei „vergessen", wenn du eine Hausaufgabe vergessen hast. Es schärft deinen Blick auf die eigene Selbstständigkeit.

Selbstständigkeit ist das Zauberwort für eine erfolgreiche Schullaufbahn.

MI

____ ☐ ☐

FR

bis wann | erledigt | vergessen

____ ☐ ☐

Das sind die sechs wesentlichen Bereiche

DI

bis wann | erledigt | vergessen

____ ☐ ☐

07

„Sechs Kreuze" zum Erfolg bedeutet,

dass du jede Woche sechs Kreuze machen sollst. Überlegte Kreuze. Keine schnellen Kreuze. Schonungslos und ungeschminkt. Ich sag's mal so: Hinsetzen, vielleicht immer am Sonntagmorgen. Oder auch am Freitagnachmittag. Und dann über die letzte Woche nachdenken. Als wärst du dein eigener Personaltrainer. Du bist dabei die beste Wahl. Du kennst dich am besten.

1 ist der 80% – 100% Urps
2 der 60% – 80% Urps
3 der Halbe-Halbe Urps-Glubsch
4 der 60% – 80% Glubsch
5 der 80% – 100% Glubsch

Wichtig: Regelmäßig dran denken.

Jedes Kreuz verbessert Deine Noten vollautomatisch. Warum? Weil du einmal in der Woche intensiv über Schule nachdenkst. Und da du Schule leicht machen willst, wirst du sie Woche um Woche auch leichter machen können.

SECHS KREUZE

Diese Woche …	1	2	3	4	5
… Bock gehabt (gerne gelernt, mich auf die Schule gefreut)	☐	☒	☐	☐	☐
… aufgepasst (im Unterricht zugehört, mitgedacht)	☐	☐	☐	☒	☐
… Fragen gestellt (im Unterricht mitgedacht, mitgemacht)	☒	☐	☐	☐	☐
… wiederholt (vor dem Unterricht Heft angesehen, Hausaufgaben gemacht)	☐	☒	☐	☐	☐
… aus Fehlern gelernt (Fehler gemacht, Fehler angeschaut, Lösung verstanden)	☒	☐	☐	☐	☐
… aufgeräumt (Schulranzen, Heft, Schreibtisch)	☐	☐	☐	☒	☐

Schätzen Dich ein! Zwischen 1 (100% Urps) und 5 (100% Glubsch)

EIN INTERVIEW MIT OTTO KRAZ

Liebe Ex-Faustler und -innen. Klar gab einiges an Textmaterial, als der Vinclair-Verlag seine Hausaufgabenhefte vorgestellt hat. Ich bediene mich hier einfach.
Denn ich habe ja damals schon die Hausaufgabenhefte als Teil eines Elternberuhiger-Konzeptes gesehen.

Interviewer: Herr Kraz, sie haben dieses Heft 6 Jahre lang in der Praxis Ihres Gymnasiums in der 5. und 6. Jahrgangsstufe eingesetzt. Was waren die Beweggründe?

Kraz: Ursprünglich habe ich es für das Fach Soziales- und Methodenlernen entwickelt. Jede Woche ein wichtiges Thema aus dem Bereich „Lernen lernen". Wobei ich lieber „Wollen wollen" dazu sage.

Interviewer: Wieso das?

Kraz: Ich habe vor vielen Jahren angefangen, die Arbeitshaltungszeugnisse in Klasse 5, die ich als Klassenlehrer von den Kolleg/innen machen ließ, mit den späteren Abiturszeugnisse zu vergleichen. Die Ergebnisse sind für den Laien frappierend, für mich nicht. Es bestätigte meine Erfahrung, dass man mit der richtigen Arbeitshaltung in der 5. Klasse ein gutes Abitur in der Tasche hat. Vorausgesetzt natürlich, man schafft die 5. Klasse problemlos.

Interviewer
Müsste man die Hausaufgabenhefte dann eigentlich nicht besser in der 7. oder 8. Klasse einsetzen. Dort gibt es doch die meisten Schulprobleme?

Kraz:
Da ist es viel zu spät. In der 4. und 5. Klasse gibt es ein kurzes Zeitfenster, in dem wir Menschen zwei Dinge besitzen: Die Fähigkeit, Lernprozesse begreifen zu können und es ist noch kein Pubertäts-Gehirnumbau im Anmarsch. Klasse 3 ist zu früh, Klasse 6 für manche schon zu spät.
In der 4. und 5. Klasse entscheidet sich der schulische Erfolg.

Interviewer: Reicht es Ihrer Meinung nach aus, die Hausaufgabenhefte einem Schüler mit schlechter Arbeitshaltung in die Hand zu drücken, um den Schalter umzulegen.

Kraz: Nein, nein. Das Umlegen des Schalters können die Hefte nur bewirken, wenn ein Erwachsener diesen Prozess geduldig begleitet. Dieses Schalter-umlegen ist ein langwieriger und mühsamer Vorgang. Aber am Ende auch ein sehr lustvoller Prozess. Ein von Null-auf-Eins Muster, ein vom-Standstreifen-auf-die-Überholspur-Gefühl, ein Vorne-auf-der-Welle-Kick, das Ich-bin-jemand-Empfinden, das I-like-School-Feeling. Eben Wollen wollen.

Interviewer: Muss der begleitende Erwachsene pädagogisch vorgebildet sein?

Kraz: Nein, er muss nur Geduld und Ausdauer haben, an den Schalter glauben und die wöchentlichen Bilder und Inhalte der Hefte dazu nutzen, zwei Jahre lang dem aufnahmefähigen jungen Gehirn kontinuierlich zu vermitteln, wie erfolgreiche Lernprozesse in der Schule ablaufen. Nicht durch viel Pauken, sondern durch Wollen wollen. Viert- und Fünftklässler kann man mit der Idee begeistern, mit wenig Aufwand richtig gute Schule zu machen. Also viel schulische Lern-Zeit zu sparen, um viel eigene Spiel-Zeit zu haben. Die Bilder prägen sich nachhaltig im Gehirn ein. Viele Abiturienten haben mir nach dem Abitur erzählt, mit welchen Visualisierungen sie ihren eigenen Lernerfolg gepuscht haben. Jeder springt da auf andere Bilder besonders an. „Vorne auf der Welle ist das Leben angenehmer" ist ein Bild, das sehr viele anspricht.

Interviewer: Müsste es denn nicht zu den Hausaufgabenheften einen Elternratgeber geben?

Kraz: Den gibt es bald. Ich nenne ihn den Elternberuhiger. Eltern müssen lernen, in

der 4. und 5. Klasse den richtigen Einfluss auf das Lernverhalten ihrer Kinder zu haben, um sich dann entspannt zurückzulehnen. Einfluss haben sie dann sowieso keinen mehr. Auch wenn das für die allermeisten Eltern nicht in den Kopf will. Es ist trotzdem so. Und das Leiden der Eltern verschlimmert die Schulsituation ihrer Kinder noch zusätzlich. Dabei könnte es so einfach sein.

Interviewer: Und was sagen Sie Eltern, die ein Kind mit schlechter Arbeitshaltung in der 8. Klasse haben, das in Schulnot steckt?

Kraz: Daumen drücken und abwarten. Ende der 9. Klasse tauchen wir Menschen wieder aus der Pubertätsversenkung auf und sind immer mehr in der Lage, selbstzureflektieren. Das ist dann die Chance für das Umlegen des Schalters. Allerdings sind bis dahin die Lücken so groß, dass man im Normalfall nicht mehr darauf hoffen kann, einen wirklich glorreichen Abschluss zu machen. Wenn man sich sein Selbstbewusstsein in diesem schwierigen schulischen Prozess nicht hat beschädigen lassen, ist das aber auch kein Beinbruch. Für Eltern allerdings schon. Die tun mir immer am meisten leid.

Interviewer: Warum das?

KRAZ: Die meisten Eltern sehen doch nur die Noten. Nicht all die anderen wichtigen Lernprozesse zwischen 6 und 18 Jahren, die Schulzeit wirklich ausmacht. Die beruflich oft so viel entscheidender sind als einzelnes Fachwissen. Eltern haben, wenn ihr Kind in der 4. und 5. Klasse ist, viel zu viel Nachsicht und in den folgenden Klassenstufen viel zu viel Zukunftsangst. Meist leiden Eltern unter Schule viel mehr als ihre Kinder.

Interviewer: In der Hattie-Studie wird nachgewiesen, dass der wesentliche Grund für Schulerfolg ein guter Lehrer ist.
Was halten Sie von dieser Aussage.

Kraz: Wissen Sie, wenn man den Schüler aus den Untersuchungen heraushält, dann stimme ich Hattie natürlich zu. Aber wenn man den Schüler mit einbezieht, als aktives Subjekt, das agieren kann und nicht als Objekt, das beschult wird, dann greift die Studie zu kurz. Es gibt leider keine Studie, die mit der Arbeitseinstellung von Schülern und ihrem schulischen Erfolg beschäftigt.

Interviewer: Was würde man feststellen?

Kraz: Natürlich bringt ein Schüler bei einem guten einfühlsamer Lehrer, bei dem die Beziehungsebene zu seinen Schülern stimmt, bessere Leistungen. Und klar ist es nicht die Methodik, die an vorderster Stelle eines erfolgreichen Unterrrichts steht. Da stimmme ich Hattie wirklich zu. Aber warum nimmt denn niemand die Schüler selbst als Akteure wirklich einmal ernst und nimmt sie persönlich in die Pflicht.

Interviewer: Aber sind Kinder mit 10 oder 12 Jahren dafür nicht viel zu jung?

Kraz: Genau hier liegt doch das allgemeine öffentliche Missverständnis. Da wünsche ich mir ein klein wenig Mittelalter zurück. Damals gab es keine Kindheit und sicher keine angenehmen Bedingungen für 12jährige. Aber sie wurden viel ernster genommen als heute. Sie wurden in diesem Alter schon produktiver Teil der mittelalterlichen Gesellschaft. Gut, dass unsere Kinder heute eine echte Kindheit besitzen, aber das Ernstnehmen sollte man dringend dazupacken.

Interviewer: Eltern machen heute oft die vielen ausfallenden Stunden für schlechtere Schulleistungen verantwortlich. Man würde zu viel an Schulen sparen. Was halten Sie davon?

Kraz: Das ist ein ganz neues Fass, das Sie hier aufmachen. Schulen benötigen ein eigenes Budget, das sie selbst verwalten können. Mehr will ich dazu hier nicht sagen. Nur eines ist sicher: Den allermeisten Unterrichtsausfall gibt es in den Köpfen vieler unserer Schüler, deren Arbeitshaltung nicht stimmt, weil sie niemand ernsthaft gefordert hat und der Grund für schulisches Versagen in der Schule gesucht wird.

Interviewer: Was würden Sie Eltern mit kleinen Kindern in einem Satz empfehlen, wie sie richtig erziehen sollten?

Kraz: Sich mit der Theorie von Lernprozessen auseinandersetzen, sich auf seinen Bauch verlassen, genießen, in der 4. und 5. Klasse Erziehungsgas geben - zum Beispiel mit den Hausaufgabenheften - und dann loslassen und wieder genießen, anstatt zu leiden. Ja etwa so. Und ich würde darauf hinweisen, dass Kinder nur Gäste sind und nach spätestens 18 Jahren wieder gehen. Dass es sich lohnt, sich neben den Kindern um die eigenen Beziehungen zu kümmern.

Interviewer: Herr Kraz, vielen Dank für dieses Gespräch.

Sechs Kreuze zum Erfolg – das Hausaufgabenheft

Hier also die wichtigsten **sechs Bereiche** aus den Hausaufgabenheften. Wenn man weiß, auf was es auf der Absprungsschanze ankommt, hat man es viel leichter, als Eltern richtig zu entscheiden. Otto Kraz

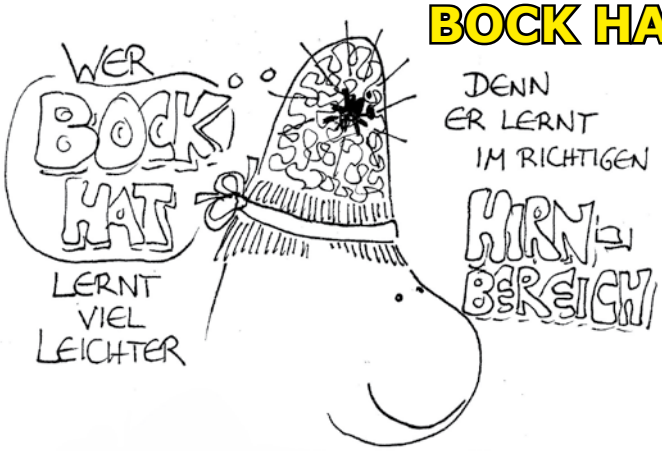
FRAGEN STELLEN

Verrückte menschenliche Tradition. Kluge Menschen trauen sich nicht, zu fragen, wenn sie etwas nicht verstanden haben, weil sie denken, dass dann andere denken, sie wären nicht klug. Eine denkbar kontraproduktive Angelegenheit. Aber leider Schulalltag. Wer Bock hat, aufpasst und fragt, wenn er etwas nicht versteht, der hat schon die halbe Miete eingefahren.

Dann geht es um Vertiefen und Festigen des Gelernten. Das funktioniert, was jeder von uns Alten natürlich weiß, über's Wiederholen, Wiederholen und noch einmal Wiederholen. Mühsam, stimmt. 4000 Vokabeln zu lernen ist einfach ein echter Job. Nicht wirklich lustig. Eben Arbeit. Das muss man als Schüler akzeptieren. Am Ende kann es trotzdem lustvoll sein. Erfolg ist Treibstoff.

WIEDERHOLEN

BOCK HABEN



Das allerallerwichtigste Kreuz. Ich übertreibe nicht. Es ist einfach dieses **Bock-haben**. Schüler sind normale Menschen, nur eben junge. Aber nur wenn Menschen Bock haben, sind sie erfolgreich. Ohne Bock-haben kein erfolgreiches Lernen, weil man im falschen Hirnbereich lernt. Deshalb: Bitte, bitte, bitte: Schimpft niemals über Schule, selbst wenn ihr meint, der Lehrer wäre ein kompletter Idiot. Schickt euer Kind immer an einen Ort den ihr gut heißt. An einem Ort positiv zu lernen, über den die eigenen Eltern Schlechtes erzählen, ist fast unmöglich. **Bock haben und Aufpassen:**

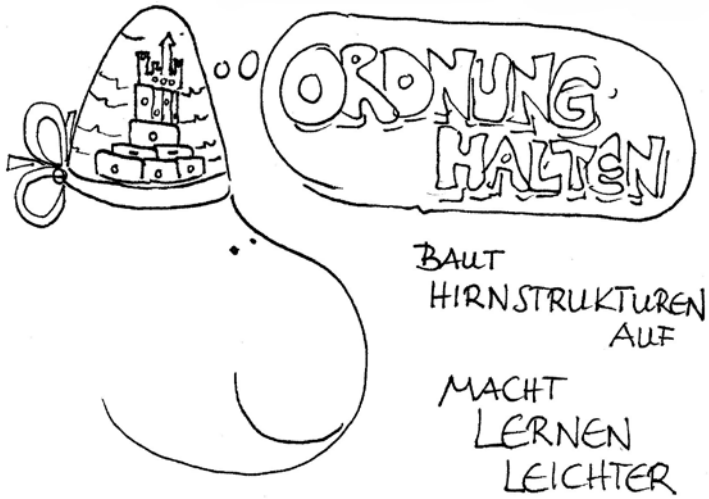
Die ersten beiden wesentlichen Bereiche, die man beherrschen muss, um Schule mit links zu machen.

AUFPASSEN

FEHLER ZULASSEN

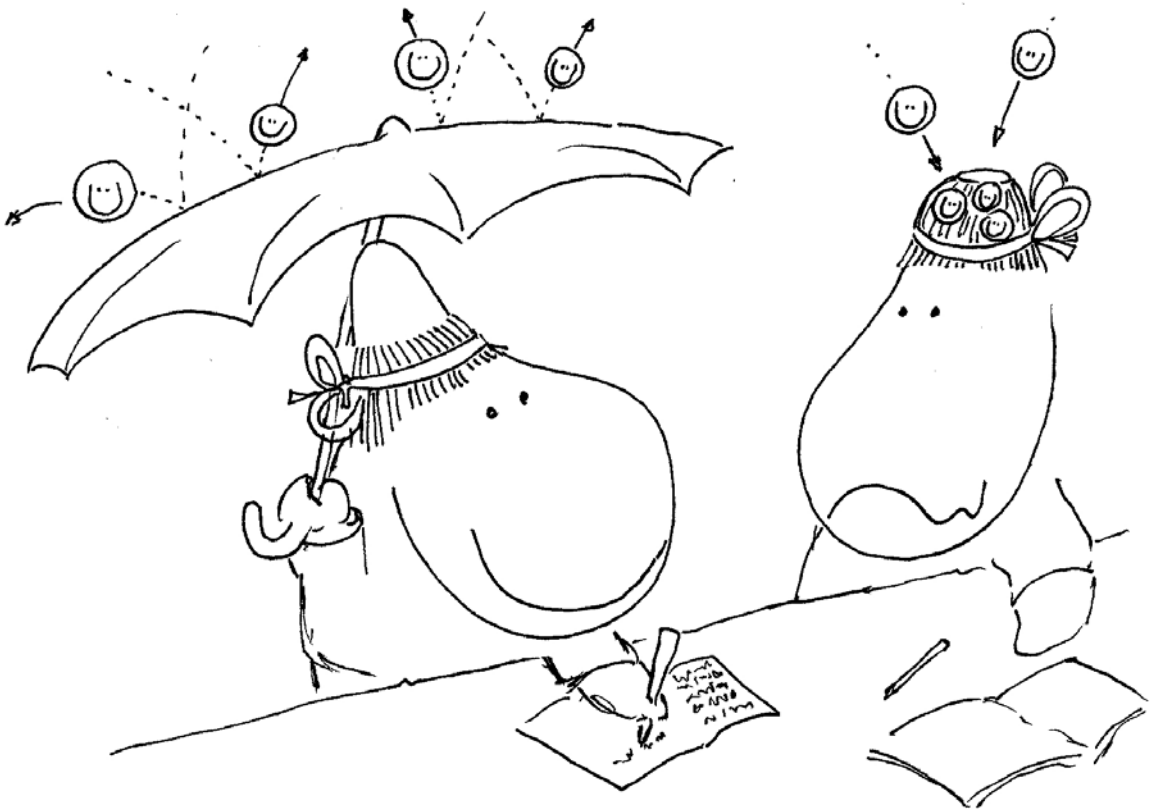
Ja zwei Kreuze wären noch von Bedeutung, dass ihr eure Töchter und Söhne gut auf die schulische Zukunft vorbereitet habt: Fehler zulassen und Ordnung halten. Fehler zulassen: Verrückt, dabei so einfach: Mache Fehler, schau sie dir an, stopfe die Lücke und gut ist. Und was ist die Wirklichkeit: Man bekommt eine Arbeit heraus und steckt sie ganz schnell weg. Fehler sind „best friends" und...
Ordnung halten hilft einfach beim Lernen. Ist eben so. Warum nicht was tun, wenn es was bringt.

ORDNUNG HALTEN



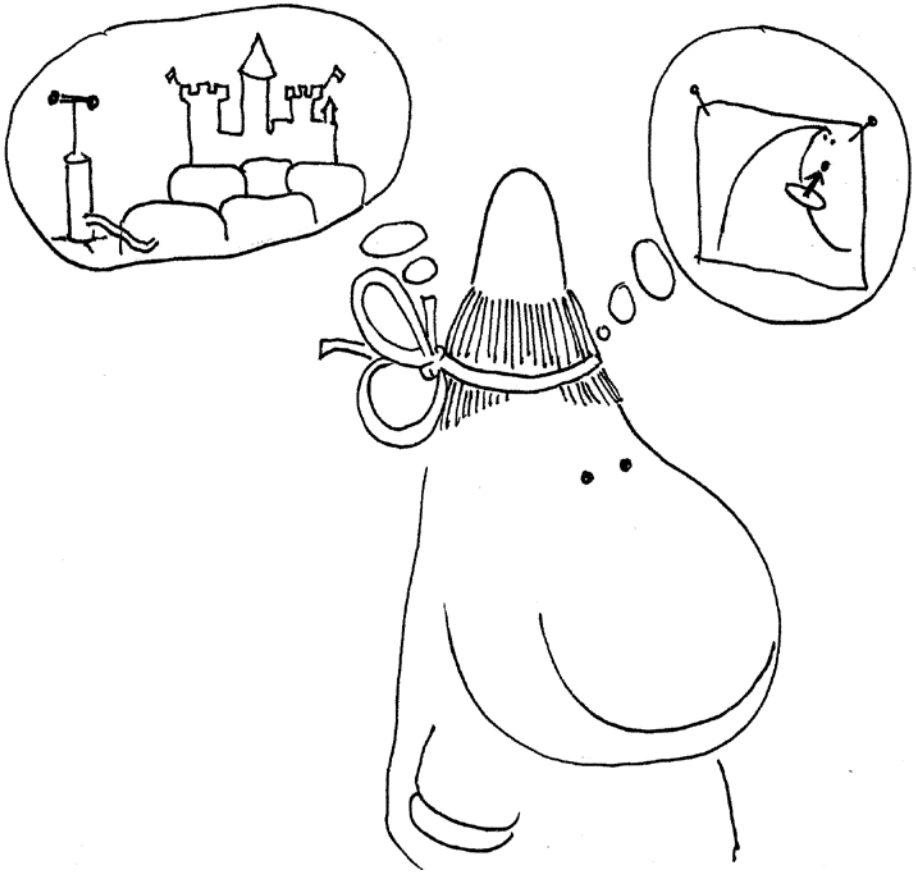
Wer in der 5. Klasse diese 6 Kreuze für sich buchen kann, der wird mit dem Thema Schule kein Problem haben. Und damit habt auch ihr kein Problem. :-)

SPÄSSCHENABWEHR



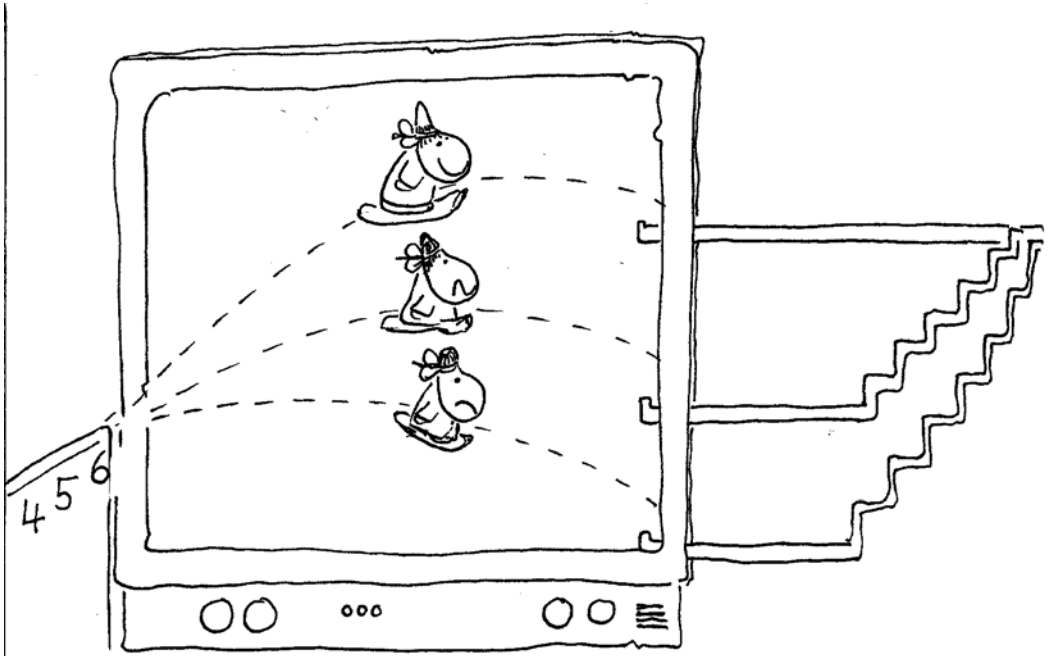
Die Späßchenabwehr, die haben wir auch noch ins Hausaufgabenheft aufgenommen. Das ist mein tagtäglicher Wahnsinnsalltag. Da sitzen richtig kluge Jungs (Mädchen haben dieses Problem ein bißchen weniger) und belustigen sich erfolgreich vom Schulerfolg weg.
Ob das bei euch früher auch so war? Nö, nicht so stark. Die heutige Schule ist viel weniger Druck aufbauend. Viel weniger strafend. Aber genau deshalb auch viel leichter zugänglich für Späßchen aller Art. Euer Sohn wird euch davon garantiert nichts erzählen. Fragt mal direkt die Lehrer danach. Und dann versucht es als Eltern, den Sproß zu überzeugen, dass es nicht unbedingt doof wäre, Schule professionell zu machen.

BILDER BRINGEN‘S



Ich weiß es aus 35 Jahren Schulberatung: Bilder bringen‘s! Fand ich immer, finde ich immer noch. Vor den Hausaufgabenheften habe ich mit Faltblättern und Kalendern gearbeitet. Und immer Bilder zur Erläuterung eingebaut. Weil es mir auch viele Schüler/innen immer wieder rückgemeldet haben. Dass Bilder helfen, zu verstehen. Manche Bilder funktionieren bei den eigenen Kindern besonders gut. Man sollte sie herausfinden. Deshalb sind die Hausaufgabenhefte auch mit so vielen Bildern voll. Bilder prägen sich ein, wenn sie funktionieren und man muss nur einen kurzen Blick darauf werfen, um den Inhalt wieder präsent zu haben.
Gute Bilder sind die schnellsten Coachs der Welt, wenn sie funktionieren. An der richtigen Stelle aufgehängt können sie Dauerbegleiter sein. Schnell erfasst im Vorbeilaufen.
Mit nachhaltiger Wirkung.

FERNSEHEN



Bis jetzt haben wir viel über Erziehung gesprochen.

Jetzt geht es um Entspannung.

Um eure Entspannung. Richtet euch früh darauf ein.

Erziehen bis zur 5. Klasse. In der 6. Klasse den Absprung testen, nachbessern.
In der 7. Klasse loslassen. Egal wie es bis dahin gelaufen ist.
Macht euch keine Vorwürfe, wenn da ein 20%Urps80%Glubsch vor dem Absprung steht.
Wenn ihr bis dahin mit der Otto Kraz Methode gearbeitet habt, dann könnt ihr sowieso mit Inbrunst sagen:
„Sorry, mein Kind, das ist jetzt wirklich dein Problem.“
Wir Menschen sind selbst verantwortlich für unser Handeln. Für unser schulisches Handeln sind wir ab der 7. Klasse komplett selbst verantwortlich. Weil wir Menschen uns aufgrund des Hirnumbaus in der Pubertät sowieso nichts mehr sagen lassen. Gut so. **Also: Loslassen. Genießen. Schaut euch das Ganze wie durch einen Fernseher an. Das hilft.** Und klar: Grenzen setzen, Ratgeber auf Nachfrage sein, Sicherheitsnetz spannen. Dafür braucht man Eltern auch in der Pubertät.

Und noch einmal **ARBEITSHALTUNG**

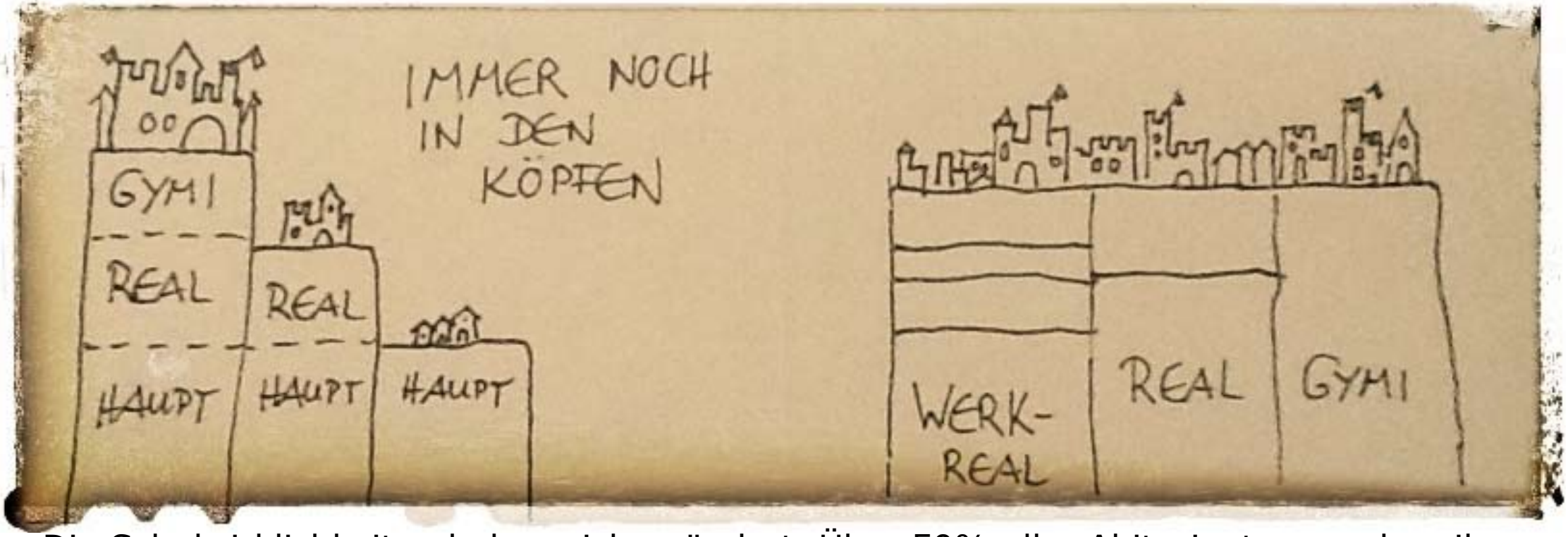
Zusammengefasst: Ihr habt bis zur 5. Klasse genügend Zeit, zu testen, ob eure erzieherischen Fähigkeiten ausreichen, um bei eurer Tochter oder eurem Sohn eine Arbeitshaltung entwickeln zu helfen, die sie oder ihn locker durch die Schulzeit bringt: Wenig Einsatz - viel Erfolg. Wenn ja: Wunderbar. Wenn eher nein: Das ist nun das Problem eurer Tochter oder eures Sohnes. Ab der 7. Klasse könnt ihr nur noch vertrauen, Sicherheit geben, klare Rahmen stecken und Grenzen aufzeigen und nebenher genießen.

Denn ganz ehrlich: Egal wie heftig die Noten sein sollten: Diese Zeit zwischen 12 und 17 ist einfach das Größte. Gehirnumbau im laufenden Betrieb. Erwachsen werden. Eure eigenen Kinder werden das, was ihr selbst schon einige Jahre sind:
Erwachsen. Genuss pur, wenn ihr es genießen können. Um wieder in Bildern zu sprechen. Die Raupe Nimmersatt bis zur 5./ 6. Klasse, dann die Verpuppung. Der Kokon und die Verwandlung in einen wundervollen Schmetterling.

Der Anfang also: Wunderbar, Magisch.
Dann die vielen Fragen: Was tun, damit es am Ende gut läuft. In der Grundschule: Das Starren auf die Grundbegabungen. Das ist der erste große Fehler. Weil am Ende was ganz anderes den Ausschlag gibt. Die Arbeitshaltung, die man in der 5. Klasse aufbringen kann, die einem über die wilden Jahre des Gehirnumbaus hinweghilft. Denn Schule ist alles andere als ein natürlicher Prozess. Die Evolution hat uns das natürliche Gefühl mitgegeben, dass wir mit 13 Verantwortung übernehmen. Aber heute sitzt man mit 13 noch so lange hinter den Schulbänken, dass das Rebellieren dagegen normal ist. Nur eben nicht erfolgsorientiert.
Die Welt hat sich verändert. Mein Tipp: Orientiert euch früh an den Überlegungen dieses Elternberuhigers. Ich glaube an uns Menschen. Glaubt an eure Kinder. Nehmt sie sehr ernst. Und wenn am Ende ab Klasse 7 die schulischen Leistungen nicht so glorreich sind, wie ihr das gerne hättet, dann genießt trotzdem diese wunderbare Lebenszeit eurer Kinder. Den Weg zum Erfolg müssen sie ab diesem Zeitpunkt sowieso einfach selbst finden. Und sie weerden das auch tun.
Also: Genießen und zurücklehnen.

Euer Otto Kraz

Und zum Schluss sage ich euch noch als Otto Kraz und alter Gymnasiallehrer:
Vergesst den Satz: „Mein Kind soll mal auf's Gymnasium."
Ersetzt ihn durch den Satz: „Mein Kind macht mal Abi - wenn es dies am Ende will."

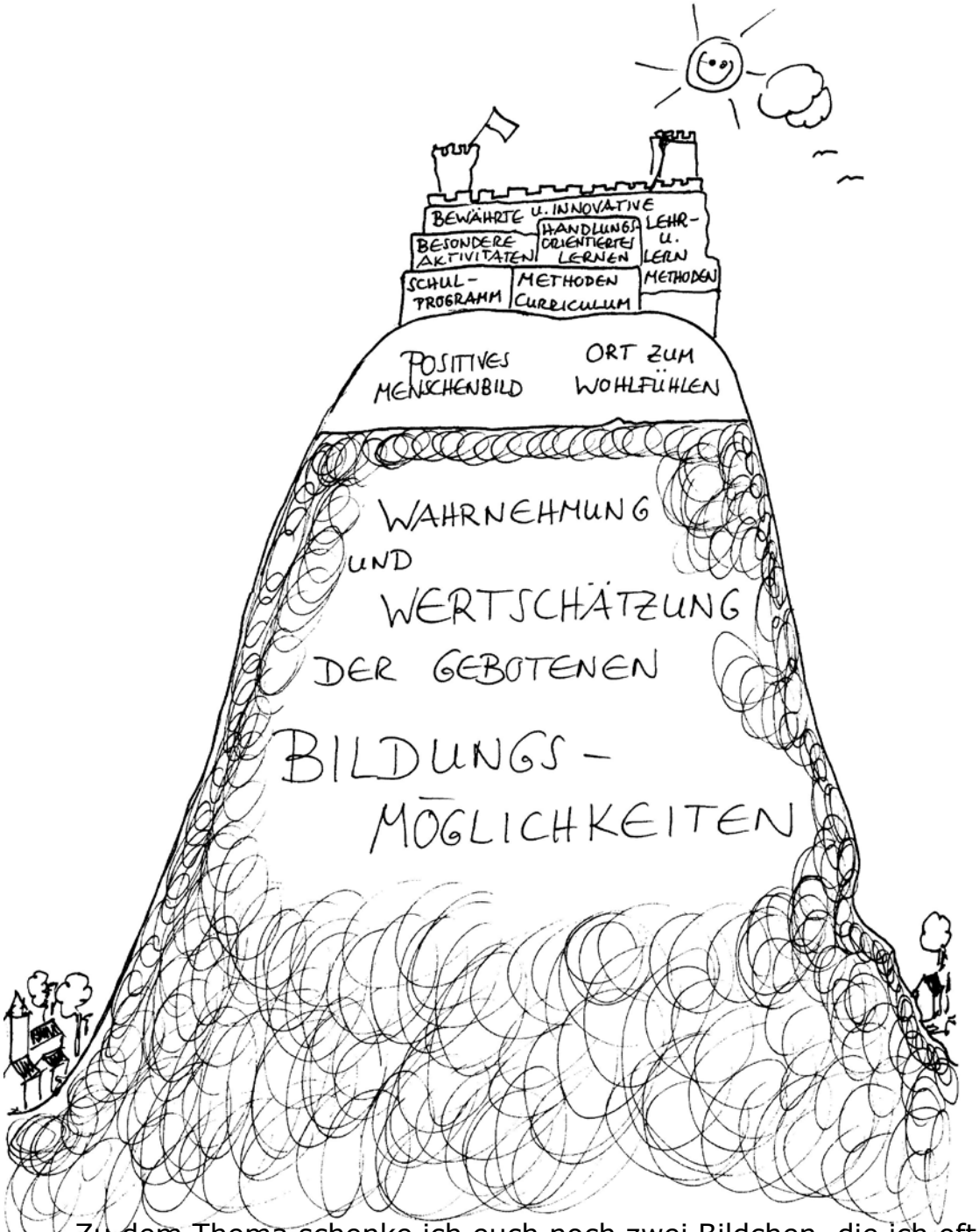


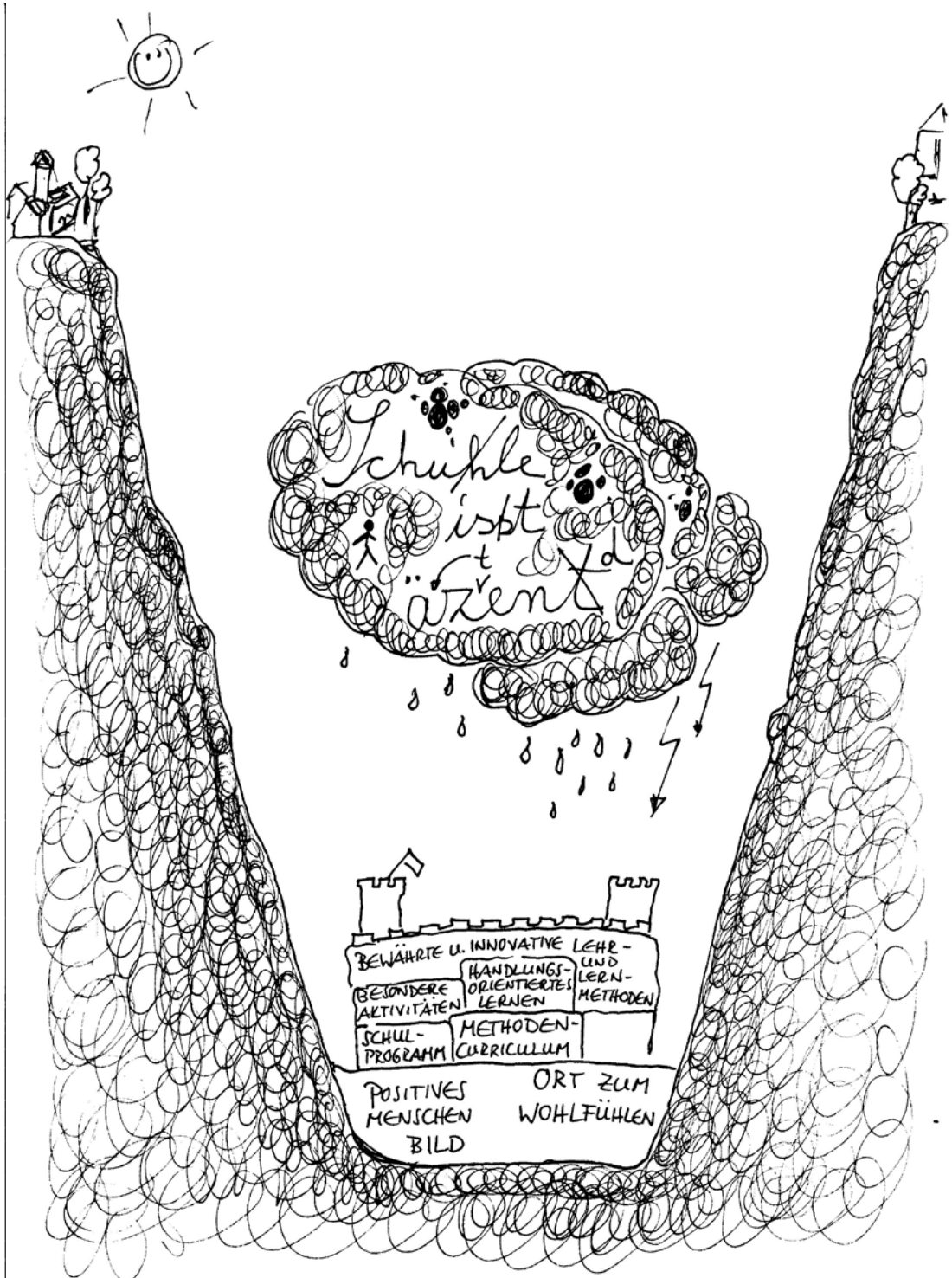
Die Schulwirklichkeiten haben sich geändert. Über 50% aller Abiturienten machen ihr Abi schon nicht mehr auf dem allgemeinbildenden Gymnasium.

Und besucht ab und zu die Laborschule in Weit im Winkl. Dort entstehen in den nächsten Jahren Beratungsideen für Schulen, für Schüler/innen, Lehrer/innen und Eltern. Vielleicht ist ja auch was für euch dabei. Allein der Satz „In Weit im Winkl
hätten wir jetzt kein Problem" entspannt, weil er klar macht, dass weder der Sohn noch die Tochter noch der Lehrer Schuld hat, sondern dass einfach das System im Moment nicht passt. Dieses Wissen entspannt und verbessert die Arbeitshaltung.

www.aufeigenefaust.com

Und der allerletzte Tipp: Schimpft nicht vor euren Kindern auf die Lehrer und die Schule. Selbst wenn ihr meint, dass ihr recht habt. Denn dann arbeitet ihr gegen die Arbeitshaltung eurer Tochter oder eueres Sohnes. Also Eigentor.

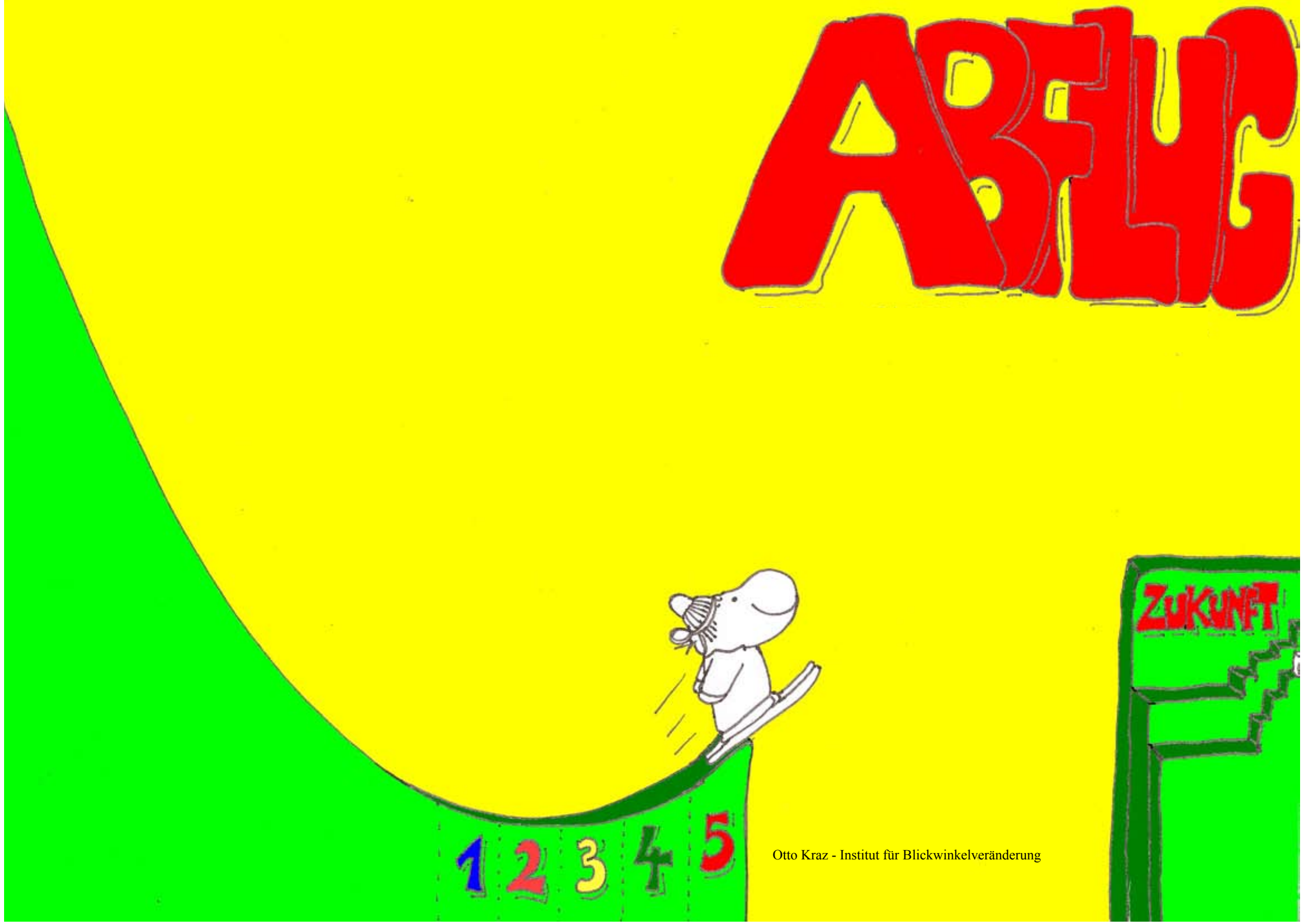




Zu dem Thema schenke ich euch noch zwei Bildchen, die ich oft verwendet habe. Auf den eigenen Biss kommt es an. That's it.

Otto Kraz

ABFLUG



Otto Kraz - Institut für Blickwinkelveränderung