

# "Schulprobleme sind immer auch Familienprobleme"

4. März 2022, 21:38 Uhr | Lesezeit: 5 Min.



Aufnahme, fertig, los: Petra Trautwein in ihrem Gautinger Büro. Hier spricht sie für die wöchentlichen Podcastfolgen ins Mikro.  
Georgine Treybal

**Was kann ich tun, damit es meinem Kind in der Schule besser geht? Ein Gespräch mit Expertin Petra Trautwein über den Wechsel zum Präsenzunterricht, wie Eltern ihre Kinder unterstützen können und den Perfektionismus von Müttern.**

*Interview von Sabrina Graf, Gauting*

Die Hausaufgaben stehen an, aber lieber dreht man noch eine Runde mit dem Fahrrad, guckt noch ein Youtube-Video oder streitet mit Schwester oder dem Bruder. Solche Szenen erinnern an die eigene Schulzeit oder begegnen einem bei den Kindern wieder. Die Gautingerin Petra Trautwein hat Mitte Februar einen Podcast zum Thema Schulstress gestartet. Denn: Lernen will gelernt sein. Im Interview spricht sie über das aktuelle Stresslevel der bayerischer Schüler, darüber, wie Eltern ihre Schulkinder angemessen begleiten und wie ein guter Lernort aussehen kann.

**SZ: Was bereitet Ihnen nach zwei Jahren Corona im Wechsel von Homeschooling und Präsenzunterricht gerade besonders Sorgen?**

Petra Trautwein: Mich besorgt vor allem, dass die meisten Lehrer einfach weiter Noten machen. Damit will ich nicht sagen, dass sie alle unempathisch sind, sondern ich glaube vielmehr, dass sie teilweise hilflos sind. Die Politik erlaubt ihnen keine Flexibilität. Es herrscht der Tenor, man müsse die Klausuren durchziehen, sobald Präsenzunterricht möglich ist. Nur um möglichst viele Noten für die Zeugnisse zu sammeln. Wie wäre es, wenn man mal ein Zeugnis ohne Noten und stattdessen mit Beurteilungen verteilt? Oder man lässt den Schülern die Möglichkeit, das Schuljahr zu wiederholen.

**Keine Noten - das klingt nach einer ausgefallenen Idee, die vermutlich schnell auf Widerstand stoßen würde.**

Stimmt. Das heißt nicht, dass ich grundsätzlich gegen die Verteilung von Noten bin. Noten dienen als Motivation und sind ein wichtiges, wenn auch manchmal unangenehmes Feedback. Insgesamt wäre es wünschenswert, häufiger individuelleres Feedback zu bekommen. Leider funktioniert das System Schule nicht auf diese Weise und es bleibt keine Zeit für solche Dinge. Gleichzeitig können wir das System aber ein Stück weit verändern, als Eltern und als Wähler.

**Ihr Ansatz basiert aber weniger darauf, das System grundlegend zu verändern, sondern es geht doch darum, die Kinder erfolgreich durch das System Schule zu bringen.**

Mir ist Selbstverantwortung sehr wichtig. Ich kann einen Herrn Piazzolo oder die Politik nicht ändern. Stattdessen frage ich mich: Was kann ich im Moment tun, damit es meinem Kind in der Schule besser geht? Schulisches Engagement und strukturelle Veränderung sind zusätzlich trotzdem wichtig. Ich sitze zum Beispiel im Elternbeirat. Da eine grundlegende Erneuerung nicht so einfach passiert, ist es meine Aufgabe als Elternteil zu fragen: **Wie kann ich mein Kind gut begleiten.** ohne mich zu sehr ins



## Wie könnte das in der Praxis aussehen?

Eine sinnvolle Zeiteinteilung wäre zum Beispiel: 30 Minuten lernen, dann fünf Minuten Pause und wieder 30 Minuten lernen. In der Pause dann kurz bewegen. Bei uns stand zu diesem Zweck ein Trampolin im Garten. Darauf konnte meine Tochter schnell und effektiv Stress abbauen. Ein fester Plan entlastet übrigens auch Eltern, die vielleicht einen Vollzeitjob haben und sich nicht pausenlos nach dem Lernfortschritt der Kinder erkundigen können. So könnte es im zweiten Halbjahr in der Schule besser laufen. Die Kinder mit einem schlechten Zwischenzeugnis ab jetzt einfach nur zur Nachhilfe zu schicken, ist in den meisten Fällen keine Lösung, weil es an anderen Themen wie Motivation oder Lernstruktur hängt.

## Viele Eltern schicken ihre Kinder aber zur Nachhilfe, damit sie es aufs Gymnasium oder in die nächste Klassenstufe schaffen und später studieren können. Ist das nicht auch legitim?

Seine Kinder mit Augenmaß fordern: ja. Aber man muss dabei beachten, dass man als Elternteil nicht zu viel Druck ausübt. Es macht aber keinen Sinn, dass ein Schüler in drei Fächern drei Jahre lang Nachhilfeunterricht bekommt. Nachhilfe ist da der falsche Ansatz. Schulprobleme sind immer auch Familienprobleme, deshalb braucht es ein ganzheitliches Konzept, das alle im System mit einbezieht. Dazu kommt noch: Nachhilfe macht den meisten Kindern überhaupt keinen Spaß und dann bleibt nicht viel im Gedächtnis hängen.

## Welche Alternativen schlagen Sie vor?

Für manche Lerntypen sind Youtube-Videos viel sinnvoller. Meine Tochter hat in der Abiturvorbereitung Mathematikvideos mit Daniel Jung angeschaut. Wer schlechte Englischnoten kassiert hat, kann zum Beispiel Filme auf Englisch schauen - am Anfang am besten solche Filme, die man schon kennt. Es ist wichtig, Spaß am Lernen und einen eigenen Weg zu entwickeln. Dabei hilft Lerncoaching.

## Stundenlang am Schreibtisch zu sitzen und Löcher in die Luft zu starren, macht definitiv keinen Spaß: Wie muss ein passender Ort zum Lernen aussehen?

Erstens: das Handy vom Schreibtisch verbannen. Eingehende Nachrichten hindern die Kinder daran, sich zu fokussieren. Ansonsten sollte man darauf achten, dass sich die Kinder wohlfühlen. Manche Eltern haben die Regel aufgestellt, dass ihre Kinder grundsätzlich nicht im Bett lernen sollten. Das halte ich nicht

Kinder grundsätzlich nicht im Bett lernen sollten. Das halte ich nicht für sinnvoll. Vokabeln pauken oder einen Eintrag im Geschichtsbuch lesen, das geht auch super zwischen der Bettdecke und den Kuscheltieren. Die Kinder sollten es ausprobieren und sehen, wie es funktioniert. Meine Tochter konnte sich Vokabeln am einfachsten merken, wenn sie dazu auf dem Trampolin gehüpft ist.

## Warum sprechen Sie im Podcast meistens Mütter und nur selten Väter an?

Mütter ticken einfach anders. Viele neigen zu Perfektionismus. Wir wollen eine perfekte Mutter sein, eine perfekte Haushaltsplanerin, eine perfekte Partnerin und vielleicht noch eine Karrierefrau. Das ist einfach zu viel. Ich spreche im Podcast die Frauen an, weil ich selbst Mutter und Ansprechpartnerin für Frauen bin und viel aus meiner Perspektive berichte. Ich begleite im Coaching Mütter, die gerade wirklich an ihren Kindern verzweifeln und damit auch ganz stark an sich selbst zweifeln. Mütter verfallen dann schnell in einen Zustand, in dem sie ihre Kinder viel zu oft zum Lernen anhalten und aus dieser Meckerschleife nicht mehr herauskommen. Ich nenne das auch den "Schallplattenmodus". Das ist sinnlos und sorgt obendrein für schlechte Stimmung und dauerhafte Unzufriedenheit in

## Wie wird man eigentlich "Expertin für Lernen und Mindmastery"?

Ich habe sehr viele Ausbildungen gemacht, zum Beispiel zu Lernstrategien oder zum Thema Emotionscoaching, wo man lernt, wie Emotionen im Gehirn verarbeitet werden. Wie gehe ich mit Prüfungsangst um? Wie löse ich negative Glaubenssätze auf, wie etwa: Ich bin zu dumm für Mathe. Am wichtigsten ist aber mein kreativer Ansatz und meine eigene Erfahrung durch meine drei Töchter.

## Was haben Sie von Ihren drei Töchtern in letzter Zeit gelernt - als Coachin, als Mutter, als Lernbegleitung?

Meine mittlere Tochter hat mir gezeigt, dass man das Leben ruhig etwas gehillter angehen kann. Man muss sich nicht immer so anstrengen. Ich war eine sehr brave Schülerin, die den festen Glaubenssatz hatte, man müsse sich anstrengen und gute Noten schreiben. Man kann aber einfach mal loslassen. Es muss nicht immer der Einser sein. Man sollte das Leben mehr genießen.

*Petra Trautwein hat kürzlich den Podcast "Schulerfolg. Einfach. Gemacht" gestartet. Im vergangenen Juli erschien ihr Buch "Raus aus dem Schulchaos".*