

10 Bitten an Eltern für positive Prüfungserfahrungen in der Schule

So unterstützt ihr euer Kind bei den ersten schulischen Prüfungserfahrungen.

- 1. Bleibt locker: Ich brauche Entspannung.**
Bei einer Prüfung nützt mir Anspannung und Druck gar nichts. Helft mir locker zu bleiben und bleibt es selbst. Am besten machen wir vor Prüfungstagen ein entspannendes Programm und lachen viel. Sorgt bitte auch dafür, dass ich genug Schlaf habe.
- 2. Helft mir, wenn ich Hilfe brauche.**
Ich bin jetzt schon groß und kann Prüfungen und damit auch Schularbeiten alleine schaffen. Fragt mich immer zuerst ob ihr mir helfen sollt. Wenn ich Hilfe brauche werde ich es mitteilen und ich bin dann froh, wenn ihr mir beim Organisieren, Vorbereiten oder Abfragen helft.
- 3. Habt keine zu hohen Erwartungen an mich.**
Es ist wichtig, dass ich mit jedem Resultat gerne zu euch gehe, weil ich, egal ob ich eine gute oder schlechte Note habe, das Erlebnis mit euch teilen möchte. Ich möchte nach jeder Erfahrung meine Freude oder meinen Frust mit euch teilen.
- 4. Seid nicht böse, wenn es daneben geht.**
Wenn ich mein Ziel nicht erreiche und die Note schlechter ist, als ich erwartet habe, bin ich selbst schon down. Seid dann bitte nicht auch noch böse auf mich, sondern helft mir gemeinsam eine Lösung zu finden und mich wieder besser zu fühlen.
- 5. Plant nie etwas für die Zeit, in der ich mich vorbereite.**
Ein Teil meiner Zeit gehört mir und meinem Beruf als Schüler(in). Verplant mich bitte nicht ohne Absprache mit mir. Auch wenn ich den Schulstoff schon kann ist es wichtig, dass ich vor einer Prüfung Entspannungsphasen habe.
- 6. Erzählt mir nichts von euren Prüfungsängsten, die ich nicht verstehe.**
Sprecht darüber mit anderen Erwachsenen, aber nicht mit mir. Ich möchte frei und locker eine Schularbeit schreiben können. Meine eigene Nervosität wird dabei groß genug sein, da brauche ich eure Ängste nicht auch noch dazu.
- 7. Verwöhnt mich nach einem guten Resultat nicht zu sehr.**
Soviel Schokolade kann ich nämlich gar nicht essen, und so viel Geschenke hab ich gar nicht Platz. Wenn ihr den Stolz, den ich bei einer guten Note habe mit mir teilt ist es viel besser.
- 8. Macht nicht zu viel „Action“ um die Schularbeiten.**
Es gibt Wichtigeres im Leben als Schularbeiten. Nach der „Action“ ist es am schönsten für mich, wenn wir einfach fröhlich sind, spielen und ein bisschen Ruhe haben.
- 9. Seid fair zu meinen Lehrern.**
Wenn ihr nicht versteht wie mein Lehrer auf eine Note kommt fragt bitte nach. Aber seid fair zu meinen Wegbegleitern und bleibt ruhig. Meine Lehrer sind Menschen mit denen vor allem ich mich arrangieren muss.
- 10. Seid optimistisch.**
Ihr habt mich in den letzten Jahren so gut unterstützt, dann schaffen wir die Schularbeiten und Prüfungen auch. Glaubt an mich, so wie ihr es beim ersten Schritt, beim ersten Wort und am ersten Schultag getan habt, dann schaffe ich ALLES. Wenn ihr an mich glaubt schaffe ich es auch das Selbstvertrauen in mir zu wecken, das ich für meine Prüfungen brauche.