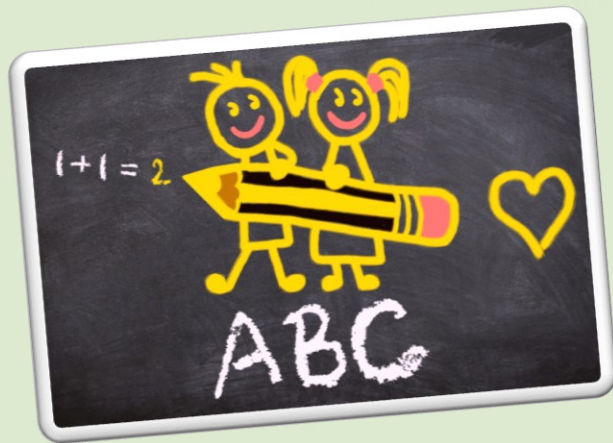




Wie Eltern ihren Kindern den Schulstart erleichtern

Fabian Kolter

Psychologische Beratungsstelle
Hilden/Haan

Fit für die Grundschule?

- Keine Panik: Kinder lernen im Kindergarten schon fast alles, was sie für den Schulstart brauchen.
- Ein paar Kompetenzen kann der Kindergarten aber nicht ganz allein vermitteln.
- Neben der „äußeren“ Ausstattung (Ranzen, Schulhefte etc.) auch an die „innere“ Ausstattung denken.
- Soziale Kompetenzen sind wichtiger für Grundschüler, als schon lesen, schreiben oder rechnen zu können!



Was heute von Grundschulern erwartet wird

- Eine Schulstunde lang sitsitzen
- Sich von den Eltern trennen können
- Eigenständiges An- und Ausziehen
- Alleine zur Toilette gehen
- Sich gut konzentrieren
- Enttäuschungen aushalten
- Eigene Wünsche zurückstellen
- Eine kleine Geschichte korrekt nacherzählen
- Einfache Formen, Buchstaben und Zahlen nachmalen
- Einfache Dinge basteln, mit Schere und Klebstoff umgehen





Vorbereitung auf die Grundschule

❖ **Selbstständig werden**

Selbstständiges Handeln, ohne dass die Eltern in Reichweite sind, wird von einem Schulkind täglich gefordert.

- Schicken Sie ihr Kind allein in den Laden um die Ecke oder zum Bäcker, um eine Kleinigkeit zu besorgen.
- Trainieren Sie mit ihrem Kind das selbstständige Ankleiden von Kopf bis Fuß, ohne Hilfe.



Vorbereitung auf die Grundschule

❖ Verantwortung übernehmen

Die Kinder tragen die Verantwortung für ihre Materialien. Auch sollen sie Aufgaben für die Klassengemeinschaft übernehmen.

- Gewöhnen Sie ihr Kind daran, leichte Aufgaben im Haushalt zu übernehmen – und zwar regelmäßig, z.B. Tisch decken, Blumengießen, Haustier füttern, den Müll rausbringen.



Vorbereitung auf die Grundschule

❖ Geduld lernen

In der Schule geht es nicht ohne Geduld. Schüler müssen z.B. warten bis sie aufgerufen werden oder die Pausenklingel läutet.

- Muten sie ihrem Kind immer wieder kleine Wartezeiten zu.
- Stillsitzen bei Mahlzeiten, Bastelarbeiten oder Spielen.
- Einer Geschichte lauschen, ohne dazwischen zu reden.



Vorbereitung auf die Grundschule

❖ Stillsitzen können

Allen Schulanfängern fällt es zunächst schwer, still auf dem Stuhl zu sitzen.

- Trainieren sie das Stillsitzen durch Beschäftigungen, die eben nur so erledigt werden können: malen, kneten, ausschneiden, puzzeln, Perlen auffädeln.



Vorbereitung auf die Grundschule

❖ Mit Misserfolgen umgehen lernen

Kinder erleben zum ersten Mal Kritik und dürfen sich nicht gleich von einem Rückschlag entmutigen lassen.

- Eine gute Übung für den Umgang mit Misserfolgen sind Gesellschaftsspiele, bei denen man auch mal verlieren darf.
- Vermittlung: „Aus Fehlern lernt man!“



Vorbereitung auf die Grundschule

❖ **Zu Ende bringen, was man angefangen hat**

Für den Schulerfolg ist es wichtig, nicht direkt aufzugeben, wenn etwas langweilig oder anstrengend wird.

- Trainieren sie das Durchhaltevermögen des Kindes dadurch, indem Sie dem Kind zunächst eine leichte Aufgabe geben und die Anforderungen langsam steigern. Verliert das Kind die Lust, unterstützen Sie es, dranzubleiben.



Vorbereitung auf die Grundschule

❖ Gefühle ausdrücken

Es ist wichtig, dass sich das Kind über sein Erleben in der Schule mitteilen kann.

- Sprechen Sie offen über Ihre eigenen Gefühle.
- Fragen Sie nach den Gefühlen ihres Kindes.
- Benutzen Sie Fragen, die man nicht nur mit ja oder nein beantworten kann.
- Nehmen Sie ihr Kind in seiner Stimmungslage ernst.



Vorbereitung auf die Grundschule

❖ **Selbstsicherheit trainieren**

Eine zentrale Frage von Kindern ist: Werde ich Freunde finden?

- Provozieren Sie Situationen, in denen sich das Kind allein in einer fremden Gruppe behaupten muss.
- Besuchen Sie z.B. einen neuen Spielplatz oder gehen Sie mit Ihrem Kind zum Probetraining in einen Sportverein.





Vorbereitung auf die Grundschule

❖ Schulweg vorbereiten

Wenn das Kind alleine den Schulweg absolvieren soll...



- Beginnen Sie nicht erst einige Wochen vor Schulbeginn mit der Verkehrserziehung. Je früher, desto besser.
- Gehen Sie mit den Schulweg ab und machen es auf Gefahrenpunkte aufmerksam.
- Machen Sie einen sicheren Schulweg ausfindig. Der kürzeste Weg ist nicht immer der sicherste!
- Helle Kleidung/ reflektierende Applikationen.
- Sicherheit geht vor Eile auf dem Schulweg.
- Weggemeinschaften bilden.



Vorbereitung auf die Grundschule

❖ Vorfreude steigern

Manche Kinder stehen der Einschulung mit gemischten Gefühlen gegenüber. Einerseits ist da die Freude, andererseits der Abschied vom lieb gewonnenen Kindergarten.

- Sorgen Sie dafür, dass das Thema Schule mit einer positiven Erwartungshaltung gefüllt ist.
- Versuchen Sie eigene negative Erfahrungen auszublenden.
- Vermitteln Sie Wertschätzung für Lehrer und Lehrerinnen.
- Gehen Sie gemeinsam Schulsachen kaufen und lassen Sie ihr Kind aussuchen.



Vorbereitung auf die Grundschule

❖ Mit ersten Unsicherheiten umgehen

Oft fragen Kinder ihren Eltern plötzlich Löcher in den Bauch.
Damit aus Unsicherheiten keine Ängste werden...



- Beantworten Sie die Fragen des Kindes ehrlich.
- Sprechen Sie mit dem Kind über seine Vorstellungen über die Schule und rücken Sie falsche Erwartungen sanft zurecht.
- Entwickeln sie gemeinsam, wie sich Ihr Kind in bestimmten Situationen am besten verhält.
- Spielen sie mit dem Kind „Schule“. Durch solche Rollenspiele erfahren Sie viel über die Sorgen, aber auch über die Freude und Neugier des Kindes.

Was sich für Eltern verändert

- Loslassen lernen
- Wenig Einfluss darauf, mit wem sich das Kind anfreundet.
- Zurücknehmen: „So viel Hilfe wie nötig, so wenig wie möglich!“
- Andere Vorbilder akzeptieren



Schulpsychologische Beratung

Bei folgenden Themen sind wir für Sie da:

- Lernschwierigkeiten
- Teilleistungsstörungen
- Besondere Begabung
- Schulangst
- Schulunlust
- Schulabsentismus
- Mobbing
- Konzentration/Aufmerksamkeit
- Schullaufbahnfragen
- Individuelle Förderung





Kontakt zur Beratungsstelle

- Eine Anmeldung ist persönlich, telefonisch oder per Mail.
- Vereinbarung eines ersten Gesprächstermins.
- Die Beratung ist kostenlos und vertraulich.
- Auf Wunsch arbeiten wir eng mit den Schulen zusammen.

Psychologische Beratungsstelle für Hilden und Haan

Am Rathaus 1
40721 Hilden
Tel. 02103 72-271
Fax 02103 72-618
beratung@hilden.de
www.hilden.de/beratung

Sprechzeiten des Sekretariats
für Anmeldung und Fragen
Mo bis Do 9:00–16:00 Uhr
Fr 9:00–12:00 Uhr

So erreicht man uns:
5.Etage im Rathaus in Hilden
Buslinien 781, 783, 784
Haltestelle „Am Rathaus“
Parkmöglichkeiten: Tiefgarage Rathaus



Literatur/Quellen

- Teusen, G. (2013). *Mein Kind kommt in die Schule. Startklar für Vorschulzeit, Einschulung, 1. Schuljahr*. Freiburg: urania.
- Bilder
 - Pixabay
 - Pexels