

Guter Schulstart - Schulpsychologische Tipps für Schulanfänger/innen

Der Schuleintritt ist ein besonderes und einprägsames Ereignis im Leben eines Kindes und wird von den meisten Kindern mit Neugier und mit Freude erwartet, manchmal aber auch verbunden mit Angst und Unsicherheit.

So können Eltern und andere Bezugspersonen mithelfen, dass der Schulstart gut gelingt und das Kind positive erste Schulerfahrungen macht:

➤ **Das Kind positiv auf die Schule einstimmen, seine Neugier und Vorfreude bestärken, eventuell vorhandene Ängste mit ihm aufarbeiten**

Man kann in der Schule viele neuen Dinge erfahren und ausprobieren, es ist interessant, wichtig und nützlich, Lesen, Schreiben und Rechnen zu lernen. Der Einsatz lohnt sich. Es macht Freude, wenn man etwas gut geschafft hat, die Lehrerin/der Lehrer hilft, dass es gelingt.

Man kann neue Freunde kennen lernen, es lässt sich vieles gemeinsam unternehmen.

➤ **Gemeinsame Vorbereitungen treffen, Orientierung geben**

- Bei der Auswahl der „*Schulaurüstung*“ soll das Kind mitreden können, dabei sollen die Eltern auf Qualität, Kindgemäßheit und Zweckmäßigkeit achten, gesundheitlichen Kriterien berücksichtigen und Unnötiges vermeiden.

- Training des richtigen *Verhaltens auf dem Schulweg*

- Einrichtung des „*Arbeitsplatzes für Hausaufgaben*“ mit Ordnungssystem für die Schulsachen

- Umstellung auf die an Schultagen *veränderte Tages- und Schlafenteilung*

Die Umstellung vom Kindergartenkind zum Schulkind kann gemeinsam geplant und „gefeiert“ werden, z. B. gemeinsames, gutes Frühstück, kleines Präsent, besondere Tagesgestaltung

➤ **Gute Lernbedingungen schaffen und richtige Unterstützung geben**

Für das Zurechtfinden mit den neuen Anforderungen (Schulweg, Unterricht, Hausaufgaben u. a.) und beim Verarbeiten neuer Erfahrungen braucht das Kind Anleitung und Rückhalt.

- Sich besonders Zeit für das Kind nehmen, Anteilnahme an den Erlebnissen und den Gefühlen des Kindes durch aufmerksames Beobachten und Zuhören, einfühlsame Gespräche, Vermitteln von Geduld und Zuversicht bei möglichen Ängsten, Sorgen oder Schwierigkeiten des Schulanfängers (allerdings das Kind nicht drängen, sondern es von sich aus erzählen lassen)

- Kontakte zu (künftigen) Mitschülern und fördern (Geburtstagsparty, Ausflüge usw.)

- Klare Vereinbarungen und Verhaltensformen, an die das Kind mit „liebvoller Konsequenz“ gewöhnt wird (z.B. rechtzeitig schlafen gehen und am Morgen in Ruhe und ausreichend frühstücken; ohne Zeitdruck, aber zielstrebig und mit Vorsicht den Schulweg bewältigen; Ordnung bei den Schulsachen und am Arbeitsplatz halten; Hausaufgaben zeitgerechte, sorgfältige und möglichst selbstständig erledigen.

- Eine selbstständig bewältigte Aufgabe und selbst erreichter Erfolg machen dem Kind besondere Freude und geben ihm Mut und Sicherheit für weitere Leistungen. Sehr wichtig für das Kind sind dabei Lob und Ermutigung. Schon das Bemühen und kleine

Fortschritte sollen Anerkennung erfahren.

Das Kind fühlt sich beachtet und geschätzt, wenn es dort, wo es dazu fähig ist, mitarbeiten, mitreden und mitentscheiden darf.

- Richtige häusliche Lernbetreuung

Wichtig: Selbstvertrauen und Selbstständigkeit aufbauen und stärken; Angst, Druck und Stress vermeiden

Das Kind soll Möglichkeit haben und dazu motiviert werden, Aufgaben und Anforderungen selbst zu bewältigen, ohne jedoch damit überfordert zu werden. Am besten sind Hilfen zum selber Tun und das Stärken des Vertrauens des Kindes in seine eigenen Fähigkeiten.

Bei Bedarf die Hausaufgabe nochmals erklären und nach der Erledigung kontrollieren und bestätigen, nach Möglichkeit aber nicht ständig daneben sitzen.

Wichtig und hilfreich sind Ermutigung und Lob. Druck und Strafen dagegen führen zu Ärger und Angst, belasten die Eltern-Kind-Beziehung und lassen Schul- und Lernunlust entstehen.

Die Hausaufgabe sollten - abgestimmt auf den Stundenplan – möglichst zu den gleichen Zeiten (am besten nach einer kurzen Pause nach dem Mittagessen) erledigt werden. Der Zeitbedarf ist individuell verschieden, in der ersten Volksschulklasse reichen meist 30 Minuten aus. Bei langsameren Kindern die Aufgabe in 15-Minuten-Einheiten aufteilen, dafür sorgen, dass das Kind bei der Hausaufgabe Ruhe hat, nicht von kleinen Geschwistern gestört wird.

- Zum ergänzenden Lernen und Festigen (z. B. im Lesen, im Umgang mit Mengen und Zahlen usw.) gibt es auch gute Lernspiele, mit denen auch langsamer lernende Kinder ohne Überforderung spielerisch üben.

Ein Schlüssel für einen guten Lernerfolg ist das Lesen. Zum Aufbau einer guten Lesefähigkeit ist es hilfreich, wenn Eltern dem Kind täglich vorlesen und mit ihm über die Geschichte sprechen sowie auch zum täglichen kurzen Lesetraining motivieren.

- Viel Bewegung und Spiel als Ausgleich zu den schulischen Anforderungen ermöglichen
- Auf eine ausgewogene Ernährung und eine gesunde Jause Wert legen
- Kontakte zur Lehrperson pflegen, Elternabende besuchen

➤ **Hilfe bei Problemen**

Jedes Kind beginnt seine Schullaufbahn mit ganz persönlichen Startbedingungen. In Zusammenarbeit von Schule und Elternhaus (regelmäßige Gespräche) gelingt es am besten, die Voraussetzungen beim einzelnen Kind richtig zu erkennen und einzuschätzen. Auf dieser Grundlage kann die weitere Entwicklung im Lernen und Verhalten dem jeweiligen Kind entsprechend begleitet und gefördert werden.

Wenn das Kind mit der neuen Situation des Schuleintritts nicht zurecht kommt oder sich im Laufe des Schuljahres Schwierigkeiten im Verhalten, im Lernen, im Kontakt mit Mitschülern oder mit der Lehrperson, bei den Hausaufgaben u. a. bemerkbar machen, sollten diese Beobachtungen am besten zuerst mit der Klassenlehrerin / dem Klassenlehrer besprochen werden. Gemeinsam lassen sich meist Fragen klären und Lösungen finden.

Ist dies nicht ausreichend, stehen im Schulbereich speziell ausgebildete Fachleute zur kostenlosen Beratung und Hilfe zur Verfügung:

BeratungslehrerInnen für verhaltensauffällige Kinder, LehrerInnen für spezifische Lernförderung, Sprachheillehrer/innen, Sonderpädagog/innen, SchulpsychologInnen.

Mögliche Beobachtungen beim Kind, die ein Gespräch mit der Lehrperson und evtl. eine genauere Abklärung als sinnvoll und notwendig erscheinen lassen:

- deutliche Unlust oder besondere Angst, in die Schule zu gehen
- auffallend verändertes Verhalten, z. B. besonders unruhig, niedergeschlagen, traurig, zurückgezogen, aggressiv u. a.
- sehr geringe Lernfortschritte in einem oder mehreren Bereichen
- anhaltende Probleme bei den Hausaufgaben (weinen, auffallendes Trödeln und Ablenken, Verweigerung, Überforderung u. a.)
- gesundheitliche, psychosomatische Symptome wie Schlafstörungen, Klagen über Kopfschmerzen, Bauchweh, Essstörungen, morgendliche Übelkeit u. a.

Beim Auftreten **gesundheitlicher Probleme und psychosomatischer Beschwerden** können über ärztliche Zuweisung medizinische und psychologische Abklärungen beim Arbeitskreis für Sozial- und Vorsorgemedizin (AKS) gemacht werden.

Liegen die auftretenden **Schwierigkeiten primär im familiären bzw. erzieherischen Bereich**, bieten die Psycholog/innen, Sozialarbeiter/innen und Therapeut/innen vom Institut für Sozialdienste (ifs) den Eltern und betroffenen Kindern Beratung und Hilfe an (kostenlose Erstberatung, dann mit Kostenbeitrag).

Auskünfte: schulpsychologie@lsv-vbg.gv.at

Homepage: www.lsv-vbg.gv.at/schulpsychologie

HR Univ.-Doz. Dr. Walter Bitschnau

Landesreferent für Schulpsychologie-Bildungsberatung

Landesschulrat für Vorarlberg

6900 Bregenz, Bahnhofstraße 10, 4.OG

Telefon 05574/4960-210, Mobil 0664/8109344

E-Mail: walter.bitschnau@lsv-vbg.gv.at

BREGENZ, Kapuzinergasse 1, 1.OG
Tel. 05574/58674, Fax DW -228
E-Mail: schulpsychologie.bregenz@lsv-vbg.gv.at

FELDKIRCH, Steingasse 2, 2.OG
Tel. 05522/76168, Fax DW -268
E-Mail: schulpsychologie.feldkirch@lsv-vbg.gv.at

DORNBIRN, Marktplatz 5, 3.OG
Tel. 05572/28148, Fax DW -288
E-Mail: schulpsychologie.dornbirn@lsv-vbg.gv.at

BLUDENZ, Josef-Wolf-Platz 2, 1.OG
Tel. 05552/63863, Fax DW -248
E-Mail: schulpsychologie.bludenz@lsv-vbg.gv.at