

Johannesbad Holding SE & Co. KG
Arnulfstraße 37
80636 München

Pressekontakt:
Isabel Zündorff
Leiterin Marketing &
Unternehmenskommunikation

Tel.: + 49 (0) 8531 23-2875
E-Mail: isabel.zuendorff@johannesbad.com

21. August 2023

PRESSEMITTEILUNG

Was Eltern tun können: So gelingt der Schulstart

Für rund 800.000 Kinder in Deutschland beginnt in diesen Tagen ein völlig neuer Lebensabschnitt: Der erste Schultag steht vor der Tür. Mütter und Väter können im Vorfeld dieses Meilensteins einiges tun, um Kindern Unsicherheit und Aufregung vor diesem großen Ereignis zu nehmen, wissen die Experten der Johannesbad Eltern-Kind-Kliniken.

Lechbruck/Usedom – „Eltern können entscheidend dazu beitragen, dass nicht nur der erste Schultag gelingt, sondern auch die ersten Monate gelingen, in denen sich Alltagsroutinen wahrscheinlich mehr oder weniger deutlich verändern werden“, sagt Sabine Pieters. Die Diplom-Heilpädagogin und Systemische Beraterin arbeitet als Mitglied des Psychosozialen Teams mit dem Aufgabenbereich Erziehungsberatung in der Johannesbad Klinik Königshof in Lechbruck im Allgäu, die auf Eltern-Kind-Vorsorgemaßnahmen spezialisiert ist. Zusätzlich können Eltern die künftigen Grundschüler auch schon vor dem großen Tag fördern, macht Annett Dietzel, Logopädin an der Johannesbad Fachklinik Klaus Störtebeker Ostseestrand auf Usedom, deutlich.

Routinen und Strukturen geben Halt und Sicherheit

Hunderttausende Familien zwischen Nordsee und Alpen stehen aktuell vor einer ähnlichen Situation: Das Kind freut sich darauf, zu den „Großen“ zu gehören, der Schulranzen wurde ausgesucht, die Schultüte ist gebastelt und wartet darauf gefüllt zu werden. „Sinnvoll ist es, bereits in den Wochen vor dem Schulstart die gewohnte Alltagsstruktur beizubehalten oder nach einem Urlaub wiederherzustellen“, sagt Sabine Pieters. Das gebe Sicherheit als Ausgangsposition für die kommende Zeit des Schulstarts. Für Mütter und Väter heißt das: Weitere Veränderungen wie der Wechsel eines Jobs oder auch die Anschaffung eines Haustiers sollten um einige Monate verschoben werden. Das Kind sollte sich auf die kognitiven und

sozialen Anforderungen in der Schule fokussieren und alle Familienmitglieder sollten sich an die neue Situation gewöhnen können.

Wie Eltern die Selbstständigkeit unterstützen

Die Erziehungsberaterin der Johannesbad Klinik Königshof rät Eltern, eine altersangemessene Selbstständigkeit des Kindes zu überprüfen: Kann es sich selbstständig anziehen? Klappt die Körperpflege weitgehend allein? Wie steht es um alltagspraktische Fähigkeiten wie den Tisch zu decken, die Spülmaschine einzuräumen oder kleinere Besorgungen erledigen? Wo benötigt das Kind Hilfe? „In den Wochen vor der Schule haben Sie die Möglichkeit, eventuelle Lücken noch zu schließen und es dem Kind damit in der kommenden Zeit einfacher zu machen“, so Pieters. Dieses Vorgehen hat einen weiteren positiven Effekt: Das eigene Können und die Entwicklung eigener Fähigkeiten steigern Selbstwert und Selbstvertrauen. Auch dies ist eine wichtige Voraussetzung für einen positiven Schulstart.

Logopädin: Kinder spielerisch fördern

„Oft sind sich Eltern auch nicht sicher, ob ihr Kind bereits ‚reif für die Schule‘ ist“, weiß Logopädin Annett Dietzel von der Johannesbad Fachklinik Klaus Störtebeker Ostseestrand. Auf spielerische Weise könnten sie viel tun, um die künftigen Erstklässler zu fördern. Dazu gehören das Finden von Reimen oder Reimwörtern oder auch das Klatschen von Silben. Weitere Möglichkeiten sind das Heraushören von Anlauten („Was hörst du am Anfang bei Oooooopa?“) und das Training der Merkfähigkeit („Kofferpacken“ oder das Nachsprechen von Quatschwörtern). Zudem könnten Eltern kurze Geschichten vorlesen und Fragen dazu stellen (Beispiel: Tim und Lisa spielen am Strand, sie haben schon ganz viele Sandburgen gebaut. Sie sind ganz stolz. Frage: Wo spielen Tim und Lisa?). „Diese Förderideen erleichtern den Start in der Schule“, weiß die Logopädin.

Das Kind nicht überfordern

Fördern, ohne zu überfordern: Die Expertinnen aus den Eltern-Kind-Kliniken plädieren für eine gute Balance. „Damit ein Kind Freude am Lernen entwickelt, ist es wichtig, es nicht zu überfordern, auch wenn das heißt, dass Eltern vielleicht ihre eigenen Ansprüche an Sauberkeit und Ordnung überdenken und zurückstellen müssen“, so Sabine Peters. Eltern sollten nicht zögern, sich an die Lehrkräfte zu wenden, um beispielsweise ein angemessenes Vorgehen bei der Unterstützung der Hausaufgaben abzusprechen. „Ermutigen Sie Ihr Kind, wenn etwas noch nicht so gut klappt und lassen Sie sich nicht von den (vermeintlichen) Erfolgen und Leistungen anderer Kinder unter Druck setzen“, rät die Diplom-Heilpädagogin.

Den Schulweg rechtzeitig einüben

Ebenso entscheidend ist die Fähigkeit, dass Kinder um Hilfe bitten können, wenn etwas noch nicht so gut funktioniert. Insbesondere damit die Lehrkraft einschätzen kann, wobei Ihr Kind möglicherweise noch Unterstützung benötigt. Die Sicherheit im Verkehr und das rechtzeitige Einüben des Schulwegs ist ein weiterer Punkt. Zudem muss das Kind wissen, wie es mit Fremden umgeht, die seine Nähe suchen – zum Beispiel, wenn es angesprochen wird.

Der Beziehungskreis als Hilfestellung

Dazu kann die Erarbeitung eines sogenannten „Beziehungskreises“ eine Hilfestellung bieten. Das Kind wird als Zentrum in die Mitte eines großen Papierbogens oder Tonkartons gemalt. Zusammen wird überlegt, wer in den nächsten Kreis unmittelbar um das Kind gehört. In der Regel sind das die engsten Bezugspersonen des Kindes. Weniger nahestehende Personen kommen in den nächsten Kreis. Damit erweitern sich die Kreise um das Kind immer weiter nach außen, bis sich im äußersten Kreis nur noch flüchtig bekannte Personen und außerhalb der Kreise unbekannte Personen befinden.

Danach können Eltern gemeinsam mit dem Kind überlegen, welche Gefühle man mit den jeweiligen Personen verbindet und wie sich diese üblicherweise zeigen. Damit lässt sich in Erfahrung bringen, ob das Kind bereits ein angemessenes Nähe-Distanz Verhältnis entwickelt hat oder ob es möglicherweise eines Korrektivs bedarf. Eltern sollten ihren Kindern auf jeden Fall mit auf den Weg geben: niemals mitgehen oder in ein Fahrzeug einsteigen, wenn sie es vorher nicht explizit mit ihm abgesprochen haben, auch wenn es sich um eine Person handelt, die das Kind kennt.

Kindern genau zuhören und sie in die Entscheidungen einbeziehen

Eltern sollten aufmerksam sein und genau zuhören, wenn das Kind plötzlich über Bauchweh oder andere körperliche Beschwerden in Zusammenhang mit dem Schulbesuch klagt. Neben den schulischen Anforderungen könnten auch Streitereien und Uneinigkeiten mit den neuen Klassenkameraden die Ursache sein. „Dabei ist allerdings auch zu bedenken, dass sich eine Klassengemeinschaft erst formieren muss und dass es eine Zeit braucht, bis ein Miteinander entstehen kann“, weiß die Expertin. Sie empfiehlt, zuerst gemeinsam mit dem Kind zu überlegen, was helfen könnte, bevor Mütter und Väter den Weg zu den Lehrkräften suchen. „Dieses Vorgehen hilft bei der Entstehung von Selbstwirksamkeit und eines damit verbundenen positiven Selbstbildes“, verdeutlicht Sabine Pieters.



Für rund 800.000 Kinder in Deutschland beginnt in diesen Tagen ein völlig neuer Lebensabschnitt: Der erste Schultag steht vor der Tür. Mütter und Väter können im Vorfeld dieses Meilensteins einiges tun, um Kindern Unsicherheit und Aufregung vor diesem großen Ereignis zu nehmen, wissen die Experten der Johannesbad Eltern-Kind-Kliniken. Foto: Adobe Stock

Über die Johannesbad Gruppe

Die familiengeführte Johannesbad Gruppe umfasst die Geschäftsbereiche Medizin, Zahnmedizin, Hotellerie sowie Fort-, Aus- & Weiterbildung. Dafür engagieren sich in 26 Einrichtungen rund 2.400 Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen, die einen Umsatz von etwa 150 Millionen Euro erwirtschaften. Ausgehend von der 1964 eröffneten Johannesbad Therme gehört die Gruppe heute zu den Top Ten der Reha-Anbieter in Deutschland. Für weitere Informationen besuchen Sie www.johannesbad.com