

Leseprobe

DANIELA ALBERT • **Anlauf nehmen fürs Leben**

Leseprobe

DANIELA ALBERT

Anlauf nehmen fürs Leben

Bedürfnisorientiert
von der Grundschule
in die Teenagerjahre



Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek:
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Die automatisierte Analyse des Werkes, um daraus Informationen insbesondere über Muster, Trends und Korrelationen gemäß § 44b UrhG zu gewinnen, ist untersagt.

© 2025 Neukirchener Verlagsgesellschaft mbH, Neukirchen-Vluyn
Andreas-Bräm-Straße 18/20, 47506 Neukirchen-Vluyn,
info@neukirchener-verlage.de

Alle Rechte vorbehalten

Umschlaggestaltung: Kristina Dittert, FreiSinn Grafik,
unter Verwendung eines Bildes © Pixelshot

Lektorat: Anja Lertz, Moers

DTP: Burkhard Lieverkus, Wuppertal

Verwendete Schriften: Scla Pro, Scala Sans Pro

Gesamtherstellung: Dimograf Sp. z o.o., Bielsko-Biała

Printed in Poland

ISBN 978-3-7615-7035-7 Print

ISBN 978-3-7615-7036-4 E-Book

www.neukirchener-verlage.de

Inhalt

Einleitung.....	7
Teil 1 – Die kleinen Grundschul Kinder	15
1.1 Jeden Tag etwas Neues – lernbegeistert wie nie.....	17
1.2 Lernfrust –	
Hausaufgaben und andere Katastrophen	33
1.3 Spielerisch fördern –	
und zwei Fliegen mit einer Klappe schlagen	43
1.4 Du bist wertvoll	45
Teil 2 – Die großen Grundschul Kinder	47
2.1 Neue Freiheiten und mehr Stabilität.....	49
2.2 Der Druck steigt.....	65
2.3 Sei dabei, bring dich ein	73
2.4 Warum gibt es Leid in dieser Welt?	75
Teil 3 – Großbaustelle Großwerden	79
3.1 Die Pubertät – wann geht es eigentlich los?	81
3.2 Es sind noch Kinder	99
3.3 Was uns allen Spaß macht.....	107
3.4 Mut zur Freiheit	III

Teil 4 – Die weiterführende Schule	115
4.1 Vielfalt der Bildungskarrieren wertschätzen.....	117
4.2 Was braucht mein Kind wirklich?	125
4.3 Zeit für Abschiedsschmerz und Emotionen	135
4.4 Dankbar zurückschauen.....	137
Teil 5 – Pre-Teens	139
5.1 Warum es einen eigenen Begriff für diese Lebensphase braucht	141
5.2 Medien, Gruppendruck und Abschied von der Kindheit.....	149
5.3 Ich komme in deine Welt.....	163
5.4 Im Glauben wachsen – oder auch nicht.....	165
Teil 6 – Die frühen Teenie-Jahre	169
6.1 Die Welt der unendlichen Möglichkeiten.....	171
6.2 Große Kinder, große Sorgen?	189
6.3 Das Lagerfeuer am Brennen halten	197
Schlussgedanken	201
Quellen.....	203
Danksagung.....	205

Einleitung

Das Land ist (mal wieder) im Ausnahmezustand. Ein ungewöhnliches Wetterphänomen (Schnee im Winter) legt alles um mich herum lahm. Während ich mich ein bisschen darüber lustig mache, dass ganz Nordhessen den heutigen Tag im Homeoffice und im Distanzunterricht verbracht hat, obwohl es überhaupt erst um 13 Uhr begonnen hat, ein paar Flocken zu schneien, bin ich der Öffentlichkeit insgeheim für diese Überreaktion dankbar. Diese hatte nämlich den netten Nebeneffekt, dass ich heute Morgen eine ganze Stunde länger schlafen durfte. Ich will ganz ehrlich sein – wenn ich eins daran nicht leiden kann, mittlerweile Kinder in den mittleren und großen Jahren ihrer Kindheit zu haben, dann die Tatsache, dass am äußerst frühen Aufstehen kein Weg mehr vorbeiführt. Vorbei die Zeiten, in denen man sich denken konnte: „Was soll’s, dann sind wir eben erst um halb neun in der Kita oder am Arbeitsplatz.“ Zwei von unseren drei Kindern besuchen mittlerweile die weiterführende Schule in der nächstgrößeren Stadt und dorthin fährt nun einmal um kurz vor sieben eine Bahn. Das bedeutet für mich, dass noch vor sechs der Wecker klingelt. Nichts könnte weiter von meinem persönlichen Biorhythmus entfernt sein.

Abgesehen davon habe ich mich in dieser neuen Lebensphase längst sehr gut eingerichtet. Ich konnte sie gut loslassen, die kleinen Jahre, auch wenn mir der langsame Rhythmus aus Kindergartenagen, bettwarmen Kindern nach dem Mittagsschlaf

und Abende, die einigermaßen verlässlich irgendwann enden, ein bisschen fehlt.

In den mittleren Jahren der Kindheit empfinde ich alles etwas durchgetakteter. Die Schule bestimmt unseren Alltagsrhythmus deutlich mehr, als mir an manchen Tagen lieb ist, unsere Kinder haben Hobbys und Interessen und natürlich einen eigenen Freundeskreis, den sie unabhängig von uns treffen wollen. Der Radius ist für uns alle größer geworden in den letzten Jahren, Bindungsgummibänder, die uns zusammenhalten, dehnen sich jetzt weit aus. Das gibt uns Freiheiten, von denen wir in den kuscheligen kleinen Jahren oft nur träumen konnten – und stellt uns vor ganz neue Herausforderungen.

Ein Kind durch die mittleren Jahre, also *die Zeit zwischen sieben und vierzehn Jahren* zu begleiten, ist, wie im Besitz von Backstage-Karten für eine riesengroße Show zu sein – wir dürfen diese Ära miterleben, erleben live und hautnah, wie eine eigenständige Persönlichkeit entsteht, wie ein Mensch aus seinen Gummistiefeln wächst und zu einer Person wird, die nicht mehr Kind genannt werden möchte. Die vielen kleinen Zwischentappen in diesen Jahren dürfen wir alle aus nächster Nähe begleiten. Das ist aufregend, wunderschön – und manchmal herausfordernd oder gar beängstigend.

Mit der Einschulung kommen viele neue Themen in den Familienalltag. Dabei geht es nicht nur um Hausaufgaben, Klassenarbeiten und Elternabende, auch emotional tun sich neue Baustellen auf. Manches Kind kommt sehr gut mit dieser Umstellung zurecht, manch anderes strauchelt erstmal und tut sich schwer. Es gibt Kinder, denen der Schulalltag leicht fällt und solche, die sich mit dem Lernen, dem Zuhören, dem langen Sitzen noch eine ganze Weile sehr schwer tun. Soziale Kontakte müssen ganz neu geknüpft werden und das kann wunderbar und bereichernd sein – oder emotional aufwühlend.

Wir als Eltern werden uns immer wieder neu fragen müssen, wer wir in dieser Gemengelage sein wollen. Wo braucht unser Kind uns ganz nah an seiner Seite und wo ist es unsere Aufgabe, loszulassen und zu vertrauen?

Die Herausforderungen werden sich in diesen Jahren zudem rasant verändern: Gerade haben wir unseren Weg gefunden, ein unmotiviertes Kind bei Schwungübungen zu begleiten, ohne dabei den Verstand zu verlieren, da müssen wir auf einmal schon überlegen, wie sein weiterer Bildungsweg aussehen soll. Während unsere Diskussionen über Mediennutzung jahrelang hauptsächlich um die Frage kreisten, ob nun zwei oder drei Folgen Ninjago erlaubt sind, wird sich nun irgendwann die Frage nach dem Smartphone stellen.

Eben noch ist ein kleiner Mensch mit viel zu großem Schulranzen vor uns her in Richtung Schultor gehüpft und auf einmal fragen wir uns an manchen Tagen, ob etwa schon die Pubertät gekommen ist.

In diesem Buch möchte ich mit dir zusammen durch diese aufregenden, turbulenten mittleren Jahre gehen. Wir schauen uns an, was die Lebensphase zu bieten hat, die mit der Zuckertüte am Schultor beginnt und endet, wenn dein Baby auf einmal ein echter Teenager ist. Ich möchte dir Mut machen und zeigen, dass all diese Jahre unglaublich wertvoll sind und viele Möglichkeiten bereithalten, um als Familie miteinander zu wachsen, eure Eltern-Kind-Beziehungen zu stärken und eine richtig gute Zeit zu haben. Und ich möchte ehrlich sein – es sind Jahre voller Herausforderungen. Familienleben ist selten rosarot – Kinder begleiten ist an manchem Tag ein Knochenjob, der Blut, Schweiß und Tränen mit sich bringt. Während sich die Menschen an unserer Seite entwickeln, durchschreiten wir Täler, sind unsicher, machen Fehler und wissen nicht weiter. Auch all das gehört dazu, wenn wir Kinder durchs Leben beglei-

ten. Doch so manche Herausforderung wird erträglicher, wenn man weiß, womit man es zu tun hat. Wenn wir wissen, dass die eine oder andere Schwierigkeit ein ganz normaler Nebeneffekt der Entwicklung ist, jagt sie uns weniger Angst ein. Ungünstigem Verhalten, dessen Ursprung wir verstehen, können wir ganz anders begegnen. Und ab und zu ist die größte Stärkung, die man als Eltern erfahren kann, die Vergewisserung, dass man mit seinen Sorgen und Nöten und den alltäglichen Herausforderungen nicht alleine ist, sondern dass es vielen anderen ganz genauso geht.

All das möchte ich dir auf unserer Reise mitgeben. Ich nehme dich mit in meine eigenen Erfahrungen, erzähle dir von mir oder in anonymisierter Form von Familien, die ich im Laufe der Jahre schon mit ihren Themen begleitet habe. Wenn ich das tue, dann so, dass die Persönlichkeit meiner Klient:innen wirklich geschützt bleibt, ich verändere Namen und zum Teil auch Situationen – denn es geht ja vor allen Dingen um das, was du aus ihren Geschichten lernen kannst.

Ich möchte dir möglichst viel Wissen zu den Jahren mit auf den Weg geben, die gerade vor dir liegen und ich wünsche mir, dass du wenig Druck und viel Erleichterung erfährst. Ich wünsche dir, dass du Mut findest, Fehler zu machen, denn sie sind wichtig für deine Kinder. Ich wünsche dir, dass du dich wiederfindest und mit mir lachen kannst, und ich wünsche dir, dass du dich in den schwierigen und doofen Momenten, die es auch in den mittleren Jahren deiner Kinder geben wird, gehalten und verstanden fühlst.

Aufgebaut habe ich dieses Buch nach dem Schema, das sich schon in „Kleine Kinder, starke Wurzeln“, meinem Ratgeber über die kleinen Jahre der Kindheit, gewählt habe. Es besteht aus sechs inhaltlichen Teilen: den kleinen Grundschuljahren, den großen Grundschuljahren, der Pubertät, der weiter-

führenden Schule, der Pre-Teen-Zeit und den jungen Teenagerjahren. Ich habe mich dazu entschieden, in diesem Buch eine breite Altersspanne zu thematisieren, weil es sich hierbei um die „großen Jahre der Kindheit“ handelt. Offiziell, laut Gesetzgeber, endet die Kindheit mit dem vierzehnten Geburtstag, an dem die Jugend beginnt. Auf den Beginn dieser Jugendphase werfen wir im letzten Kapitel auch schon einen flüchtigen Blick, denn du wirst merken, dass die Beschäftigung mit dem, was kommt, wenn die Kindheit endet, dir auch in den Phasen davor helfen wird. Es ist außerdem so, dass es auch immer mit individueller Entwicklung und Lebenssituation zusammenhängt, in welchem Alter welche Fragestellungen für euch wie relevant sind. Mag sein, dass dein Kind zwar altersmäßig noch zu den Pre-Teens (also den Zehn- bis Zwölfjährigen) gehört, aber einiges von dem, was ich über junge Teenager schreibe, für euch schon relevant ist. Oder umgekehrt – dir hilft der Teil über die Pre-Teens noch beim Verstehen deines jungen Teenagers. Jeder dieser Teile ist in vier Kapitel untergliedert. Zwei davon nehmen dich jeweils mit in die Freuden und Fallstricke der jeweiligen Phasen. Ein Kapitel ist immer eine Idee für ein Ritual, das ihr in eurem Familienalltag verankern könnt; da geht es mal um die Möglichkeit, spielerisch zu lernen, mal um das Mithelfen im Haushalt, es geht um Übergänge und auch einfach um die Frage, wie ihr gut gemeinsam Zeit verbringen könnt. Das letzte Kapitel jedes Abschnitts beschäftigt sich mit dem Thema Glauben. Das habe ich getan, weil ich dieses Buch nicht nur als Familienberaterin, sondern auch als Christin bei einem christlichen Verlag und für Eltern schreibe, von denen ich annehme, dass sie zumindest mehrheitlich auch gläubig sind. Sollte das auf dich nicht zutreffen, dann fühl dich bitte ganz frei, diese Kapitel zu überspringen.

Alle anderen seien hier aber auch gleich zu Anfang ge-

warnt: In den mittleren Jahren des Heranwachsens geht es nicht mehr so sehr um kleine Ideen, wie man Glaube positiv in den Alltag integrieren kann, sondern es geht zum Teil ans Eingemachte. Unsere Kinder wachsen in eine Lebensphase hinein, in der sie auf der Suche nach eigenen Antworten und eigener Identität sind – und das kann manchmal ein bisschen ungemütlich werden. Das spiegelt sich auch in dem wider, was ich schreibe. Mir geht es dabei aber darum, dass Jesus weiterhin ein verbindender Faktor in eurem Familienalltag bleibt und nicht auf einmal zum Problem wird, weil eure Kinder das Gefühl haben, von Regeln und Normen erdrückt zu werden. Das bedarf manchmal ein bisschen Reflexion und Neubetrachtung, gerade von Glaubenssätzen, die wir für bisher unumstößlich hielten. Doch ich bin fest davon überzeugt, dass in einer so komplex gewordenen Welt, wie wir sie gerade erleben, einfache, schnelle Antworten auch in Bezug auf unseren Glauben nicht mehr tragfähig sind.

Du kannst dieses Buch in einem Stück durchlesen und dir so einen guten Überblick über das verschaffen, was in den nächsten Jahren auf dich zukommt. Du kannst es aber auch gut abschnittsweise lesen, wann immer es gerade aktuell wird – oder als Nachschlagewerk im Wohnzimmerschrank stehen haben, je nachdem, wie es für dich am besten passt.

Und nun lass uns mal losziehen – in die mittleren Jahre des Kinder Begleitens oder die großen Jahre der Kindheit – wie auch immer du es nennen möchtest. Hast du alles bereit? Zuckertüte, Taschentücher, viel Latte Macchiato, die Nummer vom Pizza-Bringdienst und für den Ernstfall Schokolade?



Bindung – was ist das?

In meinen Büchern geht es immer irgendwie um Bindung und um Bedürfnisse. Hauptsächlich, weil beides miteinander zusammenhängt. Feinfühliges Eingehen auf kindliche Bedürfnisse unterstützt den Aufbau einer sicheren Bindung. In denjenigen meiner früheren Bücher, in denen es mehr um die Baby- und Kleinkindzeit geht, habe ich das sehr ausführlich dargestellt. Da ich aber nicht erwarten kann, dass du die alle gelesen hast, hier noch mal kurz und knapp, was ich unter Bindung verstehe:

Bindung kannst du dir als eine Art Gummiband vorstellen, das von Beginn des Lebens an zwischen Kindern und ihren erwachsenen Bindungspersonen geknüpft wird. Primäre Bindungspersonen sind diejenigen, die sich am verlässlichsten und feinfühligsten kümmern. Dieser Prozess entwickelt sich hauptsächlich in den ersten drei Lebensjahren, bleibt aber auch danach dynamisch und veränderbar.

Wenn Kinder ihre primäre Bindungsperson als feinfühlig und verlässlich wahrnehmen und Bedürfnisse gut und prompt erfüllt werden, entsteht eine „sichere Bindung“.



Bedürfnisse

Da ich auch immer mal wieder von Bedürfnissen spreche, hier ein kurzer Überflug über das, was ich darunter verstehe: Ich orientiere mich hierbei hauptsächlich an der Bedürfnispyramide des amerikanischen Psychologen Abraham Maslow, der sich mit menschlichen Grundbedürfnissen beschäftigt hat, habe dem Ganzen aber neue Erkenntnisse aus Pädagogik und Psychologie hinzugefügt.

Knapp zusammengefasst kann man sagen, dass jeder Mensch das Grundgefühl von Sicherheit in seinem Leben braucht, genau wie Sozialkontakte, irgendwo eingebunden und zugehörig sein muss, das Bedürfnis danach hat, sich gesehen und wertgeschätzt zu fühlen und sich selbst auf individueller Ebene entwickeln und entfalten zu dürfen. Ein großes Spannungsfeld entsteht dadurch zwischen dem Bedürfnis nach Sicherheit einerseits und nach Selbstwirksamkeit und Autonomie auf der anderen Seite. Eigentlich bewegen sich Menschen schon ab dem Heranwachsen im Mutterleib zwischen diesen Polen, ganz sicher jedoch auf ihrem ganzen Weg durch die Kindheit und Jugend. Daraus entsteht viel Tolles und Neues und im besten Fall eine gesunde Entwicklung – es führt aber auch immer wieder zu Konflikten und zu Reibung.

Teil 1 – Die kleinen Grundschul Kinder

1.1 Jeden Tag etwas Neues – lernbegeistert wie nie

Alle Buntstifte sind ordentlich angespitzt und mit Namen versehen. Außerdem sind sie natürlich so in die Laschen des Federmäppchens gesteckt worden, dass man bei allen das Logo des Herstellers sieht. Sie bilden eine perfekte Aneinanderreihung von Farben. Den Anfang macht der gelbe, das Ende der schwarze Buntstift – dazwischen fächert sich ein Regenbogen auf. In den Laschen daneben finden sich zwei ebenso sorgfältig angespitzte Bleistifte, ein mit Namen beschrifteter Radiergummi und natürlich der Spitzer. So sieht ein typisches Grundschulmäppchen aus – zumindest am allerersten Schultag. Ab Tag 2 verliert der Regenbogen nach und nach die eine oder andere Farbe. Manche davon finden sich lose im Schulranzen wieder – andere verschwinden für immer in diesem großen schwarzen Loch, in dem Schreibwaren von Grundschulkindern nun einmal unser Raum-Zeit-Kontinuum verlassen.

Aber am ersten Tag, da ist alles schön. Ich glaube, der erste Schultag ist einer dieser Momente im Leben vieler Menschen, in denen die abgedroschene Gedichtzeile „Jedem Anfang wohnt ein Zauber inne ...“ aus dem Gedicht *Lebensstufen* von Hermann Hesse tatsächlich spürbar wird. Sehr viele kleine Menschen brennen regelrecht darauf, endlich den Ranzen schultern zu dürfen und in die Schule zu gehen.

Sie lieben das Gefühl daran, einen Schritt weiter zu sein. Zu den Schulkindern zu gehören. Zu den Großen. Ein Stückchen

weiter in die Welt gehen, Abenteuer erleben – und endlich lesen, schreiben und rechnen lernen. Das ist großartig! Sie feiern jeden Buchstaben, jede Zahl – ja, und sogar die erste Hausaufgabe (was ab der zweiten passiert, schauen wir uns im nächsten Kapitel genauer an – hier geht es nur um die erste richtige Hausaufgabe).

All das zu erleben, kann wirklich bezaubernd sein. Auf jeden Fall ist diese herrlich naive Vorfreude, mit der viele Kinder an den Schulstart gehen, tatsächlich hilfreich und trägt unsere Kinder in eine Lebensphase, die ansonsten auch nicht ohne ist.

In die Schule gehen bedeutet nämlich, dass sich das kindliche Leben von Grund auf ändert. Vorbei die Tage, an denen man sich morgens aussuchen konnte, ob man in der Bau- oder der Puppenecke spielen wollte, in der es lange Gartenzeiten zum Toben und Spielen gab und sich das Kindergartenjahr überschaubar von Karneval über Ostern, lange Sommertage, Laternebasteln und der Vorweihnachtszeit hinzog. Vorbei die Zeit, als es zuallererst darum ging, dass sie sich wohl und geborgen fühlten und sich die Erwartungen an sie noch in Grenzen hielten. Vorbei die Zeit, in der sie auch mal ein halbes Stündchen später kommen konnten – oder gar nicht.

Auf einmal dürfen unsere Kinder nicht nur lernen und täglich neue Herausforderungen erleben – sie müssen es auch. Sie sind Teil eines festen Ablaufs, ihr Alltag richtet sich fortan nach einem Stundenplan, auf dem Mathe bei Frau Schulze bedeutet, dass man Mathe bei Frau Schulze machen muss, auch wenn man so viel lieber in der Bauecke wäre.

Wir dürfen das alle erst lernen

Frusterlebnisse und der Umgang mit Frust gehören deshalb fortan ebenfalls zu unserem Familienalltag. Viele Eltern, gera-

de wenn sie das erste Mal Kinder in diese Lebensphase begleiten, sind unsicher, wie sie das gut bewältigen und ihnen ein stabiler Anker sein können, wenn sich so viel um sie herum verändert.

Die gute Nachricht ist: Auch hier brauchen unsere Kinder keine perfekten Eltern. Wir müssen nicht sofort Expert:innen fürs Thema Grundschule sein, das dürfen wir denen überlassen, die dies von Berufswegen sind. Wir dürfen mit unseren Kindern zusammen in diese neue Lebensphase wachsen.

Unsere Aufgabe ist es, einen Rahmen zu schaffen, in dem dieses Wachstum gut möglich ist. Wir dürfen in den ersten Wochen und Monaten der Grundschulzeit herausfinden, was uns allen guttut. Wie stehen wir morgens auf? Wie gestalten wir die Zeit, bevor wir alle aus dem Haus müssen? Wie organisieren wir die Nachmittage? Nehmen wir für unsere Kinder Schul- und Hausaufgabenbetreuung in Anspruch oder möchten wir das in den ersten Jahren selbst in die Hand nehmen?

Auch hier gibt es kein Richtig und Falsch. Die Antworten hängen von unserer Lebenssituation, dem Temperament unseres Kindes und dem Konzept der Schule, die es besucht, ab. Wichtig ist jedoch, dass wir uns damit wohlfühlen und unserem Kind das auch vermitteln können: Es ist gut, wie wir es machen!

Dem Lernen einen Rahmen geben

Egal, wie wir uns entscheiden, ob wir mittags zusammen über Schwungübungen sitzen oder uns am Nachmittag nur zeigen lassen, was in der Betreuung erarbeitet wurde: Wichtig ist, dass Schule und Lernen eine feste Zeit im Familienalltag bekommen. Das kann jeden Tag zur gleichen Zeit sein (zum Beispiel nach dem Mittagessen, vor dem Abendbrot oder bevor man sich

verabredet) oder im Verlauf einer Woche eine Regelmäßigkeit haben (zum Beispiel Montag und Mittwoch direkt mittags, an den anderen Tagen nach dem Sport oder abends). Aber es sollte für uns alle zur Routine werden. Erstens zeigen wir unseren Kindern so, dass ihre neue Lebensphase einen festen Stellenwert für uns hat, einen Platz, den wir extra dafür freihalten. Wir sorgen mit festen Zeiten aber auch dafür, dass der Raum, den die Grundschule einnimmt, begrenzt ist.

Gerade diese Begrenzung ist wichtig, damit Lernfreude möglichst lange Freude bleibt und nicht schnell in Frust umschlägt.

Wir Erwachsenen erleben im Berufsalltag mehr und mehr die Schattenseiten einer Arbeitswelt, die sich entgrenzt hat. Was einmal nach Freiheit klang (New Work, Remote arbeiten, wo immer man will, flexible Arbeitszeiten und Homeoffice und arbeiten, wo andere Urlaub machen), ist für viele Berufstätige zur Belastung geworden. Freizeit und Arbeit, Privatleben und das Anliegen der Vorgesetzten, Hausaufgaben und Onlinemeetings, alles verschwimmt ineinander und wir haben ständig verschiedene Hüte auf – und vor allem: Wir kommen nicht runter.

Und gerade dieses Runterkommen und Abschalten, woanders sein, das verdienen auch unsere Grundschul Kinder. Dazu gehört, dass für sie vorhersehbar ist, wann sie sich um schulische Belange kümmern müssen und wann sie Freizeit haben, spielen dürfen oder einfach in der Ecke sitzen und träumen. Wenn wir sie willkürlich aus solchen Aktivitäten herausrufen, weil sie noch Hausaufgaben machen müssen, ist Frust vorprogrammiert. Das ist in etwa so, als ob der Chef anruft, während wir mit der Familie im Schwimmbad sind. Braucht kein Mensch und macht schlechte Laune.

Gelassenheit und Vertrauen

Um förderlich zu begrenzen, wie viel Raum die Schule einnehmen darf, ist auch eine gewisse Gelassenheit nötig, denn dazu gehört auch, es gut sein zu lassen. Manchmal werden wir mit dem, was unsere Kinder in 30 oder 45 Minuten erarbeitet haben, sehr zufrieden sein. Ein anderes Mal würden wir am liebsten alles wegradieren, weil die Zahlen unordentlich über die Kästchen geschmiert wurden, unser Kind drei Wörter auf vier Zeilen geschrieben hat, nur um den Platz schnell zu füllen, oder weil wir finden, dass es für das flüssige Lesen noch viel mehr Übung bräuchte. Hier ist es wichtig, sich klarzumachen, dass jedes Kind in seinem Tempo lernt und sich entwickelt. Mag sein, dass dein Kind mit seinen vielen Stolperern beim Lesen den Ansprüchen seiner Lehrkraft noch nicht ganz entspricht – aber das wird es irgendwann. Wenn ihr dranbleibt und regelmäßig ein bisschen übt, wird es ans Ziel kommen und du wirst diesen Prozess nicht dadurch beschleunigen, dass du das Übungspensum weit über die Leselust deines Kindes hinaus erhöhst. Im Gegenteil.

Gerade in den ersten Schuljahren sind die Unterschiede zwischen den Kindern eines Jahrgangs sehr groß. Manche können schon zum Zeitpunkt der Einschulung ganze Bücher lesen, andere brauchen Monate, um die ersten Buchstaben zusammenzuziehen und die Laute dahinter zu erkennen. Eltern haben schnell die Sorge, ihre Kinder könnten zurückfallen und dauerhaft Nachteile haben, wenn sie zu Letzteren gehören. Diese Sorge ist in aller Regel unbegründet. Wie lange dein Kind braucht, um ins Lesen zu kommen oder anderen Anfangsstoff in der Grundschule zu verinnerlichen, sagt nichts darüber aus, wie es sich langfristig in der Schule schlagen wird. Es zeigt uns nur, wie heterogen Grundschul Kinder sind.

Apropos Sorgen: Uns als Elterngeneration zeichnet heute aus, dass wir uns mehrheitlich viele Gedanken über das Wohlergehen unserer Kinder machen. Wir hinterfragen Dinge, die dem aus unserem Gefühl heraus zuwiderlaufen. Wir arbeiten an einer guten Beziehung zu unseren Kindern, an Nähe, an Kontakt, an Dialog. Wir sind interessiert daran, wie es unseren Kindern geht, und wir trauen uns, für sie einzustehen. Das ist wundervoll und auch wenn viele unsere Generation dafür kritisch beäugen: Ich feiere uns dafür! Wir durchbrechen dadurch das Muster, das eine autoritäre, obrigkeitshörige Erziehung über Generationen geprägt hat, ein Muster, das Kindern sagte, sie sollten sich nicht so anstellen. Sie müssten da eben durch (genau wie Erwachsene), ihre Gefühle, ihr Unbehagen, Schmerz, Scham, Angst und Trauer seien nicht real, Autoritäten hätten immer Recht, schlechte Noten wären immer und in jedem Fall verdient und man müsse sich einfach nur mehr anstrengen. Dass diese Botschaften nun nicht mehr so weitergegeben werden, ist eine gute und wichtige Entwicklung.

Und, ja, manchmal schießen wir übers Ziel hinaus. Dass man uns nachsagt, wir würden unsere Kinder zu sehr in Watte packen, ihnen nichts mehr zumuten und ihnen am liebsten alles aus dem Weg räumen, ist leider nicht gänzlich der wütenden Fantasie irgendwelcher Autoritätsfanatiker:innen entsprungen. Beim Begleiten unserer Kinder durch die Schulzeit kann man auch von der anderen Seite vom Pferd fallen. Damit dir das möglichst nicht zu oft passiert, hier ein paar Gedanken dazu. Sie stammen alle von einer Mutter, die in jahrelangen Feldstudien mit leidgeprüften Grundschullehrerinnen getestet hat, wann, wie und in welchem Maß es okay ist, für das eigene Kind einzustehen und wann man es gehörig übertrieben hat.

*Frage dich, ob eine Situation für dich
schlimm ist oder für dein Kind.*

Ich habe im Laufe meiner Zeit als Mutter zweimal die Erfahrung gemacht, dass meine Kinder während der Grundschulzeit eine neue Klassenleitung bekommen haben. Beim ersten Mal hatte ich das Gefühl, die Welt könnte untergehen. Ging sie aber nicht, sie drehte sich ganz normal weiter und mein Kind ist durch diese Veränderung auch souverän durchmarschiert. Es war meine eigene Angst, die hier ein Drama herbeifantasiert hat, das gar nicht existierte.

Ähnlich ging es einer Freundin einmal: Sie brachte ihr Kind für einen Klassenausflug zum Bus und sah zu, wie alle in Zweierreihen einstiegen. Nur ihr Kind war allein. Es saß am Fenster, winkte ihr zu und der Sitzplatz neben ihm blieb leer. Meine Freundin fand das furchtbar. Wie einsam musste sich ihr Kind jetzt fühlen? Wie ungeliebt, wo doch alle anderen neben einer Freundin oder einem Freund saßen? Das Ding war nur, dass das Kind das ganz anders empfand, denn die Freunde saßen vor und neben ihm und es genoss es, seine Tasche auf dem leeren Platz abzustellen und sich nicht eingeengt zu fühlen. Das alles erfuhr meine Freundin natürlich erst hinterher, nachdem sie einen ganzen Tag lang mit ihrem scheinbar unglücklichen Kind gelitten hatte.

Von solchen Situationen gibt es in dieser Lebensphase unzählige: Pause auf dem Schulhof trotz strömendem Regen, die neue Lehrkraft, die aus unserer Sicht einen ruppigen Ton hat, der Wandertag, der doch viel zu herausfordernd geplant ist, der unangekündigte Test, die erste Klassenfahrt. Die Liste der Dinge, die uns Eltern ein unangenehmes Bauchgefühl machen, ist unendlich lang und vor allem sehr individuell.

Genauso individuell ist auch die Frage, ob dieses Grum-

meln im Magen gerechtfertigt ist. Manchmal kennen wir unser Kind sehr gut und wissen, dass es sich gerade sehr unwohl fühlt und überfordert ist. Ein andermal aber lassen wir uns von unserer eigenen Angst und von unseren eigenen negativen Erfahrungen leiten und bewerten einen Vorfall als schlimm, den das Kind vielleicht mit einem Schulterzucken abtut oder sogar schön findet.

Hier ist es wichtig, dass wir hinhören und hinschauen und uns immer an dem orientieren, was unser Kind bewältigen kann – und nicht an unseren Ängsten.

*Frag dich, ob du auf der richtigen Stufe
der Eskalationsleiter stehst*

Eine andere Möglichkeit, meilenweit übers Ziel hinauszuschießen, wenn es darum geht, sich für das eigene Kind einzusetzen, ist, auf der Eskalationsleiter gleich mehrere Sprossen auf einmal zu nehmen.

Manchmal haben wir das Gefühl, ein schulisches Ereignis war so schlimm für unser Kind (oder für uns), dass wir das gar nicht mehr in einem freundlichen Gespräch mit der Klassenleitung klären, sondern die Schulleitung oder noch höhere Stellen hinzuziehen möchten.

Versteht mich nicht falsch: Ich plädiere sehr dafür, Schulleitung, Schulamtsamt und notfalls den Papst ins CC zu setzen, wenn man mit dem eigenen Anliegen so gar nicht gehört wird und unser Kind unter einer Situation leidet. Ich bin aber auch dafür, in so einem Fall einen Schritt nach dem anderen zu gehen. Und der erste Schritt ist immer, das Gespräch mit der Lehrkraft zu suchen, mit der es augenscheinlich ein Problem gibt, und das bitte auch konstruktiv. Denn oft wirken Umstände auf uns Eltern riesig, verfahren und auch irgendwie so, als wolle jemand

unserem Kind etwas Böses – meistens sind sie es aber gar nicht und können durch ein paar freundliche, offene Worte aus der Welt geschafft werden.

Erst, wenn das gar nicht funktioniert und sich die Anzeichen dafür verdichten, dass es ein Problem gibt, empfiehlt sich der nächste Schritt.

Dringend abraten möchte ich an dieser Stelle übrigens vom Schritt „Wütender Post in die Eltern-WhatsApp Gruppe, um Gleichgesinnte zu finden“. Es mag auf den ersten Blick reizvoll erscheinen, sich Verbündete zu suchen. Meistens geht sowas aber nach hinten los und konstruktiver und lösungsorientierter wird es bestimmt nicht.

Solltest du das Gefühl haben, dass ein Problem nicht nur dein Kind betrifft, empfiehlt sich eher, die gewählten Elternvertreter:innen einzubeziehen. Diese können ein Stimmungsbild unter den Eltern einfangen und weitere Schritte einleiten.

Versachliche die Emotionen deines Kindes

Vielleicht kennst du das: Dein Kind kommt nach Hause und ist total aufgewühlt. Vielleicht weint es, vielleicht schreit es Zeter und Mordio, weil irgendwas „so, so, so gemein“ war: Die Benotung, die Strafarbeit, die neue Sitzordnung oder dass immer, wirklich immer, nur die anderen drangenommen werden. In mir weckt das oft die Löwenmutter und ich möchte mich sofort wie Molly Weasley den Zauberstab zückend vor mein Kind stellen und der gemeingefährlichen Person, die es vermeintlich bedroht hat, zurufen: „Nicht meine Tochter, du Schlampe!“ (Entschuldigt die Ausdrucksweise, aber das sagt sie nun einmal.)

Das Ding ist: In der Regel treffen unsere Kinder im Schulalltag nicht auf Bellatrix Lestrange oder Lord Voldemort, auch wenn ihre Emotionen manchmal derart überkochen, dass man

es vermuten möchte. (Und wenn du so feinfühlig bist wie ich, dann deine vielleicht auch.)

Es ist wichtig, unsere Kinder an dieser Stelle ernst zu nehmen und wahrzunehmen, dass irgendetwas in ihnen extreme Gefühle auslöst – und sich von diesen Gefühlen zu distanzieren und sie nicht zu seinen eigenen zu machen. Denn wenn wir uns mitreißen lassen, dann sind wir nicht mehr hilfreich.

Wenn sehr starke Emotionen im Spiel sind, ist es besser, zunächst nur einen Raum zu schaffen, in dem diese Gefühle rausdürfen. Danach ist es unsere Aufgabe, die Erlebnisse unseres Kindes zu versachlichen und erst dann entscheiden wir über den nächsten Schritt. Kann man das erst einmal stehenlassen und weiterbeobachten? Sollte das Thema auf die Liste für den nächsten Elternsprechtag? Oder ist das etwas, das einer schnellen Klärung bedarf? In letzterem Fall kann man über E-Mail oder einer kurzen Nachricht im Merkheft des Kindes darum bitten, telefonisch oder persönlich mit der Lehrkraft (oder mit wem auch immer es ein Problem gegeben hat) sprechen zu dürfen.

Mein Kind erzählt zu Hause nichts

Nun hast du ganz viel über die Möglichkeiten erfahren, die du hast, wenn dein Kind dir etwas aus der Schule berichtet, das es selbst oder dich aufwühlt. Doch was ist eigentlich, wenn du gar nichts mitbekommst, weil dein Kind dir nichts erzählt? Was ist, wenn auf die Frage: „Wie war es in der Schule?“ immer nur ein „Gut“ kommt und bei „Was habt ihr gemacht?“ die Antwort „Habe ich vergessen“? Auch dieses Phänomen kennen viele Eltern.

Manchmal liegt das daran, dass solche Fragen zu allgemein gestellt sind. Dein Kind erlebt im Schulalltag eine Vielzahl von