

„Sei du selbst  
die Veränderung,  
die du dir wünschst  
für diese Welt!“

Mahatma Gandhi

Auf Eltern übertragen:  
**Sei du selbst die Veränderung,  
die du dir wünschst für dein Kind!**



# Was Schulanfänger und Schulanfängerinnen brauchen

## Eltern



Erstellt von Isabella Sodoma-Enz

Mit Eltern sind hier auch  
Erziehungsberechtigte gemeint.



# Es gibt keine bessere Unterstützung für den Schulanfang Ihres Kindes, als Ihre positive Einstellung zu Ihrem Kind und dem Thema Schule.

## Warum ist das so?

*Wissenschaftliche Erkenntnis mit weitreichenden Folgen*

Die Erkenntnis stammt aus der Neurowissenschaft. Das Zauberwort heißt **Spiegelneuronen**. Diese Nervenzellen im Gehirn spiegeln Gefühle, Einstellungen und das Verhalten anderer Menschen im eigenen Gehirn, alleine durch ihre Nähe und Beobachtung. Kinder lernen die ersten 1 ½ Jahre ausschließlich über Spiegelneuronen von ihren Bezugspersonen. Erst dann beginnen sie langsam, diese gelernten Denkprozesse selbst anzuwenden. **Was nicht gelernt wurde, können sie vorerst nicht!** Spiegelneuronen sind ein Leben lang aktiv.

## Was bedeutet das für Eltern und Kinder?

*Elternverantwortung geht weiter und tiefer als wir wahrnehmen können*

Je nachdem wie Eltern fühlen, welche Einstellungen sie haben und wie sie sich verhalten, ihre Kinder lernen alles von ihnen. Kinder können sich nicht aussuchen, ob sie das wollen oder nicht. Sie lernen automatisch. **Je öfter ein Gefühl, ein Verhalten vorgelebt wird, desto stärker wird es eingepreßt, genau wie beim Einmaleins und anderen Lernprozessen.**

## Beispiele:

Eltern haben viel Stress – Kind hat Stresssymptome  
Eltern sind liebevoll – Kind ist liebevoll  
Eltern sehen Schule zuversichtlich – Kind sieht Schule zuversichtlich...

## Was können Eltern konkret tun?

*Bringen sie sich selbst in einen guten inneren Zustand!*

### Selbstreflexion

Welche Gefühle und Einstellungen habe ich zum Thema Schule?  
Gibt es negative Erlebnisse, die mich heute noch belasten?  
Wie ist meine Erfahrung mit Lehrpersonen?  
Hatte ich Prüfungsangst, Schwierigkeiten mit Mitschülerinnen oder Mitschülern, mit einem Unterrichtsgegenstand, mit Lernen überhaupt...?

Welche positiven Erlebnisse verbinde ich mit Schule? ( Inhalt wie oben)

### Abbau der eigenen negativen Gefühle und Einstellungen

Es gibt viele Methoden, negative Gefühle und Einstellungen aufzulösen und positive auszubauen.  
Finden Sie die passende für Sie! Das hilft nicht nur Ihrem Kind, sondern auch Ihnen selbst. Wer schleppt schon gerne ein Leben lang negative Gefühle mit sich herum, auch wenn sie „nur“ im Unbewussten lauern.

### So soll es sein!

*Was gut ist für Eltern, ist auch gut für ihre Kinder!*

Haben Sie zu einer positiven Einstellung, zu Zuversicht, Gelassenheit und Vertrauen gefunden, dann können Ihre Kinder auch nur das neuronal spiegeln!

**Sehen Sie Ihr Kind und die Schule mit Freude, dann überträgt sich das auf Ihr Kind! Selbstbewusst und sicher kann es so die Schule als einen Ort sehen, an dem es lustvoll Neues lernen kann, alleine und mit anderen.**

„Ganz egal ob du glaubst, dass du etwas kannst, oder ob du glaubst, dass du etwas nicht kannst, du hast recht.“

Henry Ford

Auf Eltern übertragen:

Glauben Sie daran, dass Ihr Kind etwas kann, an sein individuelles Potenzial, wie immer das auch aussehen mag.

Was auch immer es fähig ist zu tun, es genügt!

# Was Schulanfänger und Schulanfängerinnen brauchen

## Lernstrategie

zulassen-motivieren-Grenzen setzen



Erstellt von Isabella Sodoma-Enz

Mit Eltern sind hier auch  
Erziehungsberechtigte gemeint.



# Kinder brauchen einen Rahmen, ein einfaches Grundkonzept, das Lernen möglich macht. Für diese Lernstrategie legen Eltern den wichtigsten Grundstein.

## Warum ist das so?

*Die ersten Lern - Erlebnisse prägen!*

In den ersten 3 Lebensjahren lernen wir mehr als den gesamten Rest unseres Lebens. Vom kleinen, hilflosen Neugeborenen entwickeln wir uns innerhalb von 3 Jahren zu einem Kind, das gehen, reden, essen, trinken u.v.m kann. Die Frage ist, wie war dieses Lernen möglich? Exemplarisches Beispiel: Darf das Kind, wenn es hinfällt, selbständig wieder aufstehen lernen, oder wird es sofort von den Eltern wieder auf die Beine gestellt? Passiert diese falsch verstandene Hilfe öfter, dann wird das Kind anfangen, bei jedem Fall nach Hilfe zu schreien. Damit probiert es selbst nicht mehr aufstehen zu lernen. **Lernerlebnis des Kindes: Wenn ich etwas brauche, schreie ich nach Hilfe.** Lernt es selbst aufzustehen, auch wenn es nicht immer gleich gelingt, dann ist sein **Lernerlebnis: Ich kann das selber, auch wenn es nicht immer gleich gelingt.**

## Was bedeutet das für Eltern und Kinder?

*Selbständigkeit und Eigenverantwortung des Kindes fördern!*

Kinder brauchen einen Spielraum für Versuch und Irrtum, zum Ausprobieren und Lernen. Wird ihnen dieser Spielraum genommen, weil Eltern ständig eingreifen, dann steht ihnen keine brauchbare Lernstrategie zur Verfügung. Sie haben nicht gelernt, wie man lernt. Wenn dann auch noch überfürsorglich einem 6-jährigen Kind alle Handgriffe abgenommen werden, wird es tatsächlich hilflos. Es kann nicht selbständig kleben, schneiden, Schuhe binden, sich umziehen u.v.m. Das erschwert den Schulalltag und **es entsteht das Gefühl: Ich kann nicht!**

Hat ein Kind diesen Spielraum, wird zum Ausprobieren motiviert und von den Eltern auf schützende Grenzen geachtet, dann entwickelt es auch in der Schule **das Gefühl: Ich kann!**

## Was können Eltern konkret tun?

*Die Zauberformel lautet: zulassen- motivieren – Grenzen setzen*

Lassen Sie zu, dass Ihr Kind durch Versuch und Irrtum lernen kann, motivieren Sie es dazu, Neues auszuprobieren und nicht aufzugeben und setzen Sie Grenzen dort, wo das Kind oder andere in Gefahr sind oder beeinträchtigt werden. Lernerlebnis des Kindes mit dieser einfachen Lernstrategie: **Erfolgserlebnisse - diese stärken sein Selbstwertgefühl und machen es glücklicher.** Außerdem weiß es wie Lernen funktioniert und kann dieses Wissen wie selbstverständlich in der Schule anwenden.

## So soll es sein!

*Lernfreude und Wohlfühlen in der Schule*

Ihr Kind soll altersgemäß selbständig handeln können. Das führt zu Selbstvertrauen und ist die beste Basis für Lernen und eine positive soziale Entwicklung Ihres Kindes.

**Lassen Sie zu, dass Ihr Kind genügend Spielraum zum eigenständigen Lernen hat, dann wird Schule ebenso ein Spielraum für leichtes Lernen und Wohlfühlen.**

Der positiv Denkende negiert nicht das Negative, er lässt nicht zu, dass es von ihm Besitz ergreift!

Auf Eltern übertragen:

Lassen Sie nicht zu, dass Sie und Ihre Kinder von negativen Gefühlen in Besitz genommen werden! Egal ob diese im privaten oder schulischen Bereich entstehen, lassen Sie los und finden Sie zu einer neuen gemeinsamen Sicherheit!

# Was Schulanfänger und Schulanfängerinnen brauchen Sicherheit und Loslassen



Erstellt von Isabella Sodoma-Enz

Mit Eltern sind hier auch  
Erziehungsberechtigte gemeint.



# Kinder brauchen sichere, verlässliche Beziehungen zu ihren Eltern und in ihrem sozialen Umfeld, genauso wie in der Schule. Solche Beziehungen brauchen die Qualität des Loslassens, eine Freiheit ohne Klammern und Zwang für den notwendigen Entwicklungsspielraum.

## Warum ist das so?

*Es gibt keine Sicherheit ohne Loslassen!*

Kein Mensch, egal ob Kind oder Erwachsener, kann sich sicher fühlen, wenn er unter Zwang steht oder ihn jemand klammernd festhält. Zwang erzeugt Druck. Dieser erzeugt Gegendruck und Angst. Klammern erzeugt Abwehr. Wer sich ständig wehren muss, fühlt sich bedroht und unsicher. Angst und Unsicherheit beeinträchtigen die Entwicklung jedes Menschen und besonders die von Kindern. **Sie wehren sich meistens mit auffälligem Verhalten**, wollen so ihren Freiraum zurück erkämpfen. Ob zu Hause oder in der Schule, **ein Kampf blockiert positive Lern- und Entwicklungsprozesse**.

## Was bedeutet das für Eltern und Kinder?

*Eine gute Beziehung bringt Sicherheit, loslassen die notwendige Freiheit.*

Eine gute Beziehung zwischen Eltern und Kind hat bestimmte Qualitäten: **Liebe, Verlässlichkeit, Vertrauen und gegenseitige Wertschätzung** bilden die Basis. Wer es dann noch schafft, **Freude, Ruhe und heitere Gelassenheit** einzubringen, der hat sich eine Elternkrone verdient, denn diese Qualitäten fördern das Loslassen. So bekommen Kinder, was sie für eine gute Persönlichkeitsentwicklung brauchen.

## Was können Eltern konkret tun?

*Sicherheit geben und gleichzeitig loslassen auch in schwierigen Situationen!*

Nur Eltern, die selbst in einem guten Zustand sind, können diese Qualitäten in der Familie mit ihren Kindern leben. Also gilt hier wie immer: Eltern, bringt euch selbst in einen guten inneren Zustand! Auch wenn Umstände manchmal schwierig sind - durch Krankheit, Trennung oder Tod eines geliebten Menschen zum Beispiel. Nach einem Tief ist es wichtig, wieder aufzustehen. Kinder brauchen ein stabiles emotionales Umfeld, um sich sicher und geborgen zu fühlen. Wer negative Gefühle nicht loslassen kann, steht unter Druck und klammert, schränkt also die Menschen, die ihm nahestehen, ein. Kinder leiden besonders darunter.

**Es ist eine Qualität der Weisheit, sich helfen zu lassen, um schwierige Situationen bewältigen zu können.**

## So soll es sein!

*Das Gefühl von Sicherheit und Freiheit nehmen Kinder in die Schule mit*

Wenn sich Kinder sicher und frei fühlen, dann bringen sie diese Gefühle mit in die Schule. Ihre daraus entstandene Stabilität unterstützt ihr soziales Verhalten und ihre Lernfähigkeit. Auch die Lehrerinnen und Lehrer fördern das Sicherheitsgefühl und den Freiraum der Schüler. Um das zu gewährleisten, sind überschaubare Regeln unbedingt notwendig.

**Geben Sie Ihrem Kind Sicherheit und geben Sie ihm die Möglichkeit, Schule selbständig zu bewältigen – lassen Sie los!**

Kinder können meistens mehr, als man ihnen zutraut – Lehrerinnen und Lehrer auch!

Auf Eltern übertragen:

Unterstützen Sie Ihre Kinder sich selbst zu helfen! Wenn Sie als Eltern ständig eingreifen, dann stören Sie die sozialen Lernprozesse ihrer Kinder. Dasselbe gilt für Lehrpersonen. Auch sie brauchen die Unterstützung und das Vertrauen der Eltern. Damit fördern Sie die pädagogische Arbeit mit ihrem Kind.

# Was Schulanfänger und Schulanfängerinnen brauchen

## Soziale Stärke



Erstellt von Isabella Sodoma-Enz

Mit Eltern sind hier auch Erziehungsberechtigte gemeint.



# Kinder brauchen beim Schuleintritt eine dem Alter entsprechende soziale Stärke, dann können sie sich in der Klasse gut einbinden, fühlen sich wohl mit den anderen Schülerinnen und Schülern, gehen gerne in die Schule und bringen ihrer Begabung entsprechende Leistungen.

## Warum ist das so?

*Das soziale Miteinander ist Basis für die Persönlichkeitsentwicklung und das kognitive Lernen.*

Kinder im Schuleintrittsalter stecken mitten in der Entwicklung ihrer sozialen Fähigkeiten, die sie ein Leben lang brauchen. Sie lernen mit und an Gleichaltrigen sich durchsetzen, nachzugeben, Kompromisse zu schließen, Konflikte zu vermeiden oder durchzustehen, Freundschaften zu schließen oder zu beenden, Grenzen zu setzen, zu helfen und sich helfen zu lassen u.v.m.. Wie bei allen Lernprozessen passiert das soziale Lernen auch durch Versuch und Irrtum. Dafür benötigen sie den entsprechenden Freiraum mit erkennbaren Grenzen. Wenn Kinder ständig in Konflikte geraten, ganz egal ob zu Hause oder in der Schule, und dadurch negative Emotionen ihren Alltag begleiten, dann blockieren sie damit das kognitive Lernen.

## Was bedeutet das für Eltern und Kinder?

*Soziale Stärke entsteht im Familiensystem*

Der Grundstein für soziales Verhalten wird in der Familie gelegt. Kinder lernen in den ersten 1 ½ Jahren durch Spiegelneuronen (siehe Folder 1), also über ihre Bezugspersonen / Eltern. So prägen sich Verhaltensmuster ein, die die positive soziale Entwicklung fördern oder hemmen. In der Familie beeinflussen alle Beteiligten einander ständig und so entsteht eine einzigartige soziale „Lernsuppe“. Diese nährt die Kinder mit speziellen Zutaten, z.B. Anteilnahme oder Teilnahmslosigkeit, wertschätzende Kommunikation oder Herabsetzung, evt. beides abwechselnd und somit werden Personen / Situationen unberechenbar.

## Was können Eltern konkret tun?

*Ausgewogenes soziales Verhalten vorleben!*

Eltern sind auch die sozialen Vorbilder ihrer Kinder. Wenn Sie selbst in einem guten inneren Zustand sind, Ihre Lernstrategie „Zulassen, motivieren und Grenzen setzen“ ist, Sie Ihren Kindern Sicherheit geben und sie auch loslassen können, dann leben Sie ausgewogenes Sozialverhalten vor. (Folder 1-3) Ist ihre einzigartige soziale „Lernsuppe“ mit Wertschätzung, Anteilnahme und ausgewogenem Geben und Nehmen gewürzt, sind Ihre Kinder emotional gut genährt in ihrem Sozialverhalten gestärkt. In der Schule können sie dann Erfahrungen mit Gleichaltrigen sammeln und daran weiter wachsen.

## So soll es sein!

Kinder kommen mit einer altersadäquaten sozialen Kompetenz in die Schule und lernen hier in der Gruppe mit Gleichaltrigen ihre sozialen Fähigkeiten weiter auszubauen. Sie können sich in einem Freiraum zwischen klaren Regeln bewegen: streiten, versöhnen, ihre Kraft messen, helfen, sich zurückziehen, sich einbringen, lachen, weinen, spielen u.v.m.. Lehrerinnen und Lehrer als auch Eltern greifen nur ein, wenn Gefahr im Verzug ist. Alles andere müssen Kinder selbst erleben, damit soziales Lernen durch praktische Erfahrungen möglich wird. Wenn die Kinder so lebendig - auch mit emotionalen Turbulenzen - ihre sozialen Fähigkeiten ausbauen können, fühlen sie sich wohl in der Klasse und die beste Basis für den kognitiven Lernerfolg ist gelegt.