



WENN DAS LOSLASSEN VOR DER SCHULE SCHWERFÄLLT

Während es in der Kita und im Kindergartenalltag noch viel Verständnis dafür gibt, dass Kinder es nicht immer schaffen, sich von ihren Bezugspersonen reibungslos abzulösen, wird es spätestens in der Schulzeit vorausgesetzt, dass dies klappt. Was geschieht nun aber, wenn ein Schulkind es nicht schafft, morgens unbeschwert loszulassen und es vor dem Schuleingang zu Ablösung und Trennungsängsten kommt?

Orientierung geben - Sicherheit vermitteln

Im ersten Schritt geht es darum, dass wir als Bezugspersonen Sicherheit vermitteln. Offensichtlich kämpft das Kind mit einer Belastung und Unsicherheit. Kinder haben feine Antennen für die Sorgen ihrer Eltern. Wenn wir Erwachsene selbst gestresst sind oder Mitleid signalisieren, spürt das Kind: „Mama/Papa hat auch Angst, die Schule muss wirklich gefährlich sein.“ Wir dürfen uns also darin üben, Zuversicht und Sicherheit vorzuleben. Sätze, die nicht nützlich sind, um dem Kind die Angst zu nehmen, sind: „Das ist ja gar nicht so schlimm!“ „Du bist doch schon groß!“ Diese Aussagen sind zwar gut gemeint, können aber dazu führen, dass das Kind sich nicht ernstgenommen fühlt. Hilfreicher ist es, die Gefühle wahrzunehmen, zu benennen und gemeinsam nach Lösungen zu suchen. Denn auch wenn Schulkinder schon groß wirken, brauchen sie genauso viel Nähe und Geborgenheit wie Kindergartenkinder.

Welches Bedürfnis ist nicht erfüllt?

Außerhalb der Stresssituation können wir in aller Ruhe nachforschen und gemeinsam die Ursachen herausfinden, warum das Kind Schwierigkeiten hat, in die Schule zu gehen. Hinter jedem Verhalten steckt ein Bedürfnis oder ein Wunsch. Fühlt es sich in der Klassengemeinschaft wohl? Gibt es einen Konflikt mit einem anderen Kind oder einer Lehrperson? Hat es Schwierigkeiten beim Lernen? Wird die dahinter liegende Thematik klar, können wir Hilfestellungen und Lösungen anbieten. Wenn wir als Elternhaus die Ursache nicht herausfinden, empfiehlt es sich, die Schule frühzeitig miteinzubeziehen, damit sich weitere Perspektiven eröffnen.

Wie können wir das Kind am Schuleingang bestärken?

Routinen geben Halt. Rechtzeitig vor der Schule zu sein, kann helfen, den Schultag stressfrei zu beginnen. Bei der Trennungssituation können kleine, gleichbleibende Abschiedsrituale, wie eine herzliche Umarmung und ein positiver Zuspruch, Sicherheit vermitteln. Mutmacher wie ein zusammen bemalter Stein, ein Armband als Symbol für die Verbindung mit der Bezugsperson oder ein aufgemaltes Zeichen, wie beispielsweise ein kleines Herz auf der Hand, können im ersten Moment, Stärkung verschaffen. Wenn die erarbeiteten Ideen und Lösungsversuche dennoch keine spürbare Milderung mit sich bringen, kann auch eine professionelle Unterstützung dazugeholt werden. So können alle Beteiligten miteinander arbeiten und für Erleichterung sorgen. Auch wenn diese Situation als Anspannung für die Eltern und das betroffene Kind empfunden wird, darf das Gefühl des Zutrauens und eine Haltung spürbar bleiben: „Wir sind für dich da. Du kannst dich auf uns verlassen.“ So lernt das Kind nicht nur seine Unsicherheiten zu überwinden, sondern noch etwas viel Grundlegenderes, und zwar, dass es sich jederzeit auf seine Familie verlassen kann.

Text verfasst von Corinna Bertagnoll