

Sprechstunde

"Kindern darf und soll auch mal langweilig sein"



Die Sommerferien gehen zu Ende, die Schule beginnt wieder. Die meisten Kinder freuen sich nach der langen Pause wieder auf den Schulalltag und auf ein Wiedersehen mit ihren Freundinnen und Freunden. Manche haben aber auch Angst vor dem ersten Schultag. Welche letzten Vorbereitungen man treffen sollte, wie man Erstklässler auf ihren großen Tag vorbereitet und was man tun kann, wenn das Kind gemobbt wird, erzählt die Kinderpsychologin Mag. Sabine Kainz im Gespräch mit NetDoktor.at.

NetDoktor.at: Nächste Woche geht im Osten Österreichs die Schule wieder los, sieben Tage später ist es auch im Westen so weit. Welche Vorbereitungen sollte man denn treffen?

Mag. Sabine Kainz: Es ist wichtig, dass man wieder beginnt, eine Struktur aufzubauen. Also sollte das Kind morgens wieder früher aufstehen und dementsprechend rechtzeitig abends ins Bett gehen. Prinzipiell sollten Kinder aber ihre Ferien genießen dürfen. Besonders wenn es schulisch keine Probleme gegeben hat, sollten Kinder ihre lange Sommerpause auskosten und Dinge tun, die sonst in der Schulzeit nicht möglich sind, weil die Zeit fehlt. In der letzten Woche vor Schulbeginn kann man eventuell wieder mit dem Volksschulkind spielerisch das Einmaleins wiederholen oder kleine Schreibaufgaben machen. Das sollte einen spielerischen Charakter haben, es soll Spaß machen.

NetDoktor.at: Die Schultasche liegt seit zwei Monaten unberührt im Eck, der Schreibtisch ist zur Ablage für Spielsachen mutiert. Soll man gemeinsam mit dem Kind die Schulsachen ordnen?

Mag. Sabine Kainz: Mit Ende der Ferien sollte man wieder beginnen, alle Sachen für die Schule zu sortieren. Dazu gehört auch, dass man aus dem Schreibtisch wieder einen Arbeitsplatz macht. Das heißt, dort sollten nur Dinge liegen, die das Kind zum Arbeiten braucht - keine Spielkarten, Stickers und Nintendo oder sonstige Dinge, die das Kind bei den Hausübungen ablenken können. Falls es noch nicht geschehen ist, sollte man nun auch entscheiden, was vom Vorjahr aufgehoben werden soll und was weggeschmissen werden kann.

NetDoktor.at: Wie kann man denn Taferlklassler auf ihren großen Tag optimal vorbereiten?

Mag. Sabine Kainz: Kinder sollten positiv ins Schulleben starten. Sätze wie "Na, du wirst schon sehen, wenn du in die Schule gehst, dann geht das alles nicht mehr" sind ein klares No-Go. Das Kind soll sich auf die Schule freuen, es ist ein großer und wichtiger Lebensabschnitt. Es macht Spaß zu lernen, und genau diese Lern- und Leistungsfreude sollten bei den Kindern erhalten bleiben. Fünf- bis Sechsjährige sind in der Regel sehr stolz darauf, endlich in die Schule gehen zu dürfen. Mit dem Kind sollte ganz genau besprochen werden, was wann passiert. Zum Beispiel: "Nach der Schule kommst du nach Hause, dann wird mal gegessen, dann gibt es eine kurze Spielphase, danach werden die Hausübungen erledigt."

NetDoktor.at: Spielen, das bleibt ja manchmal während der Schulzeit auf der Strecke. Manche Kinder haben einen Kalender wie ein Manager und besuchen zahlreiche Kurse neben dem Unterricht. Wie viele "Nebenbeschäftigungen" sind denn für ein Volksschulkind "normal"?

Mag. Sabine Kainz: Meine persönliche Meinung ist, dass zwei mit Kursen verplante Nachmittage reichen. Da kann das Kind in Judo oder zu den Pfadfindern gehen oder ein Instrument lernen. Das ist genug. Kinder brauchen auch Zeit, um unstrukturiert zu spielen, um mit Freunden im Garten, im Hof oder im Park zu spielen. Kindern darf und soll auch mal langweilig sein.

NetDoktor.at: Nicht alle Kinder freuen sich auf den Schulbeginn und fürchten sich richtig davor, wieder in die Schule gehen zu müssen. Wie kann man diesen Kindern helfen?

Mag. Sabine Kainz: Die Schulangst gehört ins Störungsbild der phobischen Störungen. Betroffene Kinder können sich in der Früh nicht von ihren Eltern trennen und haben Angst, dass Mama und Papa etwas passiert, während sie in der Schule sind. Es ist ihnen nicht möglich, sich im Unterricht zu konzentrieren, so groß ist die Angst. Diese Kinder benötigen professionelle psychologische Unterstützung. Allerdings kommt diese Schulangst nicht häufig vor, viel eher ist es so, dass manche Kinder einfach nicht gerne zu Schule gehen. Denn dort werden Dinge verlangt, die anstrengend sind. In der Regel macht ja jeder gerne Dinge, die er auch gut kann. Wenn etwas nicht so gut klappt, macht es weniger Freude. Das ist bei Kindern nicht anders als bei Erwachsenen.

NetDoktor.at: Man hört und liest immer wieder von Mobbing in der Schule. Soll ich mich als Elternteil einmischen, wenn mein Kind von seinen Mitschülern ausgegrenzt wird?

Mag. Sabine Kainz: Ja. Denn dieser Umstand ist für das Kind sehr belastend, sei es, dass das Kind nicht in eine Klassengemeinschaft hineinfinden kann, oder dass die Gemeinschaft so geschlossen ist, dass sie keinen anderen hineinlässt. Eltern sollten bewusst die Initiative ergreifen und beim Kind nachfragen, welches Kind es gerne einladen würde und dann gemeinsam etwas unternehmen. Auch sollte ein Gespräch mit dem Lehrer gesucht werden und eventuell mit den Eltern der anderen Kinder.

NetDoktor.at: Vielen Dank für das Gespräch.

Das Interview führte MMag.a Karin Jirku

August 2011

Zur Person: Mag. Sabine Kainz ist Kinderpsychologin in der Kinder- und Jugendpsychologischen Praxis Aigner & Kainz OG in 1020 Wien.