



Entwicklungspsychologin gibt Tipps

S+ So gelingt die Eingewöhnung in Kita und Schule

Maria von Salisch erklärt, wie Kinder Übergänge erleben – und warum 15 Minuten Aufmerksamkeit den ganzen Tag retten können.

Ein Interview von **Heike Le Ker**
21.09.2020, 15.58 Uhr

SPIEGEL: Frau von Salisch, Tausende Kinder haben nach den Sommerferien neu in einer Kita oder Schule angefangen. Viele freuen sich morgens darauf, aber in einigen Familien bedeutet es auch: kindliche Nervenzusammenbrüche, Geschrei, Stress. Wie erleben Kinder Neuanfänge?

Maria von Salisch: Für Kinder sind solche Umbrüche extrem aufregend. Sie sind neugierig, voffreudig und gespannt auf neue Freundinnen und Freunde, aber viele haben auch ein

wenig Angst vor der unbekanntem Situation. Je jünger das Kind, umso wichtiger ist die Vorbereitung.

Zur Person

Foto: unknown

Maria von Salisch, 64, ist Professorin für Entwicklungspsychologie an der Leuphana-Universität in Lüneburg. Derzeit leitet sie das Drittmittelprojekt "Atempause" zu Achtsamkeitsinterventionen bei Grundschulkindern.

SPIEGEL: Mit größeren Kindern kann man neue Situationen besprechen. Wie bereitet man ein kleines Kind vor?

Von Salisch: Auch mit kleinen Kindern sollte man im Vorfeld über die Kita oder Krippe sprechen und zum Beispiel gemeinsam Bilderbücher zum Thema anschauen. Für sie ist der Übergang von den Eltern zu den Krippenerzieherinnen und -erziehern am wichtigsten, zu

ihnen müssen sie Vertrauen fassen und eine bindungsähnliche Beziehung aufbauen.

SPIEGEL: Das sogenannte Berliner Modell sieht vor, dass Kinder rund ein bis drei Wochen Zeit haben für die Eingewöhnung und selbst zeigen, wann sie bereit sind, sich von ihren Eltern zu trennen. Was ist, wenn es länger dauert?

Von Salisch: Da gibt es kein richtig oder falsch. Fest steht: Plötzliche Trennungen sind sehr stressig für die Kinder, ein sanfter Übergang ist für alle besser. Zu Beginn sollten die Eltern im Raum und in Sichtweite bleiben, so kann Vertrauen zu der neuen Bezugsperson wachsen. Irgendwann fühlt sich das Kind immer sicherer, es lässt sich von der Erzieherin füttern, später wickeln und ins Bett bringen. Die Eltern dürfen dann den Raum verlassen und irgendwann für mehrere Stunden weggehen.

SPIEGEL: Mitunter haben auch die Eltern Schwierigkeiten, ihre Kinder zu verlassen. Machen Mütter und Väter die Übergänge heute schwieriger für Kinder?

Von Salisch: Manche Eltern können sich tatsächlich schwer lösen, einige haben Schuldgefühle, dass sie ihr Kind abgeben und arbeiten gehen. Beides kann die Trennung für das Kind erschweren, weil es die Anspannung spürt. Ganz praktisch gesehen könnte der Elternteil die Eingewöhnung übernehmen, dem es leichter fällt loszulassen. Mitunter hilft es auch, das Kind in den ersten Monaten nur wenige Stunden in der Kita zu lassen. Das ist natürlich nicht mit jedem Arbeitsvertrag kompatibel, aber vielleicht lässt sich dies mit den Vorgesetzten absprechen?

"Stellen Sie nicht zu viele Regeln auf"

SPIEGEL: Auch nach gelungener Eingewöhnung knallt es oft noch beim Übergang von zu Hause in die Kita. Da ist der Schuh zu eng, die Jacke zu gelb, der Kakao noch nicht

ausgelöffelt. Was sind die Ursachen für die morgendlichen Wutanfälle?

Von Salisch: Ganz oft ist es Zeitdruck, Arbeits- oder Beziehungsstress. Wenn die Eltern gestresst sind, kann es einfach nicht funktionieren. Eine hohe Grundspannung und ein genervter Ton machen Kinder nervös. Manchmal ist es auch eine lange Liste an Ge- und Verboten: 'Sitz still! Sei leise! Nicht kleckern! Zieh dich an! Trödele nicht so! Mach schneller!' Für Kinder fühlen sich die vielen Kommandos willkürlich an, da ist die Rebellion programmiert.

SPIEGEL: Es gibt diesen Satz: "Liebe mich dann am meisten, wenn ich es am wenigsten verdiene, denn dann brauche ich es am nötigsten." Nach einer halben Stunde Geschrei am Morgen fällt es Eltern mitunter schwer, ruhig zu bleiben. Was raten Sie?

Von Salisch: Planen Sie gut, und nehmen Sie sich morgens 15 Minuten mehr Zeit. Dann gibt es einen Puffer fürs Kuschneln, für einen Wutanfall oder bei Abschiedstränen. Man kann schon am Abend den Tisch decken und klar die Zuständigkeiten mit dem Partner für den nächsten Tag absprechen, etwa wer abholt, einkauft oder kocht. Und stellen Sie nicht zu viele Regeln auf. Wenn das Kind an einem schönen Sommertag im Schlafanzug in die Kita gehen will, dann soll es das doch ausprobieren. Die anderen Kinder werden es schon darauf ansprechen.

SPIEGEL: Was hilft dem Kind in der Situation?

Von Salisch: Neben einer entspannten Stimmung, die dem Kind einen gewissen Spielraum an Autonomie erlaubt, kann zum Beispiel ein Kuscheltier als Begleiter helfen. Es riecht nach zu Hause, ist weich und bekannt, und das Kind kann ihm sagen, wer oder was alles doof ist. Geschickte Erzieher lassen das Kind das Kuscheltier als Sprachrohr benutzen, über das es erzählen kann, wie es ihm geht.

Mehr zum Thema

9+ **Psychologin über Kita-Schließung: "Kinder brauchen unbedingt Kinder"** Ein Interview von Maren Keller

9+ **93-jährige Psychotherapeutin über Erziehung: Was Eltern seit Jahrzehnten falsch machen** Ein Interview von Heike Klovert

9+ **Psychologe über Geschwisterbeziehungen: So verhindern Eltern, dass ihre Kinder zu Rivalen werden** Ein Interview von Maren Keller

SPIEGEL: Tränen in der Kita gehören zum Alltag. Wann sollten bei Eltern trotzdem die Alarmglocken läuten?

Von Salisch: Eltern haben normalerweise ein gutes Gespür für ihre Kinder und merken, wenn diese längere Zeit am Stück traurig wirken, sich zurückziehen oder ständig aggressiv sind. Dann sollten sie das Kind befragen und können mal früher zum Abholen kommen und das Spiel beobachten. Wichtig ist aber vor allem, das Gespräch mit den Erzieherinnen und Erziehern zu suchen, durch das erst ein ganzheitliches Bild von der Situation entstehen kann. Die Eltern sind nun mal nicht mehr 24 Stunden mit dem Kind zusammen und die Betreuer können nicht alles sehen. Das ist im Übrigen bei Schulkindern nicht anders.

SPIEGEL: Für Erstklässler gibt es kein Berliner Modell: Das Kind geht allein in die Klasse, und die Eltern bleiben am Schultor zurück. Sind ABC-Schützen nach Kita und Vorschuleingewöhnung schon Übergangspis?

Von Salisch: Das wohl nicht, aber natürlich bringen sie schon etwas Erfahrung mit. Und sie sind mit sechs, sieben Jahren alt genug, um zu verstehen, dass sie sich in dem neuen geschützten Rahmen gefahrlos bewegen können. Aber auch für sie ist der Übergang aufregend, und sie haben viele bange Fragen: Finde ich Freunde? Wie sieht meine Lehrerin aus? Ist die nett?

SPIEGEL: Diese Fragen können Eltern auch nicht beantworten. Wie können sie ihren Kindern den Übergang erleichtern?

Von Salisch: Mitunter helfen schon ältere Geschwisterkinder, durch sie kennt das Kind die Wege, die Gebäude und ein paar Gesichter bereits und vor allem viele kleine Geschichten aus Erzählungen. Einzelkinder oder Erstgeborene, die ohne Freunde in eine neue Klasse gehen, brauchen da vielleicht noch etwas mehr Unterstützung. Die Eltern können dem Kind den Rücken stärken, dass es groß genug ist für die Schule und sich darauf freuen kann und dass sie stolz sind. Die meisten Kinder wachsen in diesen Zeiten innerlich ein paar Zentimeter.

SPIEGEL: Nicht alle Eltern haben ihre Schulzeit genossen. Soll man sein Kind anlügen?

Von Salisch: Nein, aber Eltern können sich mit eigenen negativen Erfahrungen zurückhalten. Ansonsten schaffen sie bei ihrem Kind negative Erwartungen, und die Geschichte wiederholt sich. Sie können von lustigen Erinnerungen erzählen, von Streichen, vom Fangen spielen, von Ausflügen oder Klassenreisen. Ein wichtiger Punkt ist in meinen Augen, dass Eltern die Beziehung zu ihrem Kind nach außen öffnen, es freilassen, seine eigenen Erfahrungen zu machen. Schwierig wird es für Kinder, wenn die Eltern sie in Loyalitätskonflikte bringen, weil sie über die Lehrkraft herziehen. Ein Kind will sich mit seiner Lehrerin oder seinem Lehrer identifizieren, eine Konkurrenz zwischen Eltern und Lehrern kann es im Grundschulalter nur schwer aushalten.

SPIEGEL: Eine Lehrerin kann bei 25 Schülern natürlich nicht mehr auf alle achten – eine ganz schöne Umstellung fürs Kind.

Von Salisch: Ja, da können Eltern ein bisschen mitleiden und Verständnis zeigen. Aber dann sollten sie zum nächsten Tagespunkt übergehen, nach dem Motto: "Gib nicht auf, sie

mag dich bestimmt trotzdem, auch wenn sie heute ein anderes Kind drangenommen hat."

"Neuanfänge sind extrem anstrengend"

SPIEGEL: Wann sollten Eltern hellhörig werden?

Von Salisch: Definitiv beim Thema Mobbing. Wenn Kinder erzählen, dass sie immer wieder geärgert, schikaniert, bedroht oder lächerlich gemacht werden, dann müssen Eltern aktiv werden. Das passiert meist noch nicht in den ersten Tagen nach der Einschulung. Auch bei unerklärlichen Bauchschmerzen sollten Eltern hellhörig werden. Wichtig ist dann, dass sie mit dem Vertrauen der Kinder die Lehrer einbeziehen, da diese vor Ort sind, mitbeobachten und in der Klasse darüber sprechen können. Aber ohne Namen zu nennen, weder die vom "Opfer" noch die von den "Tätern" oder "Täterinnen"!

SPIEGEL: Und wenn die Lehrerin oder der Lehrer selbst das Problem ist?

Von Salisch: Dann ist es wichtig zu unterscheiden, ob es ein "kleines Problem" mit der Lehrkraft ist, das die Kinder selbst lösen können, wie etwa wenn sie nicht drangenommen werden. Wenn es ein größeres und dauerhaftes Problem ist, ist das Gespräch mit der Lehrperson wichtig, am besten auf der Grundlage von Fakten. Hierzu braucht es Vorbereitung, etwa die Vorkommnisse zeitnah aufzuschreiben und beim Gespräch dabeizuhaben. Oft hilft auch ein Gespräch mit den Elternvertretern, um zu sehen, ob nur das eigene Kind betroffen ist.

SPIEGEL: Auch in den weiterführenden Schulen gibt es Kämpfe darum, wer der oder die Beste, Schnellste, Stärkste und Beliebteste ist, wenn Kinder neu zusammenkommen. Was hilft bei diesem Übergang?

Von Salisch: Das Gerangel um Dominanzhierarchien kommt schnell und ist ganz normal. Wichtig ist, dass Lehrer dafür Regeln aufstellen. Die bespricht man normalerweise in der Startwoche, wenn sich alle kennenlernen. Darauf können sich dann alle berufen, wenn es zur Sache geht. Zu Hause können Eltern offen sein für Gespräche und vor allem dafür sorgen, dass ihre Kinder nach den Hausaufgaben nicht auch noch von einem Termin zum nächsten hetzen. Sie brauchen jetzt Zeit zum Spielen und Entspannen, man kennt das ja selbst, wenn man einen Job anfängt: Neuanfänge sind extrem anstrengend!

SPIEGEL: Was lernen Kinder ganz allgemein in Übergangszeiten?

Von Salisch: Sie lernen, auf andere zuzugehen, fremde Kinder für sich zu gewinnen, sich neue Freunde zu erobern. Und sie probieren aus, was bei wem gut ankommt und wo sie abgelehnt werden. Kinder sind da noch sehr offen und frei. Damit haben sie uns Erwachsenen viel voraus. Sie können Situationen noch viel leichter annehmen und das Beste daraus machen. **S**

Mehr lesen über

[Kindergesundheit](#)[Kita](#)[Grundschule](#)[Kindheit und .](#)