



„Das kann ich schon ganz allein!“
Wie selbstständig sollten Grundschüler sein?

Dieser Ratgeber wird Ihnen kostenlos
zur Verfügung gestellt von
„Schule sorglos“ – Der Erfolgskurs für Schüler

Besuchen Sie uns im Internet unter:
www.schule-sorglos.de



„Das kann ich schon ganz allein“

Wie selbstständig sollten Grundschüler sein?

Der Ausspruch **„Überbehütete Kinder sind genauso schlimm dran wie vernachlässigte Kinder“** des Erziehungswissenschaftlers Peter Struck birgt den besten Ratschlag zum Thema „Selbstständigkeit“: so viel Selbstständigkeit wie möglich, so viel Unterstützung wie nötig.



Wie in vielen anderen Lebensbereichen ist auch hier die goldene Mitte der Weg, der Kindern wie Eltern zur Zufriedenheit verhilft. Wenn die Kinder in die Volks-/Grundschule kommen, beginnt für sie eine aufregende Zeit – sie machen bedeutende Schritte in Richtung Selbstständigkeit.

Lesen Sie in unserem Artikel, was Ihr Grundschulkind schon ganz alleine kann und wobei es Ihre Hilfe benötigt.

Sich selbst organisieren

Im Alter von 6-10 Jahren können Kinder lernen, sich selbst zu organisieren – wenn man sie denn lässt. Wenn Mama immer den Ranzen, packt, trägt und das Kind auch immer zur Schule bringt, wird das mit der Selbstständigkeit nicht klappen.

Grundsätzlich gilt: Je mehr Sie Ihr Kind fordern und je mehr Möglichkeiten Sie ihm geben, sich zu beweisen, desto schneller wird ihr Kind selbstständig werden.

In der Kindheit kann es das in einer beschützten Atmosphäre – es weiß, dass Sie immer bereitstehen zu helfen. Trotzdem sollten Sie Ihr Kind immer wieder ermuntern, etwas allein zu versuchen.

Vom ersten Tag an sollte Ihr Kind beispielsweise den Ranzen selbst packen, sie können dabei sein, aber packen soll das Kind selbst. Auch das Tragen des Ranzens sollten Eltern ihrem Kind nicht abnehmen, auch das gehört zum Selbständig-werden dazu. Sollte der Ranzen generell zu schwer sein, sprechen Sie mit dem Lehrer, ob wirklich jeden Tag so viel an Material mitgenommen werden muss.



Hausaufgaben

„Soll ich helfen oder nicht?“ Diese Frage stellen sich tagtäglich viele Eltern, die sich für ihr Kind ein gutes Abschneiden in der Schule wünschen. Auch hier hilft die goldene Mitte: Sich gar nicht zu kümmern ist genau so verkehrt, wie dem Kind die Aufgaben vorzusagen.

Die beste Lösung: Schauen Sie am Anfang immer mit dem Kind gemeinsam, was zu machen ist und besprechen Sie kurz, wie es vorgehen soll. Geben Sie nur Tipps, wenn ihr Kind nicht weiter weiß!

Dann lassen Sie Ihr Kind allein und es erledigt seine Hausübungen selbstständig. Lassen Sie die Tür offen, dass Ihr Kind Sie jederzeit zu Hilfe rufen kann, wenn es nicht weiterkommt. Zum Schluss können Sie noch einmal mit dem Kind gemeinsam die Hausaufgaben ansehen. Sollte die Aufgabe völlig falsch sein, sprechen sie das ohne zu tadeln an und geben Sie Ihrem Kind einen kleinen Tipp, wie es auf die Lösung kommen kann. Sagen Sie auf keinen Fall vor – Kinder haben ein ausgeprägtes Gerechtigkeitsgefühl und wissen sehr genau, dass sie sich die gute Leistung nicht selbst zurechnen dürfen.

Bei Rechtschreibfehlern sagen Sie zum Beispiel nur: „Schau mal, in dieser Zeile ist ein Fehler – findest du ihn?“ Dann kann ihr Kind beispielsweise im Lehrbuch nachsehen, wenn es den Fehler nicht finden sollte. Diese Vorgehensweise wird Ihrem Kind in der Schule immens helfen - es wird immer mehr Fehler selbst erkennen und so immer weniger Fehler machen.

Ganz wichtig: Wenn Sie denken, dass Sie für Ihr Kind etwas korrigieren müssen (Das sollte eigentlich **immer** das Kind machen) dann korrigieren Sie bitte nicht mit Rot. Rot ist eine Signalfarbe und sagt dem Gehirn: „Bitte merken“. Was passiert? Die Kinder merken sich etwas – leider aber den Fehler. Diese Erkenntnis hat sich leider noch nicht in den Lehrerzimmern herumgesprochen



Zeitmanagement für die Kleinen

Kinder haben heute so volle Terminkalender, dass man staunt. Musikunterricht, Nachhilfestunden, Tanzen, Yoga, Basteln, Sportverein – kein Wunder, dass manches Kind schlichtweg überlastet ist.

Kinder können Selbstständigkeit nur lernen, wenn sie keinen Terminstress haben. Wer zu viel von allem hat, der wird immer auf Hilfe angewiesen sein – Kinder können ein solches Pensum nicht ohne Erinnerung und Hilfe schaffen.

Kinder klagen selten über Stress, trotzdem leiden sie unter dieser Dauerkrankheit, die eigentlich in das Erwachsenenalter gehört.





Besprechen Sie mit Ihrem Kind genau, welche „Verpflichtungen“ es übernehmen möchte. Machen Sie es auf Kollisionen aufmerksam (Hausübungen, andere Termine, Freizeit usw.) und helfen Sie Ihrem Kind durch geschickte Fragen (Was machst du lieber? Wobei hast du mehr Spaß?), Prioritäten zu setzen. Wenn Ihr Kind es schafft, einige wenige Aktivitäten selbst zu organisieren, haben Sie in Sachen Selbstständigkeit viel mehr erreicht als wenn Ihr Kind einen übervollen Terminkalender „abarbeiten“ muss.

Prioritäten-Check

1. Erstellen Sie gemeinsam mit Ihrem Kind eine Liste über alle Aktivitäten, auch die, die jetzt noch keinen Platz im Leben Ihres Kindes haben, also Dinge, die es gerne tun würde.
2. Ordnen Sie die Punkte nach Priorität – gemeinsam mit Ihrem Kind. Das wird Diskussionen geben: Sie finden vielleicht den Besuch beim Opa wichtiger und Ihr Kind den Sportverein. Diese Diskussionen sind wichtig; Ihr Kind lernt, seinen Standpunkt zu vertreten und es erfährt, dass man Zeit, genau wie Geld, nur einmal „ausgeben“ kann.
3. Am Ende sollten reichlich Freiräume im Terminkalender Ihres Kindes zu finden sein – zum Träumen, Faulenzen, zum Entdecken.

Routinen machen Kinder selbstständig

Wenn Sie Ihrem Kind immer wieder sagen müssen, was es tun soll, dann wird es nie ein Gefühl für Selbstständigkeit bekommen. Andererseits kann man von einem Grundschüler nicht verlangen, dass er alle Aufgaben im Kopf behält. Sie tun Ihrem Kind (und Ihren Nerven) einen Gefallen, wenn Sie schon früh damit beginnen, mit Ihrem Kind Routinen zu etablieren. Erstellen Sie gemeinsam eine Routinenliste, die Ihr Kind dann abarbeitet.

Abends kontrollieren Sie die Liste (Voraussetzung ist natürlich, dass Ihr Kind alles Erledigte abhakt) und geben Ihrem Kind für jede erledigte Aufgabe ein lachendes Gesicht: ☺.

Loben Sie Ihr Kind, wenn es alles geschafft hat, und besprechen Sie, was schief gelaufen ist, wenn etwas nicht geklappt hat. Legen Sie die Kontrolle auf einen Zeitpunkt, der es noch möglich macht, dass Aufgaben jetzt noch nachgeholt werden können.

Wenn Ihr Kind sich überhaupt nicht kooperativ zeigt, dann sind natürlich Konsequenzen angezeigt. Eine Konsequenz ist, dass Ihr Kind ausbügeln muss, was es sich eingebrockt hat: Schmutzwäsche nicht ins Badezimmer gebracht? Dann kann es eben nicht die Lieblingshose anziehen. Schulranzen nicht gepackt? Da gibt es Ärger in der Schule, dem sich Ihr Kind stellen muss.

Die zweite Konsequenz kann sein, dass Ihr Kind einige Annehmlichkeiten nicht in Anspruch nehmen kann. Erklären Sie Ihrem Kind, dass die Familie eine Gemeinschaftsleistung ist, in der jeder seinen Job hat. Wer seinen Job nicht macht, muss auch auf manches verzichten, zum Beispiel auf die Lieblings-TV-Sendung.



Das hört sich vielleicht sehr hart an und viele Eltern haben auch nicht den Mut, das Kind mit schmutzigen Hosen oder fehlenden Turnsachen in die Schule zu schicken. Sie können sich aber darauf verlassen, dass Sie das auch gar nicht oft müssen. Kinder lernen aus den Folgen einer Handlung und sie lernen bestimmt nichts, wenn Eltern ihnen alles abnehmen oder sie immer erinnern.

Aus solchen Kindern werden Erwachsene, die sich immer auf andere verlassen, alles aufschieben und ihr Leben nicht geregelt bekommen – also alles andere als selbstständig.

Und wer denkt, dass dazu immer noch Zeit ist, wenn das Kind älter ist: Die wesentlichen Grundlagen werden genau in der Zeit von Kindergarten und Grundschule gelegt.

So könnte eine Routinenliste für Ihr Kind aussehen (in der Spalte „Allgemein“ stehen Aufgaben, die irgendwann in der aktuellen Woche erledigt werden sollen):

Tipp: Wenn Ihr Kind noch nicht (gut) lesen kann, dann können Sie für alle Aufgaben auch ein Symbol aufkleben. Einen Ranzen für die Aufgabe „Ranzen entmüllen“, eine Hose für die Aufgabe „Kleider hinlegen“, eine Waschmaschine für die Aufgabe „Schmutzwäsche rausbringen“.

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Allgemein
Kleider herauslegen	Kleider herauslegen	Kleider herauslegen	Kleider herauslegen	Kleider herauslegen	Ranzen entmüllen
Hausübungen	Hausübungen	Hausübungen	Hausübungen	Hausübungen	Bei Opa 1 Stunde im Garten helfen
Ranzen packen	Ranzen packen	Ranzen packen	Ranzen packen	Ranzen packen	Bücher in die Bücherei bringen
Tisch decken				Tisch decken	
				Zimmer aufräumen	
	Schmutzwäsche		Schmutzwäsche		



Eltern sollten „Menschengärtner“ sein

Ein Menschengärtner ist jemand, der ein Meister im Unterstützen ist. Ein Menschengärtner verschafft seinen „Pflänzchen“ optimale Wachstumbedingungen. Ein Menschengärtner hat aber auch die Geduld, die Ruhe und die Gelassenheit loszulassen und zu vertrauen – denn wachsen müssen die Pflänzchen ganz allein.



Jeder Elternteil kann ein Menschengärtner werden: Lob und Zuwendung sind das Wasser, das das Pflänzchen zum Wachsen braucht, Vertrauen und Bestätigung ist der Dünger, der sie groß und stark werden lässt.

Geben Sie Ihrem Kind jeden Tag Gelegenheiten, das Leben zu spielen, zu lernen. Geben Sie ihm Möglichkeiten, selbstständig zu sein und machen Sie ihm deutlich, dass Sie ganz fest an Ihr Kind glauben – dann kann es über sich hinauswachsen.

Der Alltag ist voller Gelegenheiten, das Leben zu „üben“ – geben sie Ihrem Kind die Chance, zu wachsen, zu lernen und eine Persönlichkeit zu werden. Dazu brauchen Sie als Menschengärtner Geduld, Aufmerksamkeit, Mitgefühl und viel Liebe.

Schulanfänger: Das sollte Ihr Kind können

- Sicher mit Stiften und Schere umgehen
- Die eigene Adresse kennen
- Sich Dinge merken können
- Zahlen von 1-6 auf einem Würfel erkennen
- Größenunterscheide, Farben und Formen benennen können
- Sich aus bekannter Umgebung verabschieden können (Zuhause, Kindergarten)
- Sich gut in eine Gruppe einfügen
- Sich allein beschäftigen
- Beim Spiel auch mal verlieren können
- Leicht Kontakt zu anderen Kindern finden
- In ganzen Sätzen sprechen
- Sinnvolle Fragen stellen
- Auch einmal auf etwas warten können
- Sich in eine Sache wirklich vertiefen
- Die Schuhe zubinden, Schleifen machen
- Selbstständig auf Toilette gehen



Was Ihr Kind tun kann

Selbstorganisation

- Schmutzwäsche in den Wäschekorb legen
- Spielzeug in große Kästen sortieren
- Kleider am Abend bereitlegen
- Den eigenen Arbeitsplatz sauber und ordentlich halten

Haushalt

- Den Tisch decken
- Einen kleinen Hund spazieren führen
- Haustier füttern
- Eine Blume gießen
- Schuhe putzen
- Kurz ein jüngeres Kind achten
- Staubsaugen
- Den Tisch decken
- Flächen abwischen
- Den Müll trennen und rausbringen

Schule

- Den Ranzen regelmäßig entrümpeln
- Hausübungen selbstständig machen
- Ein Mitteilungsheft ordentlich führen
- Den Ranzen packen



Übersicht: Unsere „Schule sorglos“-Coaches

Wir haben Ihnen hier eine Übersicht unserer Standorte sortiert nach PLZ zusammengestellt. Kontaktieren Sie den Kursleiter in Ihrer Stadt. Auf unserer ständig aktualisierten Landkarte unter www.schule-sorglos.de/standorte können Sie sich ebenfalls über Anbieter in Ihrer Nähe informieren.

Deutschland

- **02763 Zittau:** Daniela Nestler, E-Mail: lernstudio-zittau@web.de, Tel.: 03583-514849
- **06679 Hohenmölsen:** Sylvia Knüpfer, Tel.: 03444-150418
- **07407 Rudolstadt:** Susanne Konopatzki, E-Mail: sk241@gmx.de, Tel.: 03672-477709
- **08626 Marieney:** Wolfgang Weber, E-Mail: info@detextore.de, Tel.: 037464-83123
- **10318 Berlin:** Monique Wolff, E-Mail: info@lernstation.com, Tel.: 030-32509666
- **10367 Berlin:** Margret Buchheim, E-Mail: ma.buchheim@gmx.de, Tel.: 030-55009753
- **14471 Potsdam:** Angela Joppa, E-Mail: angela.joppa@schule-sorglos.de, Tel.: 0331-961301
- **14776 Brandenburg:** Mirko Mieland, E-Mail: M.Mieland@LRS-Portal.net, Tel.: 03381-3060709
- **18057 Rostock:** Silke Schwerdtfeger, E-Mail: silke.schwerdtfeger@googlemail.com, Tel.: 0381- 36 44 197
- **22399 Hamburg:** Martin Lehmann, E-Mail: martin@m3-hamburg.de, Tel.: 040 / 692 18 842
- **23758 Wangels:** Sandra Stern, E-Mail: Travelagent.Stern@web.de, Tel.: 04382-9207048
- **26389 Wilhelmshaven:** Gaby Wendel-Rothe, E-Mail: wendelrothe@aol.com, Tel.: 04421-85324
- **26639 Wiesmoor:** Gunda Harms, E-Mail: info@therapiehaus-erle.de, Tel.: 04944-44 86 78
- **26871 Papenburg:** Ute Heidorn, E-Mail: ute.heidorn@schule-sorglos.de, Tel.: 04961- 94 23 41
- **27283 Verden:** Marion Rolles, E-Mail: mone.rolles@t-online.de, Tel.: 04231- 676879
- **27576 Bremerhaven:** Bianca Rademacher, E-Mail: rademacher.logo@yahoo.de, Tel.: 0471- 48399977
- **30900 Wedemark:** Thomas Bösche, E-Mail: Boesche1@gmx.net, Tel.: 05130-790360
- **30938 Burgwedel:** Gabriele Hofmann, E-Mail: info@logopaedie-burgwedel.de, Tel.: 05139-3334
- **31535 Neustadt:** Marlies Fus, E-Mail: ergotherapie.fus@t-online.de, Tel.: 0 50 32 - 800 491
- **31623 Drakenburg:** Sonja Ralle-Tasto, E-Mail: sonjatasto@gmx.de, Tel.: 05024-944955
- **31655 Stadthagen:** Ingrid Botermann, E-Mail: ergopraxis-botermann@web.de, Tel.: 05721- 1504
- **33378 Rheda-Wiedenbrück:** Brigitta Dreier, E-Mail: itta.d@gmx.de, Tel.: 0 52 42 - 26 38
- **41379 Brüggen:** Andreas Weber-Gutjahr, E-Mail: A.Gutjahr@gmx.net
- **42899 Remscheid:** Pe-Ju-Ma, E-Mail: schulesorglos-remscheid@web.de, Tel.: 02191 5659111
- **45145 Essen:** Corinna Herbig-Dinkheller, E-Mail: corinna@dinkheller.de, Tel.: 0201- 6142556
- **45657 Recklinghausen:** LERNbar Wolff & Leifert GbR, E-Mail: info@lernbar-re.de, Tel.: 02361 10 62 0 64
- **52428 Jülich:** Sabine Twardowski, E-Mail: STwardowski@t-online.de, Tel.: 02461- 939362
- **52477 Alsdorf :** Peggy Lenneper, E-Mail: P.Lenneper@gmx.de, Tel.: 02404-673957
- **53721 Siegburg:** Ralph von Born, E-Mail: siegburg@primaer-nachhilfe.de, Tel.: 024411463044



- **52477 Alsdorf:** Peggy Lenneper, E-Mail: P.Lenneper@gmx.de, Tel.: 02404-673957
- **55490 Mengerschied:** Stefanie Heich-Dondelinger, E-Mail: hdsteffi@t-online.de, Tel.: 06765-949720
- **55626 Bundenbach:** Kerstin Völker, E-Mail: voelker-kerstin@web.de, Tel.: 06544-9919754
- **63667 Nidda:** Heike Reimer, E-Mail: heike.reimer@schule-sorglos.de, Tel.: 06043-8624
- **65197 Wiesbaden:** Angelika Hübschmann, E-Mail: info@lernekreativ.de, Tel.: 0611-4695500
- **66123 Saarbrücken:** Christopher Olbertz, E-Mail: christopher.olbertz@gmx.net, Tel.: 0681-9366231
- **67319 Wattenheim:** Ergotherapie Gert Strauß, E-Mail: gert.strauss@arcor.de, Tel.: 06356-919410
- **68519 Viernheim:** Christian Wieczorek, E-Mail: christian.wieczorek@schule-sorglos.de, Tel.: 06204-91129
- **68535 Edingen-Neckarhausen:** Ergotherapie Mira Strauß, E-Mail: mirastrauss@arcor.de, Tel.: 0621-4307707
- **70771 Leinfelden-Echterdingen:** Özkan Cantürk, E-Mail: oscarturk82@googlemail.com, Tel.: 0152-27246608
- **71111 Waldenbuch:** Jasmin Schmolke, E-Mail: jasmin.schmolke@schule-sorglos.de, Tel.: 07157-705224
- **72764 Reutlingen:** Elwine Barth, E-Mail: elwine.barth@schule-sorglos.de, Tel.: 07121-5153297
- **75417 Mühlacker:** Jutta Raila, E-Mail: jutta@gjraila.de, Tel.: 07041-811487
- **78532 Tuttlingen:** Claudia Badent-Heinz, E-Mail: claudiabadent@aol.com, Tel.: 07461-79975
- **82205 Gilching:** Franz Lochner, E-Mail: flochner@diemitte-ergotherapie.de, Tel.: 08105-5307
- **82377 Penzberg:** Claudia Gassl, E-Mail: postkasten@logopaedie-penzberg.de, Tel.: 08856-934700
- **83607 Holzkirchen:** Michaela Breu, E-Mail: micha.breu@web.de, Tel.: 089-44429465
- **84375 Kirchdorf:** Karin Rieglsperger, E-Mail: karin@logopaedische-praxis.com, Tel.: 0171-4737752
- **88605 Messkirch:** Angela Stehberger, E-Mail: info@lrs-hilfe-stehberger.de, Tel.: 07575-93634
- **90542 Eckental:** Bettina Scholz, E-Mail: bettina.chr.scholz@web.de, 09126-293527
- **93086 Würth:** Andrea Schinhärl, E-Mail: anschinhaerl@freenet.de, Tel.: 0 94 82-93 89 89
- **93138 Lappersdorf:** Simone Schreier, E-Mail: simone_s76@web.de, Tel.: 0941 8703137
- **95100 Selb:** Ulrike Schumacher, E-Mail: ulrike.seidenstuecker@googlemail.com, Tel.: 09287/998829
- **95444 Bayreuth:** Sandra Schamel, E-Mail: kontakt@logopaedie-schamel.de, Tel.: 0921- 5070331
- **96135 Stegaurach:** Christine Bayer, E-Mail: Bayer_Weber@arcor.de, Tel.: 0951- 2960330
- **96138 Burgebrach:** Frauke Hüttenrauch-Hamm, E-Mail: info@schule-sorglos-burgebrach.de, Tel.: 09546 5953457
- **96154 Burgwindheim:** Frauke Hüttenrauch-Hamm, E-Mail: frauke@f4f-net.de, Tel.: 09551- 799
- **99195 Alperstedt:** Axel Dittforth, E-Mail: info@schule-sorglos-erfurt.de, Tel.: 036204 - 52070

Österreich

- **2292 Stopfenreuth:** Sonja Weiß-Hölzel, E-Mail: swh@sonja-weiss-hoelzel.at, Tel.: AT-02214 2294
- **2301 Gr.Enzersdorf:** Gerlinde Haslinger, E-Mail: haslingerg@aon.at, Tel.: AT-0699-10518207
- **6370 Kitzbühel:** Ellinor Sulzenbacher, E-Mail: ellinor.s@inode.at, Tel.: AT-05356-73329
- **8274 St. Magdalena a.L.:** Ulrike Thurner, E-Mail: mthurner@aon.at, Tel.: AT-0660 3451164



Schweiz

- **7220 Schiers:** Elke Debes, E-Mail: lerntraining@bluewin.ch, Tel.: CH-081-3281722

Frankreich

- **57980 Metzing:** Bernadette Becker, E-Mail: beratung.bernadettebecker@bbox.fr, Tel.: 06898-6902612