

Sozialkompetenzen – Türöffner fürs Leben

Eigene Bedürfnisse und die der anderen erkennen und auf sie eingehen: Das ist ein wichtiger Lernprozess für ein Kind – und eine wesentliche Fähigkeit fürs ganze Leben. Wie wird die Schule ihrem Auftrag gerecht, soziale Kompetenzen zu fördern? Und was können Eltern dafür tun?

Text: Yvonne Kiefer-Glomme



Dossier

Die **Fotografen** Daniel Winkler und Herbert Zimmermann haben für dieses Dossier die Familien Brem und Hagmann porträtiert, die ab Seite 24 erzählen, was Sozialkompetenz in ihrem Alltag bedeutet. Alle anderen Bilder in diesem Dossier zeigen Familien, die Fritz+Fränzi für frühere Ausgaben fotografieren liess.

Jeden Dienstag von 13.30 bis 14.15 Uhr blinkt die Leuchttafel vor dem Büro des Schulsozialdienstes der Primarschule Wallbach im Fricktal, denn dann fungiert es als «Ideenbüro». Dort beraten vier Sechstklässlerinnen und -klässler im Alter von 12 Jahren ihre Mitschülerinnen und Mitschüler bei Problemen und Sorgen, aber auch beim Realisieren von Ideen. Den heutigen «Fall» haben zwei Fünftklässler eingereicht: Sie bemängeln, dass es immer wieder Streit zwischen den Klassen gibt, wer wann und mit wem die Fussballtore nutzen darf.

Neben dem Team des Ideenbüros und den zwei Fünftklässlern werden auch Kinder und Jugendliche jeder Jahrgangsstufe am Gespräch teilnehmen. Zuvor klärt das Team noch die heutige Rollenverteilung: Marco hat die Gesprächsleitung, Maël und Nils übernehmen die Beobachter-

rolle und Margaux wird das Protokoll führen. Die Teilnehmenden sind motiviert, gemeinsam eine Verbesserung in ihrem alltäglichen Umfeld zu bewirken – und erweitern dabei ihre soziale Kompetenz.

Eine eindeutige Definition des Begriffs Sozialkompetenz gibt es nicht. «Sozialkompetenzen umfassen persönliche Einstellungen, Werte und Fähigkeiten, die es einem Menschen ermöglichen, mit anderen auf ethisch vertretbare Weise umzugehen», sagt Florian Baier, Professor am Institut für Kinder- und Jugendhilfe der Hochschule für Soziale Arbeit FHNW. «Wichtig ist», ergänzt der Psychologe und Lerncoach Fabian Grolimund, «dass man sich in ausreichendem Mass an seine soziale Umwelt anpassen kann, sich aber auch seiner Bedürfnisse und Wünsche bewusst ist und diese sozialverträglich durchsetzen kann.»

Normen in Situationen erkennen, eigenes Verhalten steuern

Sozialkompetenzen sind dabei immer auf eine konkrete Situation bezogen. Das heisst: «Kinder und Jugendliche sollten lernen, Normen in Situationen zu erkennen, sich und die anderen wahrzunehmen, Beziehungen aufzubauen und zu erhalten und gleichzeitig ihr eigenes Verhalten zielgerichtet zu steuern», sagt Markus Neuenschwander, Professor für Pädagogische Psychologie an der Pädagogischen Hochschule FHNW.

Es gibt also unterschiedliche Vorstellungen dazu, welche Einstellungen, Werte und Fähigkeiten >>>

«Wichtig ist auch, seine Bedürfnisse sozialverträglich durchsetzen zu können», sagt Fabian Grolimund.







>>> zu einer guten Sozialkompetenz beitragen. Doch wie entwickeln Kinder diese, wie können Eltern ihnen dabei helfen und welche Konzepte und Unterstützungsangebote werden zu deren Förderung an Schulen angeboten?

Eine wichtige Voraussetzung für sozial kompetentes Verhalten bilden die Selbstkompetenzen wie Selbstwahrnehmung und Selbstregulation. Daher werden Sozial- und Selbstkompetenzen gerne miteinander verknüpft und als Lebenskompetenzen oder persönliche Schutzfaktoren bezeichnet. Diese können dem Entstehen von Sucht, Gewalt, Mobbing, Depression und Suizidalität vorbeugen. Zudem sind eine aktive Gestaltung sozialer Beziehungen, Verständnis, Toleranz und erfolgreiche Konfliktlösung Grundvoraussetzungen für ein gelingendes Zusammenleben. «Und Menschen, die in ein soziales Umfeld eingebunden sind, sind gesünder und leben länger», sagt Sozialpädagogin Baier.

Bessere Chancen in Schule und Job

Aber auch um den eigenen Lebensweg gestalten zu können, benötigen wir ein hohes Mass an sozialen und kommunikativen Kompetenzen und die Fähigkeit, Entscheidungen zu treffen. Anders ausgedrückt: Wer beruflich erfolgreich sein will, braucht neben fachlichen Kompetenzen auch Fertigkeiten wie Team- und Anpassungsfähigkeit sowie Durchsetzungsvermögen. «Studien belegen: Sozialkompetenzen verbessern die Chance auf eine erfolgreiche Schullaufbahn und erleichtern den Einstieg in die Berufsausbildung sowie die Erwerbstätigkeit», sagt Neuenschwander.

Aber wie entwickelt sich sozial kompetentes Verhalten überhaupt? «Der Mensch ist von Geburt an ein soziales Wesen. Er braucht gute Beziehungen, um sich darin sozial zu entfalten», sagt Baier. Kinder lernen Sozialkompetenzen meist beiläufig durch ihre Eltern: Wie sie sich

Für den beruflichen Erfolg braucht es Team- und Anpassungsfähigkeit sowie Durchsetzungsvermögen.

anderen Menschen gegenüber verhalten, schauen sie sich bei Familienmitgliedern sowie Gleichaltrigen ab. Sie lernen an Vorbildern, probieren neues Verhalten aus und behalten Zielführendes bei.

«Eltern reagieren in der Regel einfach auf die Verhaltensweisen ihrer Kinder und schaffen damit ein Lernumfeld, das diesen zeigt, wie man sich verhält. Durch ihre Werte und Erwartungen definieren Eltern somit unbewusst, wie sozialkompetentes Verhalten auszusehen hat», sagt Psychologin Grolimund. Das heisst, es gibt keinen allgemeingültigen Konsens dafür, sondern dies kann individuell wie auch kulturell sehr unterschiedlich sein und wird immer aus einer persönlichen Perspektive beurteilt.

Neben dem Rucksack an eigenen Erfahrungen spielt hier auch das Erziehungsmodell der Eltern mit hinein. Sozialkompetenzen werden aber nicht nur dadurch bedingt, was das Kind in seinem Umfeld erlebt. Wie impulsiv es ist, wie gut es seine Gefühle steuern und diejenigen von anderen lesen kann, bestimmen auch seine genetischen Anlagen. «Das lässt sich daran erkennen, dass getrennt aufwachsende Zwillingenkinder einander oft ähnlicher sind als Geschwisterkinder, die in derselben Familie gross werden», sagt Grolimund.

Die Persönlichkeitseigenschaften des Kindes – wie etwa seine Impulsivität – beeinflussen aber auch das Beziehungs- und Erziehungsverhalten seiner Eltern: Trägt >>>

>>> dessen Persönlichkeit dazu bei, dass sein Umfeld positiv auf seine Person reagiert, fällt es dem Kind leichter, soziale Kompetenzen zu entwickeln. «Wer hat, dem wird gegeben», sagt Grolimund.

Neigt ein Kind hingegen zum Schreien, ist es impulsiv und sehr bewegungsfreudig und fällt es ihm schwerer als anderen, sich an Regeln zu halten, wird es von den Erwachsenen häufiger zurechtgewiesen und sammelt seltener positive Beziehungserfahrungen. «Fühlen sich diese Kinder nicht willkommen, rebellieren sie», sagt Psychologin Grolimund.

«Um diesen Teufelskreis zu verhindern, müssen ihre Eltern besonders feinfühlig reagieren und sehr kompetent darin sein, ihre Gefühle und Bedürfnisse zu lesen und ihnen bei der Bewältigung ihrer Emotionen zu helfen», so Grolimund. Sie benötigen klare Signale, dass sie so angenommen und geschätzt werden, wie sie sind. Dann fühlen sie sich sicher, erleben eine gute Beziehung und können ihre Sozialkompetenzen entfalten.

Auch Probleme im familiären Umfeld wirken sich auf die soziale Entwicklung von Kindern und Jugendlichen aus. «Gelingen sie in eine desolante Familiensituation, etwa durch einen Elternteil mit psychischer Störung oder eine Kampfscheidung der Eltern, dann kann dies zu Schwierigkeiten in ihrer Persönlichkeitsentwicklung und Anpassungsfähigkeit führen», sagt Grolimund.

Die Bindung zwischen Kind und Eltern bildet die Basis dafür, dass Kinder selbst erfolgreich soziale Beziehungen gestalten können. Ihre Unsicherheit macht sich meist durch herausforderndes Verhalten bemerkbar. «Manche fallen durch Hyperaktivität, Impulsivität, Aufmerksamkeitsprobleme, verweigernde und aggressive Verhaltensweisen oder Störungen im Sozialverhalten auf», sagt Myriam Achermann, Psychologin und Leiterin der Schuldienste in Kriens LU. Daher sollte man bei Kindern stets darauf achten, ob sie sich in einer Situation befinden, die ihren Grundbedürfnissen nach Bindung, Anerkennung und Autonomie gerecht wird. «Das Verhalten eines Kindes entsteht immer im Zusammenhang mit seinem Umfeld und hat stets einen guten Grund; seine Strategien ergeben Sinn, zumindest aus seiner Sicht. Daher muss sein Umfeld mit betrachtet werden und nicht nur das Kind als Symptomträger», sagt Achermann.

Schulische Förderung meist ohne besondere didaktische Konzepte

Und wie sieht es im schulischen Umfeld aus? Bevor der Lehrplan 21 in Kraft trat, gab es hierzulande 26 Lehrpläne. In manchen von ihnen waren die Sozialkompetenzen als Lernziele ansatzweise enthalten, oder es wurde darauf verwiesen, dass die schulische Bildung die Persönlichkeitsentwicklung der Kinder fördern solle, «dabei wurde aber nicht ausgeführt, was dies genau bedeuten soll», sagt Baier. Nun sind soziale und personale Kompetenzen als überfachliches Bildungsziel verbindlicher im Lehrplan 21 verankert. Die Frage ist jedoch, wie diese Fähigkeiten gefördert werden können. «Dies ist vergleichsweise unverbindlich formuliert», kritisiert Baier. «In der Schule werden die Sozial- und Selbstkompetenzen bisher vielfach nur indirekt thematisiert, zum Beispiel wenn die Lehrkräfte soziale Regeln durchsetzen möchten. >>>

Ist ein Kind impulsiv und bewegungsfreudig, sammelt es weniger positive Beziehungserfahrungen.



*Umsetzungsprogramme
sowie Hilfs- und Lehrmittel
zur Förderung der Selbst-
und Sozialkompetenzen
fehlen an Schulen häufig.*





Bild: Herbert Zimmermann / 13Photo

>>> Allerdings werden meist keine differenziert ausgearbeiteten didaktischen Konzepte zu deren Förderung eingesetzt, sondern nur vereinzelte spezifische Angebote wie etwa der Morgenkreis oder der Klassenrat», so Neuenschwander. Dort werden Themen der Kinder aufgegriffen und Gesprächssituationen geschaffen, die es ermöglichen, über Gefühle, individuelle Bedürfnisse, Konflikte und Grenzen zu reden. «Es sollte weiter ausgearbeitet werden, wie die im Lehrplan 21 genannten überfachlichen Kompetenzen als Bildungsziele für Kinder um ihrer selbst willen verstanden und gefördert werden können», ergänzt Baier.

Neue Angebote ausserhalb des Klassenzimmers

Hierzu müssen die Lehrpersonen aber gezielter auf ihre neuen Aufgaben vorbereitet werden. «Zu Deutsch und Mathe etwa sind die Lernziele genau ausgearbeitet», sagt Baier. Konkrete schulbezogene Umsetzungsprogramme sowie Hilfs- oder Lehrmittel, die bei der effektiven Förderung der Selbst- und Sozialkompetenzen unterstützen, fehlen häufig oder sind weniger bekannt, weil sie aus der Schulsozialarbeit, der Gewaltprävention oder der Gesundheitsförderung stammen. Oder sie werden im Rahmen von Forschungsvorhaben als Pilotprojekte an mehreren Schulen durchgeführt, dann jedoch oft aus Kostengründen eingestellt. «Mit der Schulsozialarbeit und den sozialpädagogischen Angeboten in Tagesschulen sind neue Möglichkeiten entstanden, durch die sich soziale und personale Kompetenzen fördern lassen», so Baier.

Gelingt es Lehrpersonen nicht, Kinder mit einem herausfordernden Sozialverhalten ausreichend zu unterstützen, empfinden sie dies häufig als Gesichtsverlust – ähnlich wie deren Eltern auch. «Der Anspruch, solche herausfordernden Situationen alleine zu meistern, ist aber nicht mehr zeitgemäss. Gemäss

dem afrikanischen Sprichwort «Es braucht ein ganzes Dorf, um ein Kind zu erziehen», sollte man den Mut aufbringen, die Verantwortung für ein Kind auf mehrere Schultern zu verteilen», fordert Maya Heer, Lehrerin und Coach im Familienklassenzimmer Kriens.

Als neutrale Vertrauenspersonen und Experten für soziale Lebenszusammenhänge haben Schulsozialarbeitende ein offenes Ohr für die Kinder, können deren Unterstützungsbedarf erkennen, koordinieren und mit ihrem reichhaltigen Methodenkasten vieles auffangen. «Voraussetzung hierfür ist eine gute Kooperation zwischen Lehrpersonen und Sozialarbeitenden und dass die Letztgenannten genügend Ressourcen und eine ausreichende Qualifikation haben», ergänzt Baier. Wichtig ist zudem, dass Lehrpersonen, Schulsozialarbeitende und die Schulleitung mit den Eltern im Austausch stehen. «In dieser Hinsicht könnte sich an Schweizer Schulen jedoch noch mehr entwickeln: Eltern werden vielfach nur zum Standortgespräch eingeladen oder wenn es Probleme gibt», so Baier weiter.

Einzelne Aktivitäten zu einem Gesamtkonzept bündeln

Nun ist es aber nicht so, dass hierzulande an den Schulen nichts unternommen wird. Sozialpädagogische Konzepte wie etwa das «Ideenbüro» oder der «innere Schiedsrichter» werden erfolgreich zur Förderung der Sozialkompetenzen der Schülerinnen und Schüler eingesetzt. Machen sich bei den Kindern und Jugendlichen Probleme im Umgang etwa mit den eigenen Gefühlen oder im Sozialverhalten bemerkbar, kann das Angebot eines «Familienklassenzimmers» eine wertvolle Unterstützung sein.

Idealerweise werden einzelne Schulaktivitäten zur Förderung von sozialen Kompetenzen zu einem Gesamtkonzept – einem Sozialcurriculum – gebündelt, das >>>

Die im Lehrplan 21 vorgesehene Benotung der Sozialkompetenzen lehnen Experten ab.

>>> als roter Faden dient und in das Schulprogramm verankert wird, wie es etwa der Stuttgarter Erziehungswissenschaftler Martin Rippinger empfiehlt. Dies trage dazu bei, die Sozialkompetenzen nachhaltig zu fördern, da sie dann systematisch in die didaktische Kultur der verschiedenen Fächer integriert würden. Denn nur wenn Schulverwaltung, Lehrpersonen, Eltern, Schülerinnen und Schüler sowie außerschulische Partner dieselben Ziele vor Augen haben, können sie Verantwortung für den Lernprozess übernehmen. Die PISA-Studien hätten gezeigt, so Baier, «dass Mobbingverfahren an Schweizer Schulen zugenommen haben. Zweifellos, weil die Förderung von Sozialkompetenzen vielfach nicht Teil des schulischen Gesamtkonzeptes ist».

Verbale Rückmeldungen sind der Kompetenz dienlicher

Die im Lehrplan 21 vorgesehene Benotung der Sozial- und Selbstkompetenzen lehnen alle für dieses Dossier befragten Fachexpertinnen und -experten ab. «Lehrpersonen beurteilen die Sozialkompetenzen eines Kindes meist anhand von Einzelbeobachtungen seiner Verhaltensweisen. Basierend darauf versuchen sie, diese einzuschätzen», so Pädagogikexperte Neuenschwander. Deshalb plädiert er für eine Kombination aus Tests, Selbst- und Fremdeinschätzung. Aus seiner Sicht sollten Kinder verbale Rückmeldungen zu ihrem sozialen Verhalten erhal-

ten, die Sozialkompetenzen sollten aber nicht mit einer Note bewertet werden. Fabian Grolimund sagt: «Die Zeit für die Beurteilungen und Einschätzungen sollte lieber dafür genutzt werden, gemeinsam mit dem Kind zu besprechen, an welchen Fähigkeiten es noch arbeiten sollte und wie es dabei unterstützt werden kann. Das wäre weit aus kompetenzorientierter.»

Ähnlich argumentiert auch Baier: «Soziales Verhalten sollte mit positiven Gefühlen verbunden sein und nicht aus Notendruck heraus entwickelt werden.» Noch einen Schritt weiter geht Allan Guggenbühl, der bekannte Schweizer Jugendpsychologe. Aus seiner Perspektive wird bereits bei der Formulierung der Sozial- und Selbstkompetenzen von Soll-Erwartungen ausgegangen, die viele Erwachsene nicht erfüllen könnten. Verhaltensweisen wie widersprechen, einander unterbrechen, laut oder nicht einsichtig sein gehörten zur normalen Entwicklung von Kindern und dürften nicht gleich als soziale Inkompetenz ausgelegt werden. «Die Persönlichkeit eines Menschen mitsamt seinen sozialen und personalen Kompetenzen ist ein kostbares Gut. Es darf schulisch gefördert werden, aber dies muss anders erfolgen als bei den Fachkompetenzen», sagt Baier. «Kinder verbringen heute viel Zeit in der Schule, daher ist es – neben dem elterlichen Erziehungsverhalten – wichtig, dass die Schule das Klima sowie die Bildungsangebote >>>





15.30h-16h

→ Besuch von Ivana

Fragen
beantworten



>>> schafft, die Kinder dabei unterstützen, ihre Sozialkompetenzen zu entfalten.»

Und wie steht es mittlerweile um das Problem der begehrten Fussballtore in Wallbach? Marco fragt die beiden Fünftklässler, worin genau ihr Problem bestehe, was ihr Ziel sei und welche Lösungsmöglichkeiten sie sähen. Dann holt er die Meinungen der übrigen Anwesenden im Ideenbüro ein. Die Abstimmung der eingeladenen Gesprächsteilnehmerinnen und -teilnehmer erfolgt mit geschlossenen Augen, damit keiner die Entscheidung des anderen beeinflusst. Eine Regel, die sich die Kinder selbst ausgedacht haben. Margaux verkündet das Abstimmungsergebnis und alle Beteiligten unterschreiben das Protokoll. Marco tippt den neuen Fussballplan ab und hängt ihn an der Tür zum Pausenplatz auf. Wieder ein Konflikt gelöst. <<<



**Yvonne
Kiefer-Glomme**

ist freie Journalistin, Mutter einer Tochter, 11, und lebt mit ihrer Familie im Aargau. Zum Dossierthema meint sie: «Als Eltern können wir unseren Kindern zeigen, dass die Welt veränderbar ist und sie etwas zu deren Gestaltung beitragen können.»

Es braucht ein Klima und Angebote in der Schule, die Kinder dabei unterstützen, ihre Sozialkompetenzen zu entfalten.

PISA-Studie mit Sozialkompetenz

In der PISA-Studie 2022 der Organisation für wirtschaftliche Zusammenarbeit und Entwicklung (OECD) sollen die sozialen und emotionalen Kompetenzen der Schülerinnen und Schüler stärker untersucht werden. Denn die Corona-Krise habe gezeigt, dass auch diese Fähigkeiten eine wichtige Rolle im Schulalltag spielten. Dies solle künftig berücksichtigt werden, erklärte OECD-Bildungsdirektor Andreas Schleicher in einem «Focus»-Interview. Nach Aussage des ICER (Interfaculty Centre for Educational Research) in Bern werden in der PISA-Studie 2022 die sozialen Kompetenzen aber lediglich in Form von Selbsteinschätzungen der Schülerinnen und Schüler erhoben. Die Schweiz beteilige sich bei der PISA-Studie jeweils nur in den Gebieten Deutsch, Mathematik und Naturwissenschaften, so das ICER.

Anzeige



**PRIMAR, SEK UND GYMIVORBEREITUNG –
GEZIELTES LERNEN IN KLEINEN GRUPPEN**

*Wir helfen erfolgreich durch die Schulzeit und
ans Gymi.*

*Entdecken Sie unser Angebot im Grossraum
Zürich und Winterthur.*

www.lernstudio.ch

KALAIIDOS
MEDIENGRUPPE SCHWEIZ

Am selben Strang ziehen

Ob daheim oder im Klassenzimmer: **Konflikte und negative Gefühle** gehören dazu. Wenn Schule, Eltern und Kinder sie gemeinsam lösen, lässt sich viel erreichen. Drei Familien erzählen.

Aufgezeichnet von Yvonne Kiefer-Glomme



Wir erzählen

«Durch die Beratungsrolle bin ich selbstbewusster und offener geworden»

Petra Brem, 49, aus Kaisten AG hat zusammen mit ihrem Mann drei Kinder: Nelia, 13, Malin, 13, und Leanne, 15. Nelia war im letzten Semester Beraterin im Ideenbüro der Primarschule Kaisten.

Nelia Brem: «Das letzte Halbjahr war ich zusammen mit drei anderen Sechstklässlerinnen und Sechstklässlern Beraterin im Ideenbüro der Schule Kaisten. Ich gehöre nun zum ältesten Jahrgang meiner Schule und fand es toll, den Jüngeren helfen zu können. Da ich bereits ähnliche Probleme wie sie erlebt hatte, konnte ich die Kinder gut verstehen und beraten. Abwechselnd in die unterschiedlichen Rollen zu schlüpfen, die Gesprächsleitung zu haben, Beobachterin zu sein oder das Protokoll zu führen, war sehr spannend. Kamen

Kinder aufgrund eines Streits zu uns, konnten wir nachher oft beobachten, wie sie auf dem Pausenplatz wieder glücklich und zufrieden miteinander spielten – das war ein gutes Gefühl. Als eigenes Projekt wollten wir das Gotte-Götti-System für unsere Erstklässlerinnen und Erstklässler einführen. Wir hatten bereits alles für einen gemeinsamen Spielnachmittag vorbereitet, aber dann musste dieser aufgrund von Corona leider abgesagt werden. Durch meine Rolle als Beraterin bin ich selbstbewusster und offener geworden. Viele Kinder, die mich aus dem Ideenbüro kennen, grüssen mich nun beim Einkaufen. Dass ich dort mitwirken durfte, macht mich stolz.»

Petra Brem: «Unserer Tochter hat es gutgetan, sich für das Ideenbüro zu engagieren; es hat ihr Selbstvertrauen gestärkt. Das wird ihr helfen, denn sie kommt bald in die Oberstufe und muss sich dort gegenüber den Älteren behaupten können. Meinem Mann und mir ist die Sozialkompetenz unserer Kinder sehr wichtig, denn diese benötigen sie für ihr gesamtes Leben. Wir legen sehr viel Wert darauf, dass sie anderen Menschen mit Respekt begegnen und ihnen helfen. Nelia



hat das glücklicherweise schon vorher gekonnt, es ist ein Charakterzug von ihr. Wir fanden es aber wichtig, sie auch ausserhalb der Familie für Mobbing und Aggressionen zu sensibilisieren. Denn die Hemmschwelle der Schülerinnen und Schüler, solche Verhaltensweisen zu zeigen, scheint durch den Medienkonsum heute niedriger zu sein. Insofern ist es wichtig, dass Kinder frühzeitig lernen, Konflikte friedlich zu lösen. Hierzu bildet das Ideenbüro ein gutes Übungsfeld. Ich finde es gut, dass auch die Schule heute mehr Wert auf die Sozialkompetenzen legt und Kinder bereits früh lernen, im Team zu agieren. Sie bereits dafür zu bewerten, halte ich für übertrieben, denn Kinder sollten noch Kinder sein dürfen. Sie müssen heute viel können. Fühlen sie sich überfordert, kann man das Gespräch mit der Lehrperson suchen. Wenn wir als Eltern möchten, dass unsere Kinder selbständig sind und mit beiden Beinen im Leben stehen, dürfen wir ihnen auch nicht alles abnehmen. Aber wir können sie ernst nehmen, Verständnis für sie zeigen, sie unterstützen und begleiten.»

«Kamen Kinder wegen Streit zu uns, konnten wir nachher oft beobachten, wie sie wieder miteinander spielten. Das war ein gutes Gefühl.»

«Samantha benimmt sich auffällig, wenn es zu Hause zu Unstimmigkeiten kommt.»

Ich erzähle

«Hätten wir als Kinder so eine Beratung erlebt, wäre uns viel Leid erspart geblieben»

Stephanie Hagmann, 27, und ihr Partner sind die Eltern von Samantha, 8. Die Familie wohnt in Kriens LU und nimmt dort seit dem Sommer 2020 am Familienklassenzimmer teil.

«Als Samantha in den Kindergarten kam, haben sich Verhaltensauffälligkeiten bei ihr gezeigt. Sie ist sehr offenherzig und hat Mühe, das richtige Mass an zwischenmenschlicher Nähe und Distanz zu finden. Durch das Familienklassenzimmer (FKZ) haben wir als Eltern erleben können, wie Samantha in einer Gruppe reagiert. Wir konnten ihr bewusst machen, welche Reaktionen ihr Verhalten bei anderen auslöst und wie sie dieses verändern kann: Früher ist sie auf alle Kinder und Lehrpersonen zugegangen, hat sie umarmt und ihnen alles erzählt. Wenn diese dann ablehnend reagiert haben, war sie frustriert. Sie wollte überall dabei sein und wurde aufbrausend, wenn es nicht nach ihrem Kopf ging. Durch das FKZ hat sie gelernt, andere zu fragen, bevor sie sie umarmt, und sich nicht in Konflikte einzumischen. Dank Rollenspielen fanden wir heraus, dass sie andere provoziert, wenn sie gehänselt wird, weil sie nicht wusste, wie sie damit umgehen soll. Nun kann sie sich in solchen Situationen anders verhalten. Auch zu Hause versucht sie mittlerweile, ruhig ihre Meinung zu vertreten. Von uns wünschte sie sich noch mehr Nähe, dass wir ihr intensiver zuhören und in Konfliktsituationen ebenfalls die Ruhe bewahren. Die gemeinsame Teilnahme am Familienklassenzimmer hat unsere Beziehung zu ihr gestärkt. Mein Mann und ich hatten

beide eine schwere Kindheit und konnten gewisse Sozialkompetenzen leider erst als Erwachsene erwerben. Wenn wir als Kinder ein so grosses soziales Beratungsnetzwerk erlebt hätten wie jetzt Samantha, dann wäre uns viel Leid erspart geblieben. Wir schätzen es, dass unsere Tochter durch Beistand, Familienklassenzimmer, Familienbegleitung sowie die Lehrkräfte für die integrative Förderung und die Psychomotorik unterstützt wird.

Vor dem Familienklassenzimmer habe ich mich mit meiner Tochter zurückgezogen und hatte häufig das Gefühl, eine schlechte Mutter zu sein. Durch andere Eltern fühlte ich mich schnell stigmatisiert. Jetzt bin ich in meiner Mutterrolle deutlich selbstbewusster. Und auch Samantha entwickelt Selbstvertrauen, wenn sie merkt, dass sie Strategien aus dem Familienklassenzimmer auch in der Schule anwenden kann. Das Zusammenspiel zwischen der Schule und uns Eltern ist gut und wir stehen in offenem Austausch miteinander. Mittlerweile wissen wir, dass sich Samantha auffällig benimmt, wenn es bei uns zu Hause zu Unstimmigkeiten kommt. Die Lehrkräfte wiederum haben gelernt, mit unserer Tochter eine offene Kommunikation aufzubauen, so dass sie nicht das Gefühl hat, rebellieren zu müssen.

Der Unterricht in einem Klassenverband mit zwanzig Kindern bedeutet für Samantha jedoch nach wie vor eine Reizüberflutung. Sie kann sich meist nur bis zur Znüni-Pause gut konzentrieren. Zudem haben die Lehrkräfte bei dem aktuellen Betreuungsschlüssel nicht die Möglichkeit, Kinder wie unsere Tochter ausreichend zu betreuen. Trotz aller Fortschritte im Familienklassenzimmer haben wir deshalb gemeinsam mit unserem Beratungsnetzwerk entschieden, dass sie in eine sozialpädagogische Kleinklasse wechselt. Wenn sie möchte, kann sie aber jederzeit an ihre alte Schule zurückkehren.»



Bild: Hebert Zimmermann / 13photo

Saubere Wunde – saubere Heilung



Schürfwunde?

Mit dem neuen Flawa Debrisoft® Wundreinigung-Pad reinigen Sie Schürf- und Schnittwunden einfach, schnell und nahezu schmerzfrei – auch unterwegs.



Neu
Ideal für Ihr
1. Hilfe-Set

CHF 5.-
RABATT-GUTSCHEIN

beim Kauf eines Flawa Debrisoft.
Jetzt online einlösen:



Gutschein-Code:
debrisoft-ff5



Ich erzähle

«Heute tut es Paolo leid, dass er früher so aufbrausend war»

Gianna Odermatt*, 46, aus Kriens hat zusammen mit ihrem Mann vier Kinder: 12-jährige Zwillinge, eine 14-jährige Tochter und einen 19-jährigen Sohn. Seit Juni letzten Jahres nimmt sie mit Paolo, 12, am Familienklassenzimmer ihrer Schule teil.

«Im Kindergarten und in den ersten beiden Schuljahren hatte Paolo keinerlei Probleme. Im dritten kam er in eine neue Klasse, in der mehrere Kinder bereits seit dem Kindergarten Verhaltensauffälligkeiten zeigten. Bei Problemen schickte die Lehrperson diese sowie auch Paolo in einen Nebenraum. Dort kam es zu Streitereien und Schlägereien. In den nächsten anderthalb Schuljahren kam es fünfmal zum Wechsel der Klassenlehrperson unseres Sohnes, keine von ihnen schien der Klasse gewachsen. Paolos Noten rutschten ab und er wollte nicht mehr in die Schule gehen. Er hatte sein Selbstwertgefühl sowie das Vertrauen in die Lehrpersonen verloren. Oft kam Paolo frustriert nach Hause, hatte Wutanfälle und sogar Suizidgedanken – und ich war sein Blitzableiter.

Als sein jetziger Lehrer zusammen mit einer Klassenassistentin die Klasse übernahm, räumte er Paolo viel Zeit ein. Dennoch wollte sich unser Sohn zunächst nicht helfen lassen, stattdessen beleidigte er seinen Lehrer oder büxte aus. Ich fühlte mich als Versagerin, weil meine Erziehungsmethoden nicht funktionierten. Da ich keine andere Lösung mehr sah, bat ich den Lehrer darum, uns im Juni 2021 notfallmässig in das Familienklassenzimmer FKZ aufzunehmen.

Paolo wollte zuerst nicht, doch dann hat er sich sehr gut in die Gruppe eingefügt. Als wir uns im FKZ spielerisch darstellen sollten, habe ich meinen Sohn als zornig, aufbrausend und lustlos beschrieben. Er wiederum empfand mich als gereizt und wütend. Die Konsequenzen seines Verhaltens sind Paolo jedoch erst bewusst geworden, als ich ihm in drastischer Weise aufgezeigt habe, dass er ohne einen guten Schulabschluss seinen Traum von einer Automechanikerlehre verspielt und wohin ihn sein Weg dann noch führen könnte.

Mittlerweile hat Paolo gelernt, dass er sich nicht schämen muss, wenn er etwas nicht versteht, sondern dass er die Lehrpersonen fragen kann. Das gibt ihm Vertrauen. Auch seine Lehrpersonen haben dazugelernt: Mittlerweile besprechen sie Kritikpunkte nur im Vieraugengespräch mit ihm, wodurch er diese besser annehmen kann. Auch seine Schulnoten haben sich verbessert. Beim letzten Elterngespräch erklärte sein Lehrer: «Jetzt bist du genau dort, wo du sein musst, um deine Wunschausbildung machen zu können.» Auch zu Hause haben wir nun weniger Probleme. Heute ist Paolo glücklich und es tut ihm leid, dass er früher so aufbrausend war. Er fand es hart, auf welche Weise ich ihn wachgerüttelt habe, und zugleich ist er auch sehr dankbar dafür.

Als Mutter habe ich gelernt, mehr auf Augenhöhe mit meinem Sohn zu reden. Ich versuche noch mehr auf ihn einzugehen und mein südländisches Temperament zu zügeln. Wenn er wütend ist, warte ich, bis er sich beruhigt hat, und spreche dann mit ihm. Das Familienklassenzimmer war eine wertvolle Unterstützung für uns und ich bin froh, dass ich diesen Schritt gemacht habe.»

*Alle Namen geändert

«Ich beschrieb meinen Sohn als zornig, aufbrausend und lustlos. Er empfand mich als gereizt und wütend.»

Zum Weiterlesen

Für Eltern



Anne D. Kooijman:
Kinder und Sozialkompetenz.
K2 2014,
143 Seiten, ca. 30 Fr.



Petra Strassmeir: **Mein Kind – selbstbewusst und stark. Wertschätzende und einfühlsame Kommunikation als Schlüssel zu mehr Selbstbewusstsein und Selbstwertgefühl bei Kindern – Ein stärkendes Praxisbuch.**
Apollon 2022, 100 Seiten, ca. 15 Fr.



Fabian Grolimund, Stefanie Rietzler:
Geborgen, mutig, frei – Wie Kinder zu innerer Stärke finden.
Herder 2019, 352 Seiten, ca. 26 Fr.

Für Kinder



Holde Kreul:
Ich und meine Gefühle. Emotionale Entwicklung für Kinder ab 5.
Loewe 2020, 36 Seiten, ca. 10 Fr.



M. Florian Walz:
Es ist okay, sich so zu fühlen. Wie du Gefühle entdecken, verstehen und mit ihnen umgehen kannst.
Ufer 2021, 48 Seiten, ca. 14 Fr.



Alicia Ortego:
Freundlichkeit ist meine Superkraft. Ein Kinderbuch über Empathie, Freundlichkeit und Mitgefühl.
Selbstverlag 2021, 40 Seiten, ca. 33 Fr.

So können Sie die soziale Kompetenz Ihres Kindes fördern

- **Freundschaften mit Gleichaltrigen, Besuch von Spielgruppe oder Kita und Teilnahme an ausser-schulischen Aktivitäten**
Diese Aktivitäten bieten den Kindern Raum, um Verhaltensweisen auszuprobieren und deren Wirkung zu testen.
- **Mannschaftssportarten ausüben oder ein Instrument in einem Orchester spielen**
Dies stärkt die sozialen Fähigkeiten und Beziehungen von Kindern. Denn dort müssen sie auf andere Rücksicht nehmen, ausmachen, wer welche Aufgabe übernimmt, im Team arbeiten, gemeinsame Lösungen suchen und Kompromisse aushandeln.
- **Bücher mit Beispielgeschichten**
Kinder lernen an fiktiven Figuren, wie sie Gefühle ausdrücken können und dass sie mit vielen Emotionen nicht alleine sind. Sie können die Mimik und Gestik an Bildern ablesen. Sie erfahren, wie man sich in unterschiedlichen Situationen verhalten, mit anderen reden und Beziehungen verbessern kann. Bücher können als Gesprächsanlass genutzt werden, nach dem Motto: «Und wie erlebst du das in der Schule oder bei uns zu Hause?»
- **Ämtli zu Hause, die Betreuung eines Haustiers, ehrenamtliches Engagement oder ein Ferienjob**
Diese Tätigkeiten können ein wertvolles Lernfeld sein, um zu üben, Verantwortung zu übernehmen.

Spietipps



Super coole Freunde. Quartett zur Stärkung der Sozialkompetenz.
Das Spiel zum Buch «Kinder und Sozialkompetenz» (Tipp links). K2, ca. 22 Fr.



Monika Bücken-Schaal:
30 Gefühlkarten für Kinder. Sozial-emotionale Entwicklung fördern.
Über die dargestellten Situationen kommen Kinder ins Gespräch und lernen den Umgang mit Gefühlen.
Don Bosco Medien 2021, ca. 13 Fr.

Wo Sozialkompetenz Schule macht

Viele Schweizer Schulen bieten **sozialpädagogische Konzepte** an, die Kindern helfen sollen, ihre Sozialkompetenzen zu entfalten. Wie sich drei davon in der Praxis bewähren.

Text: Yvonne Kiefer-Glomme

Die Bieler Lehrerin Christine Daepf gründete 2002 das erste Ideenbüro. Aus dieser Initiative entstand der gleichnamige Verein. Das Konzept dahinter: Ältere Schülerinnen und Schüler beraten jüngere bei Problemen und beim Realisieren von Ideen. Aktuell gibt es an Schweizer Schulen über 150 Ideenbüros, seit 2016 auch an der Primarschule Wallbach im Aargau.

Im Ideenbüro beraten Kinder einander bei Problemen und Ideen

Meist sind es kleinere Konflikte, aufgrund derer sich Schülerinnen und Schüler ans Ideenbüro wenden – etwa, wenn ein Kind beleidigt oder geschubst wurde oder jemand seine Sachen versteckt hat. Dann helfen Beraterinnen und Berater ihm dabei, das Problem zu lösen. Pro Semester können sich jeweils vier Sechstklässlerinnen und Sechstklässler für diese Aufgabe bewerben. Bei der Auswahl der Kinder wird darauf geachtet, was sie zur Bewerbung motiviert und inwiefern die Beraterfunktion ihre sozialen und kommunikativen Kompetenzen fördern kann. Für das Bewerbungsverfahren sowie die Ausbildung, Einarbeitung und Begleitung der Beraterinnen und Berater ist Schulsozialarbeiterin Sabine Kiesling verantwortlich. Das Beratungsteam des Ideenbüros führe

seine Gespräche meist in Eigenregie durch, sagt Kiesling: «Die beratenden Kinder üben, sich in Mitschülerinnen und Mitschüler hineinzusetzen und als Experten in eigener Sache selbständig Lösungen für deren Konflikte und Anliegen zu finden. Die Schülerinnen und Schüler schätzen das Beratungsteam, da ihnen dieses auf Augenhöhe begegnet.» Zudem lernt das Beraterteam, sich bei Schulleitung und Gemeinde für kreative Vorschläge seiner Mitschüler einzusetzen sowie dort auch eigene Ideen zu präsentieren. Auf diese Weise konnten auf dem Schulgelände beispielsweise eine Halfpipe und eine Überdachung für die Fahrrad- und Rollerständler realisiert werden.

«Wenn sich die Beraterkinder als selbstwirksam erleben, sind sie Feuer und Flamme, Verantwortung zu übernehmen und die Schulgemeinschaft mitzugestalten. Dank diesem Engagement empfinden ihre Mitschülerinnen und Mitschüler sie als Vorbilder, das wiederum kann sich positiv auf deren Sozialverhalten auswirken», so Kiesling.

Den inneren Schiedsrichter statt die Hausordnung als Richtschnur

Wie Sozial- und Selbstkompetenzen gefördert werden können, zeigt auch die Primarschule Kaisten im Aargau. Um Kindern Grundsatzregeln zu vermitteln, ohne dafür eine umfas-

sende Hausordnung aufzustellen, setzt die Schulleitung auf den «inneren Schiedsrichter». Mithilfe dieses sympathischen Maskottchens lernen die Kinder altersgerecht und spielerisch, dass jeder Mensch ein Gewissen besitzt. Dieses zeigt ihnen täglich anhand vieler Signale, wie sie sich verhalten sollen. Sie üben, die damit verbundenen Gefühle bewusst wahrzunehmen, als nützlich zu betrachten und sich mit deren Ursachen auseinandersetzen: Das mulmige Gefühl im Magen etwa kann eine körpereigene Alarmanlage sein, die vor Gefahren oder Fehlverhalten warnt. Symbolisiert wird es durch eine Trillerpfeife. Zudem erlernen die Kinder Strategien, wie sich solche Signale – oder eben Gefühle – vermeiden oder auflösen lassen. Und sie erfahren, dass ihnen das Gewissen auch schöne Gefühle bereiten kann, etwa, wenn sie sich hilfsbereit zeigen. Solche Verhaltensweisen werden mit einer grünen Glückskarte belohnt.

«Bereits nach wenigen Lektionen kennen die Kinder die Funktion des inneren Schiedsrichters und wissen, warum er sich bemerkbar macht», sagt Schulsozialarbeiter Robin Reinhard. Ziel ist es, dass Kinder ein positives Selbstbild entwickeln, dank dem sie selbstbewusst und gleichzeitig empathisch handeln können. Sie lernen, die eigenen Grenzen und die des Gegenübers zu

spüren und zu respektieren. So treten weniger Konfliktsituationen auf oder sie lassen sich leichter deeskalieren. Um das Konzept, das seit 2018 Teil des Schulprogramms in Kaisten ist, stärker im Alltag zu verankern, hat es der Schulsozialdienst mit Jahrgangsthemen verknüpft. Seither findet unter Anleitung von Schulsozialarbeiter Reinhard auf jeder Klassenstufe ein Workshop statt, dessen Elemente inhaltlich aufeinander aufbauen. Im Idealfall finde der Workshop in Zusammenarbeit mit der Lehrperson statt, was dieser hilfreiche Inputs für den Unterricht vermittele, sagt Reinhard. Und betont: «Der innere Schiedsrichter trägt nur dann langfristig zur Förderung der Selbst- und Sozialkompetenzen und einem positiven Schulklima bei, wenn alle Lehrkräfte das Konzept auch leben.»

Familienklassenzimmer: Kinder und Eltern machen gemeinsam Schule

Als erste Schulgemeinde schweizweit hat Kriens LU 2013 das Familienklassenzimmer (FKZ) eingeführt. Als freiwilliges schulisches Unterstützungsangebot stärkt das FKZ die Ressourcen von Familien und deren Beziehungen. Im FKZ treffen sich mehrere Familien mindestens drei Monate lang einen Halbtage pro Woche, moderiert und begleitet von einer Lehrkraft und einer Person mit sozialpädagogischer oder psychotherapeutischer Ausbildung, die sich in Multifamilienarbeit weitergebildet hat.

«Durch gemeinsame Rollenspiele, Körperarbeit sowie gestalterische Aktivitäten von Eltern und Kindern werden neue Zugänge zu deren Problemen gefunden. Die Familien üben den Umgang mit Konfliktsituationen und lernen voneinander», erklärt Sorina Zollinger, Psychotherapeutin und Coach im FKZ. «Wir wollen Kinder und Eltern in ihrer Emotionsregulation stärken, was dem Kind gute Bindungserfahrungen ermöglicht. Wenn Eltern

bereit sind, ihr eigenes Verhalten gemeinsam mit dem Kind als auch im Austausch mit der Gruppe zu reflektieren und anzupassen, leisten sie einen Beitrag dazu, dass auch die Sozialkompetenz des Kindes sich verbessern kann», so Myriam Achermann, Psychologin und Leiterin der Schuldienste Kriens. «Mit ihren Schwierigkeiten nicht allein zu sein, gibt Eltern Kraft, sich von ungünstigen Bewältigungsmustern zu lösen. Sie erleben sich als selbstwirksam und fühlen sich kompetenter in ihrer Elternrolle», sagt Thomas Tanner, Krienser Schulsozialarbeiter und FKZ-Coach.

Die stärkere Präsenz der Eltern in der Schule gibt deren Kindern Halt, so dass sie den Schulalltag besser bewältigen. «Für die Lehrperson wirkt es entlastend, mit der Familie am gleichen Strang zu ziehen.

Ziel ist es, dass die Kinder ein positives Selbstbild entwickeln, dank dem sie selbstbewusst und gleichzeitig empathisch handeln können. So gibt es weniger Konflikte.

Zudem entwickelt sie eine andere Haltung und lernt, soziale Kompetenzen des Kindes zusammen mit den Eltern weiterzuentwickeln», sagt Maya Heer, Krienser Primarlehrerin und FKZ-Coach. Dies kommt der ganzen Klasse zugute.

Anzeige

30
30 YEARS
DERMATOLOGICAL
UV PROTECTION
SINCE 1992

AKTION
Beim Kauf eines Produktes erhalten Sie 1 **After Sun 100ml gratis!**
* ausgenommen Lip Protection. Solange Vorrat reicht.

Ihr Bestellcode: **ffultrasun**

ultrasun
ADVANCED SWISS SUNCARE
Made in Switzerland

Dermatologischer Sonnenschutz
OHNE Kompromisse

«Ein Kind sollte Konflikte selbst lösen dürfen»

Der **Psychologe Fabian Grolimund** sagt, die Grundsteine für ein soziales Verhalten würden schon früh gelegt. Daher gelte es besonders für Eltern, ein solches vorzuleben. *Interview: Yvonne Kiefer-Glomme*

Herr Grolimund, wir Eltern wünschen uns, dass sich unsere Kinder zu sozialkompetenten Menschen entwickeln. Wie wichtig ist dabei unsere Vorbildfunktion?

Kinder machen das, was wir tun. Die Eltern sind daher in vielen Dingen Modell: Kinder beobachten genau, wie sich diese gegenüber ihnen oder dem Partner verhalten oder wie sie mit Konflikten in der Familie umgehen. Dies ist für Kinder prägender als alle Regeln, die zu Hause gesetzt werden. Das heisst, als Eltern können wir uns bewusst machen, was uns wichtig ist, und diese Punkte – wie etwa Empathie oder den respektvollen Umgang mit anderen – vorleben. Das muss nicht perfekt sein, aber Eltern sollten sich bewusst machen, was sie vorleben und wie sie sich im Alltag in der Interaktion mit ihrem Kind verhalten.

Zur Vorbildfunktion gehört auch der richtige Umgang mit dem Kind in schwierigen Situationen wie etwa bei Wutausbrüchen. Was empfehlen Sie Müttern und Vätern?

Gerade bei Wutausbrüchen des Kindes sieht man oft, wie Eltern etwas anderes vorleben als das, was sie zum Kind sagen. Etwa wenn sie es mit den Worten anschreien: «Jetzt komm mal runter!» Kinder können sich nicht beruhigen, wenn man als Elternteil laut, schnell und gestresst auf sie einredet – sie nehmen diese Stimmung in sich auf. Gerade bei Wut können wir die Gelegenheit

beim Schopf packen und dem Kind dabei helfen, das Gefühl zu benennen und einzuordnen: «Du bist gerade richtig wütend.» Um dann gemeinsam hinter die Wut zu blicken: «Was hat dich so geärgert?» Dabei kann ich als Eltern meine Grenzen aufzeigen und gleichzeitig interessiert bleiben: «Hör auf, mich zu beschimpfen – und jetzt möchte ich gerne wissen, was dich so ärgert.» Für mich gehört zur Vorbildfunktion in diesem Bereich, dass man das Gefühl der Wut zulassen kann und einen konstruktiven Umgang damit findet. Viele von uns haben damit aber Schwierigkeiten, weil wir selbst unseren Ärger nicht zulassen können oder von unserer Wut überschwemmt werden und dann destruktiv handeln.

Was können Eltern tun, wenn sich ihr Kind in seinem Sozialverhalten auffällig zeigt?

Zunächst sollten wir uns anschauen, wie die Situation zum Verhalten des Kindes beiträgt. Vielleicht wird es gemobbt? Oder es erlebt in der Schule einen Misserfolg nach dem anderen, ist überfordert und steht dauernd unter Druck? Dann braucht es eine gute Zusammenarbeit mit der Schule und viel Verständnis für das Kind, um die Schwierigkeiten anzugehen. Dabei können wir auch an den Kompetenzen des Kindes arbeiten. Wir können eine schwierige Situation nachbesprechen und uns gemeinsam mit

dem Kind überlegen, wie es bei einer ähnlichen Situation in Zukunft reagieren möchte.

Wie sollten Eltern dabei am besten vorgehen?

Wird einem als Elternteil von der Schule zurückgemeldet, dass das Kind kein gutes Sozialverhalten zeigt, Regeln übertritt oder gemein zu anderen Kindern ist, wirkt das rasch bedrohlich. Man schämt sich vielleicht und reagiert entsprechend impulsiv oder aggressiv, indem man vom Kind verlangt, dass es sich sofort besser benimmt, oder schimpft lediglich mit ihm. Hilfreich wäre jedoch, diese erste Reaktion herunterzuschlucken und kurz nachzudenken, bevor man mit dem Kind spricht. Ein Beispiel: In der ersten Klasse rief mich die Lehrerin meines Sohnes an und meinte, dass er und sein bester Freund gemein zu drei anderen Kindern gewesen seien. Natürlich war ich im ersten Moment wütend. Es war mir auch unangenehm. In solchen Situationen ist es hilfreich, wenn man sich fragt: Was kann mein Kind aus diesem Problem lernen? Und was braucht es dazu von uns Eltern? Wenn ich möchte, dass mein Kind Empathie entwickelt, muss ich das vorleben.

Was haben Sie Ihrem Sohn gesagt, als er nach Hause kam?

Dass seine Lehrerin mich angerufen hätte. Er wurde sofort rot – es war ihm peinlich und er wollte sich in

Ausflüchte retten. Ich bin dann mit ihm spazieren gegangen und habe ihm erzählt, dass meine Freunde und ich damals in seinem Alter einen Klassenkameraden gemobbt haben. Wir haben darüber geredet, dass ich deswegen heute noch Schuldgefühle habe. Er hörte gespannt zu und fand es sehr schade, dass ich mich damals so benommen habe, und war dann bereit, darüber zu sprechen, warum man sich manchmal dazu verleiten lässt, gemein zu anderen zu sein – und was das für Folgen haben kann. Mit grossem Ernst haben er und sein Freund Entschuldigungsbriefe geschrieben und sich in den nächsten Wochen einiges überlegt, um die Beziehungen zu reparieren.

Mit welchen Rückmeldungen können Eltern ihr Kind dabei unterstützen, sich sozialkompetent zu verhalten?

Wir können unsere Kinder immer wieder auf die Folgen ihres Verhaltens hinweisen und etwas sagen wie: «Hast du gemerkt, wie sehr sich deine kleine Schwester gefreut hat, als du sie gefragt hast, ob sie mitspielen will?» Dabei lernen Kinder im Allgemeinen schneller, wenn man sie auf erfreuliche Beispiele hinweist, anstatt sie dauernd bei «Fehlern» zu kritisieren. Darüber hinaus sollten Eltern ihren Kindern ermöglichen, viel Zeit mit anderen Kin-

dern zu verbringen. Denn Sozialverhalten für Gruppen lässt sich nur in solchen üben. Währenddessen sollten sich die Eltern zurücknehmen und nur eingreifen, wenn sich der Nachwuchs überfordert fühlt. Ein Kind sollte alleine Erfahrungen sammeln dürfen, wie es etwa Konflikte konstruktiv lösen kann. Es benötigt Raum, um Verhaltensweisen auszuprobieren und deren Wirkung zu testen. So kann ein Kind lernen, wie eine Gruppe funktioniert und wann es sich anpassen oder durchsetzen sollte. Um dies aktiv zu üben, benötigt das Kind ausreichend unstrukturierte, unverplante Zeit.

Wie entwickeln Kinder Verantwortungsgefühl?

Wenn Eltern ihre Kinder in Tätigkeiten wie Kochen, Gartenarbeit oder Reparaturen einbeziehen, entwickeln diese ein Gefühl dafür, einen Beitrag für die Gemeinschaft zu leisten. Auch durch den Umgang mit einem Haustier oder durch eine ehrenamtliche Tätigkeit, etwa im Rahmen eines Kinderferienprogramms oder einer wohltätigen Organisation, können Kinder lernen, Verantwortung zu übernehmen. Wie Studien belegen, zeigen Kinder, die eine Stunde pro Woche gemeinnützige Arbeit leisten, bereits weniger Risikoverhalten, mehr Ver-

«Kinder sollten dazu angeleitet werden, sich in einer Gruppe so zu verhalten, dass alle gewinnen können.»

antwortungsgefühl und prosoziales Verhalten und entwickeln ein grösseres Selbstbewusstsein und Selbstwertgefühl.

Worauf kommt es also an?

Die Kunst bleibt, Kinder zu starken Persönlichkeiten zu erziehen, die sich dennoch flexibel auf ihr Umfeld einstellen und sich in dieses integrieren können. Kinder sollten von den Erwachsenen dazu angeleitet werden, sich in einer Gruppe so zu verhalten, dass alle gewinnen können.



Zur Person

Fabian Grolimund ist Psychologe und leitet zusammen mit Stefanie Rietzler die Akademie für Lerncoaching in Zürich. Er ist Buchautor («Jaron auf den Spuren des Glücks»), «Geborgen, mutig, frei – wie Kinder zu innerer Stärke finden», «Lotte, träumst du schon wieder?») und Vater einer Tochter, 7, und eines Sohnes, 9. Fabian Grolimund lebt mit seiner Familie in Freiburg.



Im nächsten Heft:

Eigenverantwortung

Wann ist ein Kind bereit, eine Aufgabe ohne unsere Hilfe zu übernehmen? Woran erkennt man diese Bereitschaft zur Eigenverantwortung? Und wie finden Eltern die richtige Balance zwischen Fürsorge und Loslassen? Unser Dossierthema im September.