

Thomas Niggli
Mühlebachstr. 46
8008 Zürich

www.thomas-niggli.ch

Schulängste - Schulschwierigkeiten

Einleitung

Während meiner Zeit als Sonderschullehrer habe ich immer wieder erlebt, wie Eltern, deren Kinder mit Schulschwierigkeiten zu kämpfen haben, aus verschiedensten Gründen sehr hohen Belastungen ausgesetzt sind. Von guten Ratschlägen und unterschwelligem Vorwürfen sind sie übersättigt und in der pädagogischen Literatur nehmen sie nur noch wahr, was sie falsch machen.

Ich hoffe, dass Sie in den folgenden Zeilen neue Standpunkte (Aspekte) kennen lernen, durch welche Sie sich ermutigen lassen, aktiv zu bleiben oder wieder aktiv zu werden.

Erziehungsstile werden von uns übernommen

Wir Erwachsene sind durch unsere Erziehung ein Stück weit geprägt. Wir verfügen über Kindheitserfahrungen, an welchen wir uns selbst im Erwachsenenalter orientieren. Zwar setzen wir im Laufe der Zeit da und dort andere Prioritäten, im Allgemeinen aber halten wir an den in der Kindheit erworbenen Werten fest. Wir sind davon überzeugt, dass das, was für uns gut war, auch für unsere Nachkommen richtig sein wird. Aus diesem Grunde werden Diskussionen über Erziehung und Schule mit soviel Leidenschaft und Vehemenz geführt. Wenn unser Erziehungsverhalten von Aussenstehenden kritisiert wird, fühlen wir uns oft in unserer Persönlichkeit verletzt. Dabei geht es nur darum, im Recht zu bleiben, denn wer zeigt sich schon bereit, seine bis anhin bewährten Wertvorstellungen und Handlungen einfach in Frage zu stellen? Da braucht es schon triftige Gründe, denn Neues bringt zuerst einmal Unsicherheit (Orientierungslosigkeit) mit sich.

Kinder haben aber die Fähigkeit, unsere Grundsätze und moralischen Werte immer wieder gründlich ins Wanken zu bringen, was manchmal schrecklich nervt.

Grundsätze beruhen auf einer Einstellung

Jedem erzieherischen Handeln (Intervention) liegen persönliche, meist unbewusste Interessen und moralische Vorstellungen zu Grunde. Auch ich habe mir über meine Einstellung im Hinblick auf Erziehungsfragen Gedanken gemacht und vertrete folgende Grundsätze (meine Tochter würde Ihnen aber sicher verraten, dass ich des öfters von meinen Grundsätzen abweiche):

Jeder hat das Recht, seine Würde zu behalten.

Eltern müssen sich in Eltern-, Arzt- oder Beratungsgesprächen nicht verteidigen. Wer sich Informationen oder Rat holt, darf nicht kritisiert werden.

Eltern versuchen ihren Möglichkeiten entsprechend das Beste für ihre Kinder zu machen.

Niemand hat das Recht, die Einstellung (Erfahrung), welche Sie seit Ihrer Geburt erworben haben, zu verurteilen (für Ihre Handlungen übernehmen jedoch Sie die Verantwortung).

Prinzipiell spreche ich von bewährten- oder nicht bewährten-, und nicht von richtigen- oder falschen-, Erziehungsmethoden.

Die meisten unserer moralischen Werte gelten lediglich für das hier und jetzt. Was gestern wichtig war, kann heute bedeutungslos und morgen sogar falsch sein. Es ist verständlich, dass wir uns an der "Normalität" orientieren: Normal ist aber unter anderem, was häufig vorkommt, und nicht, was gut oder schlecht ist.

Kinder sind neugierig und wollen das Leben erforschen.

Kinder wissen (spüren), wann sie wieder für Neues empfänglich sind. Sie können nicht zu einem Entwicklungsschritt gezwungen werden. Im Allgemeinen schöpfen die Kinder ihre Möglichkeiten aus.

Wenn Kinder können, dann wollen sie auch.

Häufig sagen wir: "Er könnte schon, wenn er will". Nicht wollen kann mit einem Vermeidungsverhalten zu tun haben. Wenn ein Kind merkt, dass es eine erwartete Leistung nicht bringen kann, versucht es der Situation durch Einwände auszuweichen, um sich nicht bloss zu stellen.

Was ist Angst

Es gibt viele Formen von Angst, welche jedoch die folgenden Gemeinsamkeiten haben:

1. Angst ist die Folge einer Wahrnehmung (Sie denken z.B. an eine bevorstehende Prüfung und spüren eine Verunsicherung),
2. Angst ist ein unangenehmer Gefühlszustand
3. Angst breitet sich bei bedrohlichen Ereignissen mit unterschiedlicher Stärke aus.
4. Situationen oder Gedanken, welche Angst auslösen, werden von allen Menschen unterschiedlich wahrgenommen und bewertet.

Jeder Mensch ist mit dem Angstgefühl vertraut. Angst erfüllt eine lebenswichtige Schutzfunktion. Sie warnt uns vor gefährlichen Handlungen; ohne sie würde kaum ein Kind das Erwachsenenalter erreichen!

Wenn ich im Folgenden von Angst bzw. Schulangst spreche, dann meine ich eine solche Stärke (Intensität) des Angstgefühls, dass die ängstliche Person wichtige Alltagsaktivitäten nicht mehr ausführen will.

Es gibt verschiedene Auffassungen, warum gewisse Menschen Angstgefühle intensiver erleben als andere. Ein Erklärungsansatz ist der des Selbstwertgefühls.

Das Selbstwertgefühl

Das Selbstwertgefühl ist mit einem Gefäß zu vergleichen, welches die persönlichen Fähigkeiten und guten Erlebnisse enthält, die jeder Mensch besitzt. Wenn wir uns diesen Gefässinhalt vergegenwärtigen, bekommen wir Selbstvertrauen. Ängstliche Menschen lassen sich rascher verunsichern; sie haben weniger Selbstvertrauen, sie orientieren sich nicht am Gefässinhalt, sondern an ihren "ewigen" Misserfolgen. Erfolg schreiben sie vorwiegend dem Zufall, und nicht ihrer Eigenleistung zu.

Ein Schüler wird in den Turnstunden immer als letzter in eine Mannschaft gewählt, weil er nicht sportlich ist. Ihm hilft der Applaus, wenn er als Torwart einen Elfmeter hält, nicht viel.

Er denkt sich, dass er ausgesprochenes Glück gehabt hat. Turnstunden werden für ihn weiterhin mit unangenehmen (selbstabwertenden) Gefühlen verbunden sein.

Schulangst - Leistungsangst – Sozialangst

Mit Schulängsten bezeichne ich jene Ängste, welche mit schulischen Situationen in Zusammenhang stehen. Schulängste treten nicht nur in der Schule oder im Hausaufgabenstress auf. Wenn Kinder in ihrer Freizeit durch bestimmte Aktivitäten oder Äusserungen von Bezugspersonen an Schulsituationen erinnert werden, können die gleichen Anzeichen (Symptome) wie im Schulalltag auftreten.

Im Erwachsenenalter wird z.B. Platzangst, Tunnelangst oder Schlangenangst als existentiell bedrohlich erlebt. Für Aussenstehende ist dieses Gefühl und das daraus ersichtliche Verhalten unverständlich, da sie für eine solche Gefühlsreaktion keine rationellen Gründe sehen (und kennen). Sie bezeichnen ein solches Verhalten als nicht normal. Genau so erleben Kinder die Schulangst. Oft sind diese Ängste für uns nicht nachvollziehbar und haben vielleicht mit den eigentlichen Schulstunden gar nichts zu tun (Probleme auf dem Schulweg, Machtkämpfe um Freundschaften, Erpressungen auf dem Pausenplatz usw.).

Schulängste sind meiner Ansicht nach mit Leistungsängsten verbunden, weil wir in der Schule nach Leistungen bewertet werden. Leistungsangst ist die Besorgtheit auf eine Leistungsanforderung, welcher das Kind nicht nachkommen kann. Eine solche Situation wird als selbstwertbedrohlich eingeschätzt. Es geht dabei nicht nur um die persönlich vollbrachte Leistung, sondern um den Leistungsvergleich mit anderen Schülern oder Normen. Deswegen kann man auch von Sozialängsten sprechen. Leistungsängste sind mit Konkurrenzsituationen verbunden. Die Lehrperson lässt Klassenkameraden zu Konkurrenten werden. Spielgefährte und Freunde werden zu Vorbildern, an welchen sich schwächere Schüler ein Beispiel nehmen müssen. So werden Leistungsängste allgegenwärtig.

Kinder haben ein viel kleineres soziales Umfeld als wir Erwachsene und sind ihm auch entsprechend mehr ausgeliefert. Wir verfügen über eine grössere Lebenserfahrung, aus welcher wir gelernt haben, selbstentwertenden Situationen auszuweichen. Kindern ist dies oft vorbehalten. Sie haben sich mit ihren Bezugspersonen gezwungenermassen so intensiv auseinandergesetzt, dass sie selbst unausgesprochene Erwartungshaltungen spüren. Sie möchten uns keinesfalls enttäuschen, da sie auf uns bzw. unsere Anerkennung angewiesen sind. Sie wollen uns beweisen, dass sie etwas können, dass sie Persönlichkeiten sind.

Wir alle wünschen uns doch sehnlichst, dass unsere Kinder gute Schüler werden. Wir belohnen sie mit Lob, mit Zärtlichkeit oder materiellen Zuwendungen, wenn sie gute Leistungen bringen. Das Kind lernt, dass es sich lohnt, ein guter Schüler zu sein. Kann die dafür notwendige Leistung aus irgendeinem Grund nicht erbracht werden, bangen sie um Anerkennung. - Lieben sie mich auch, wenn ich sie enttäusche?

Schulängste können weder mit Überredungskunst noch andauerndem Üben abgebaut werden:

1. Wenn sich ein Kind zu etwas überreden lässt, macht es jemandem eine Gefälligkeit. Die eigenen Bedürfnisse treten dabei in den Hintergrund. Es gibt nach (es kann sich nicht durchsetzen). Wenn es Lob erntet, dann wird nicht die Leistung, sondern das Nachgeben belohnt (oder wir loben unser eigenes Durchhaltevermögen).

2. Üben ist nur dann sinnvoll, wenn man das, was man üben muss, schon verstanden hat. Wenn durch Üben keine Verbesserung eintritt, lernt das Kind höchstens, wie dumm es ist!

In der Schulsituation treten unglücklicherweise verschiedene Faktoren, welche die Unsicherheit unterstützen, gleichzeitig oder in kurzer Abfolge auf. Ich denke hier z.B. an das Eintreffen von unvorhersehbaren Situationen (Schulbesuch), "geplanten" Ueberraschungssituationen (unangekündigte Prüfungen), unklaren Arbeitsanweisungen, Leistungsvergleichen (Bewertungen) oder Erwartungshaltungen (Eltern- oder Lehrerkommentar).

Um sich nicht bloss zu stellen, werden Kinder unglaublich kreativ. Zuerst suchen sie nach Ausreden. Wenn Ausreden nicht zum Ziel führen, produzieren sie die vielfältigsten Störungen. Sie zeigen sich müde, stehen nicht auf, werden unselbständig, haben keinen Appetit, leben in ihren Tagträumen, verlieren das Zeitgefühl, haben häufig Bauch- oder Kopfschmerzen, fühlen sich unwohl, werden weinerlich, verletzen sich häufig oder können nicht einschlafen. Die Auswahl von Vermeidungsstrategien ist unerschöpflich. Sie lehnen Verantwortung ab und zeigen sich unfähig, Entscheidungen zu treffen. In der Verweigerung finden sie schlussendlich eine Notlösung höchsten Grades, denn nur wer nichts macht, macht auch nichts falsch!

Wie können wir mit den Schulängsten unserer Kinder umgehen?

Wenn Kinder Probleme haben, fühlen sich Eltern oft verunsichert oder sind enttäuscht, weil ihre gut gemeinten Vorschläge nicht zum erwünschten Erfolg führen. Auf viele Situationen ist man einfach nicht vorbereitet. Vielleicht hilft es Ihnen, wenn Sie sich zu den folgenden Punkten Gedanken machen:

-Ich weiss, dass es viele Kinder gibt, welche unter Schulängsten leiden. Mein Kind ist nicht allein davon betroffen. **Ich darf darüber sprechen.**

-Ich bin eine äusserst wichtige Bezugsperson zu meinem Kind. Meine Beobachtungen und Vermutungen können Fachpersonen wichtige Hinweise geben. **Ich leiste wertvolle Vermittlungsarbeit.**

-Ich muss herausfinden, ob meine Sorge überhaupt angebracht ist. Gewisse Entwicklungsstufen sind mit Angstreaktionen verbunden. **Ich darf mich bei Fachpersonen erkundigen.**

-Wenn mein Kind über körperliche Beschwerden (Kopf- Bauch- Gelenkschmerzen, Appetitlosigkeit, Schlafstörungen, Einnässen usw.) klagt, werde ich es zuerst vom Hausarzt untersuchen lassen. **Ich darf mir im Zweifelsfalle eine zweite Meinung einholen.**

-Wenn ich an einem Punkt angelangt bin, wo es einfach nicht mehr weiter geht, **darf ich Hilfe beanspruchen.** Ich kann mich z.B. an den Schulpsychologischen Dienst in meiner Schulgemeinde melden.

Haben Sie sich schon gefragt, warum bei allen anderen die Kinder ausnahmslos durchschlafen, immer anständig sind, einen gesunden Appetit haben, ihre Freizeit mit Lesen und sportlichen Aktivitäten verbringen, gerne zur Schule gehen und sicher nie Drogenprobleme haben werden?

Setzen Sie sich über Erziehungslegenden hinweg, bleiben Sie aktiv, handeln Sie, denn Sie kennen Ihr Kind am besten!