

Leserbrief zum Artikel „Schulangst“ Januar 2008

Mit großem Interesse habe ich den Artikel über die Schulangst gelesen.
Ich arbeite am Bernard Lievegoed Institut mit Schulkindern und ihren Eltern.
Auch hier taucht das Problem Schulangst häufig auf.
Ein Aspekt in der Schilderung, den ich in der Praxis erlebe, hat mir allerdings gefehlt.
Ich stelle sehr häufig fest, dass bei vielen Kindern die Schulangst haben eine Lebenssinnschwäche vorliegt.

Der Lebens-, oder Vitalsinn, ist ja der Sinn der uns vermittelt, wie es uns körperlich geht. Ob wir müde sind, eine Pause brauchen, hungrig, satt oder durstig sind, ob wir viel oder wenig Kraft zur Verfügung haben. Eben alles was unser körperliches Befinden betrifft, Wohlgefühl und alle Abweichungen davon.
Lebenssinnschwächen entstehen oft dadurch, dass in der frühen Kindheit, in der der Lebenssinn sich ausbildet, Störungen vorliegen. Etwa weil das Kind von der Mutter getrennt sein muss wegen Krankheit, weil Allergien vorliegen oder ähnliches.

Wenn dieser Sinn gut ausgebildet ist, dann haben wir eine gute Wahrnehmung davon, wie es uns geht und können dafür Sorge tragen, dass es uns gut geht. Dann machen wir Pausen, wenn wir sie brauchen, essen, wenn wir hungrig sind usw.
Das erzeugt ein Gefühl von beheimatet sein, sich sicher und wohl fühlen im eigenen Leib.

Hat ein Kind dieses Wohlgefühl im eigenen Leib, hierzu gehören natürlich auch die anderen basalen Sinne, dann ist es in der Lage, sicher und selbstbewusst im Leben zu stehen.

Dann kann es sich gut in Gemeinschaften einfügen, hat keine Angst vor Veränderungen, kann mit Kritik umgehen, kann sich für neues interessieren, kann aushalten Fehler zu machen, es kann üben. Denn sein grundsätzliches Wohlgefühl ist von alledem nicht zu beeinflussen.

Ein Kind mit Lebenssinnschwäche kennt dieses Wohlgefühl nicht oder nur bedingt.
Stellen sie sich vor, sie haben verschlafen, leichte Kopfschmerzen, können nicht frühstücken, verpassen den Bus, kommen zu spät ins Büro und ihr Chef empfängt sie damit, dass sie am vergangenen Tag einen Fehler gemacht haben.

Wie können sie mit dieser vielleicht auch wohlgemeinten Kritik umgehen?
Und wie können sie damit umgehen, wenn sie ausgeschlafen, gut gefrühstückt haben und rechtzeitig ins Büro kommen?

Ein Kind mit einer Lebenssinnschwäche fühlt sich häufig so wie in dem ersten Beispiel.

Es spürt nicht genug was es braucht und kann daher nicht gut für sein Wohlgefühl sorgen.

Da es sich so unwohl fühlt, mag es mit der Zeit auch nicht mehr in sich reinspüren in der Erwartung, doch kein Wohlgefühl vorzufinden.

Da diese Kinder keinen wirklichen Halt im eigenen Körper finden, suchen sie diesen oft außerhalb von sich. Sie lieben es, wenn Abläufe immer gleich bleiben, wenn die Gruppen in denen sie sind sich nicht verändern.

Alles Neue und Unbekannte ist für sie eine große Hürde, wenn sie diese schon nehmen müssen, dann muss es auch beim ersten Mal klappen, die Kraft scheint für ein Scheitern und noch einmal Probieren nicht zu reichen.

Es ist naheliegend, dass Kinder bei denen eine solche Schwäche zu Grunde liegt Schulangst entwickeln.

Beginnend damit, dass sie sich an eine große Gruppe Kinder gewöhnen müssen, was ihnen sehr schwer fällt. Dann müssen sie all die Bewegungen, die im Klassenzimmer stattfinden und die oft nicht nur geordnet ablaufen, aushalten. Sie müssen immer herausfinden, wenn der Lehrer etwas zur Klasse sagt, ob sie auch gemeint sind, oder nicht.

Es gibt häufig neue unbekannte Aufgaben, die nicht beim ersten Mal gelingen, das können sie schwer aushalten.

Wird eine Lebenssinnschwäche nicht erkannt und das Kind dementsprechend begleitet, dann folgt daraus oft nach ein bis zwei Schuljahren eine Schulangst.

Die Schulangst zeigt sich dann darin, dass die Kinder sich krank fühlen, Kopf- oder Bauchschmerzen haben, sehr blass sind, vor der Schule nichts essen können, in der Schule immer stiller werden, aus Angst etwas falsch zu machen. Und total erschöpft aus der Schule kommen, keine Bereitschaft haben zu üben oder Hausaufgaben zu machen, am Ende der Ferien Schulangst bekommen.

Es zeigt sich also dann etwas im Verhalten, was vorher noch leiblich war. Das Verhalten als Symptom, die Lebenssinnschwäche als Ursache.

Maßnahmen, die wir Eltern empfehlen und die diesen Kindern helfen sind:

Dass sie gut vorbereitet werden auf neue, unbekannte Situationen und in diesen vom Erwachsenen begleitet werden, länger meist, als andere Kinder.

Sie sollten viele Dinge erleben und tun, die prozesshaft sind, wie kochen, backen, handarbeiten, werken, Gartenarbeit, Tierpflege u.v.m.

Von den Eltern wird mir zurückgemeldet, dass die Kinder durch das Erleben und Gestalten dieser Art von Prozessen, das Vertrauen in Prozesse, die sie selbst machen müssen, wie Üben von Instrumenten, Rechenaufgaben usw. steigt.

Erklären hilft diesen Kindern nicht, sie brauchen ein tiefes Verständnis für ihre Sorgen und ein Mitgetragen werden vom Erwachsenen.

Wichtig ist natürlich auch, die Interessen des Kindes und auch des Erwachsenen heraus zu finden, um so ein individuelles Angebot zusammenstellen zu können.

Ich denke, wenn man Kindern mit Schulangst helfen will, muss man auf jeden Fall prüfen, ob eine Lebenssinnschwäche vorliegt.

Liegt diese vor, dann muss sie auf jeden Fall behandelt werden, sonst arbeitet man am Haus, aber nicht am Fundament, auf dem es steht und man kann sich fragen, wie lange die Reparatur am Haus hält, wenn das Fundament auf dem es steht wackelt.