

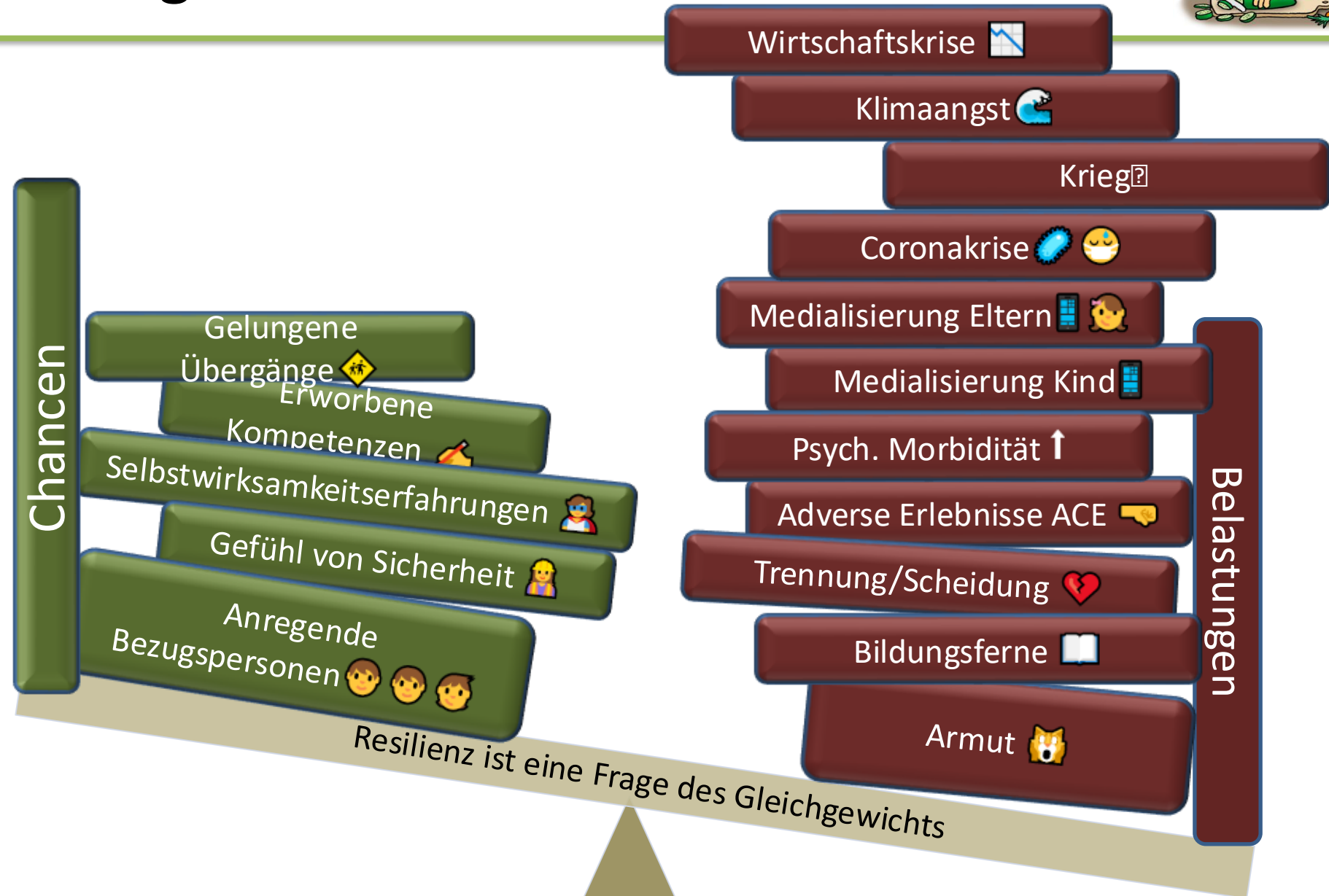


“Topfit für die Schule und stark für das
Leben”

Ein Eltern-Kind-Training zur
Schulvorbereitung mit “Startchancen”

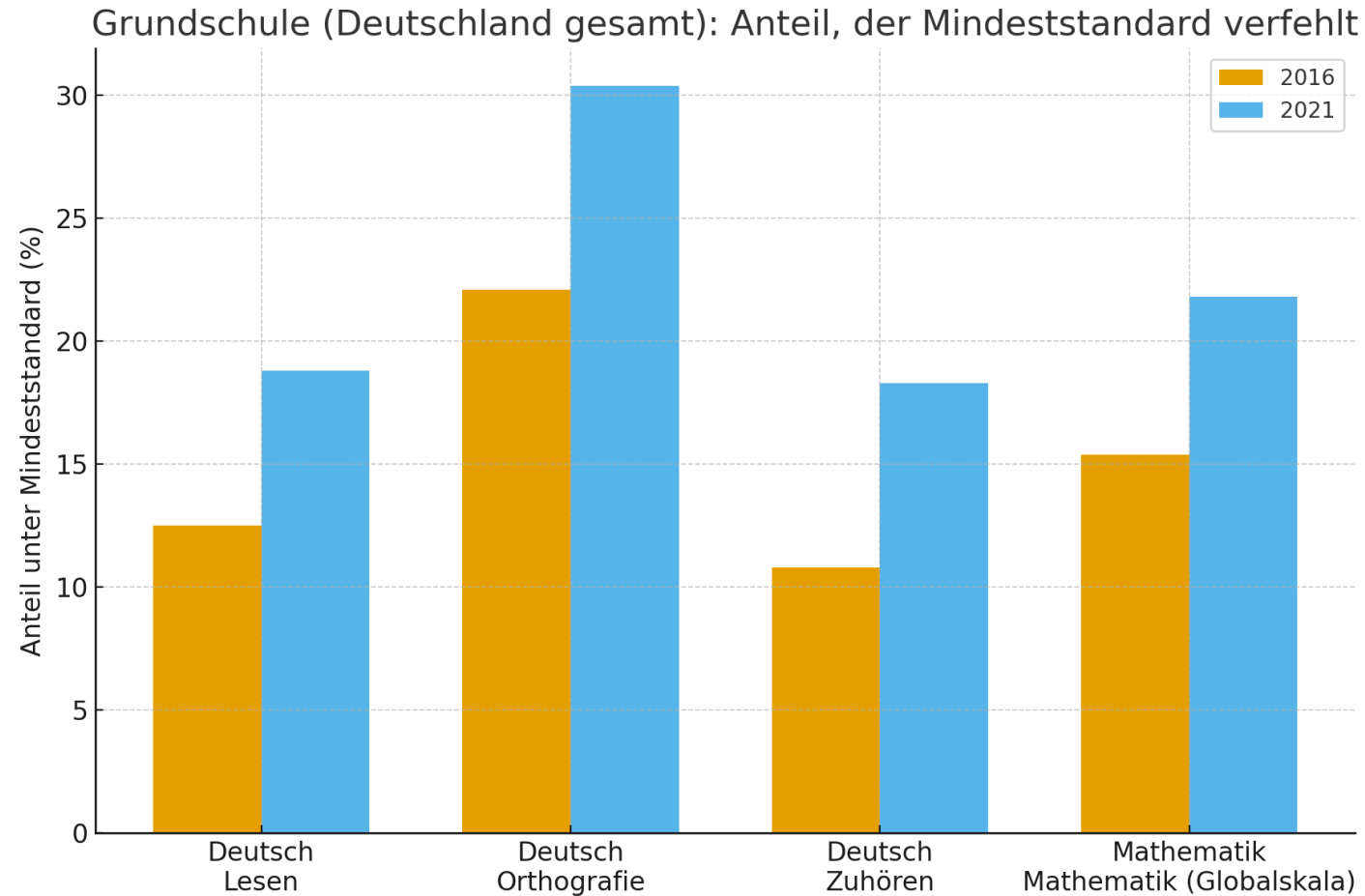
Dr. Rupert Dernick,
Kinder- und Jugendarzt

Die Belastungen von Kindern nehmen zu



Das Ergebnis:

weniger Kinder erwerben Kulturtechniken in der Grundschule

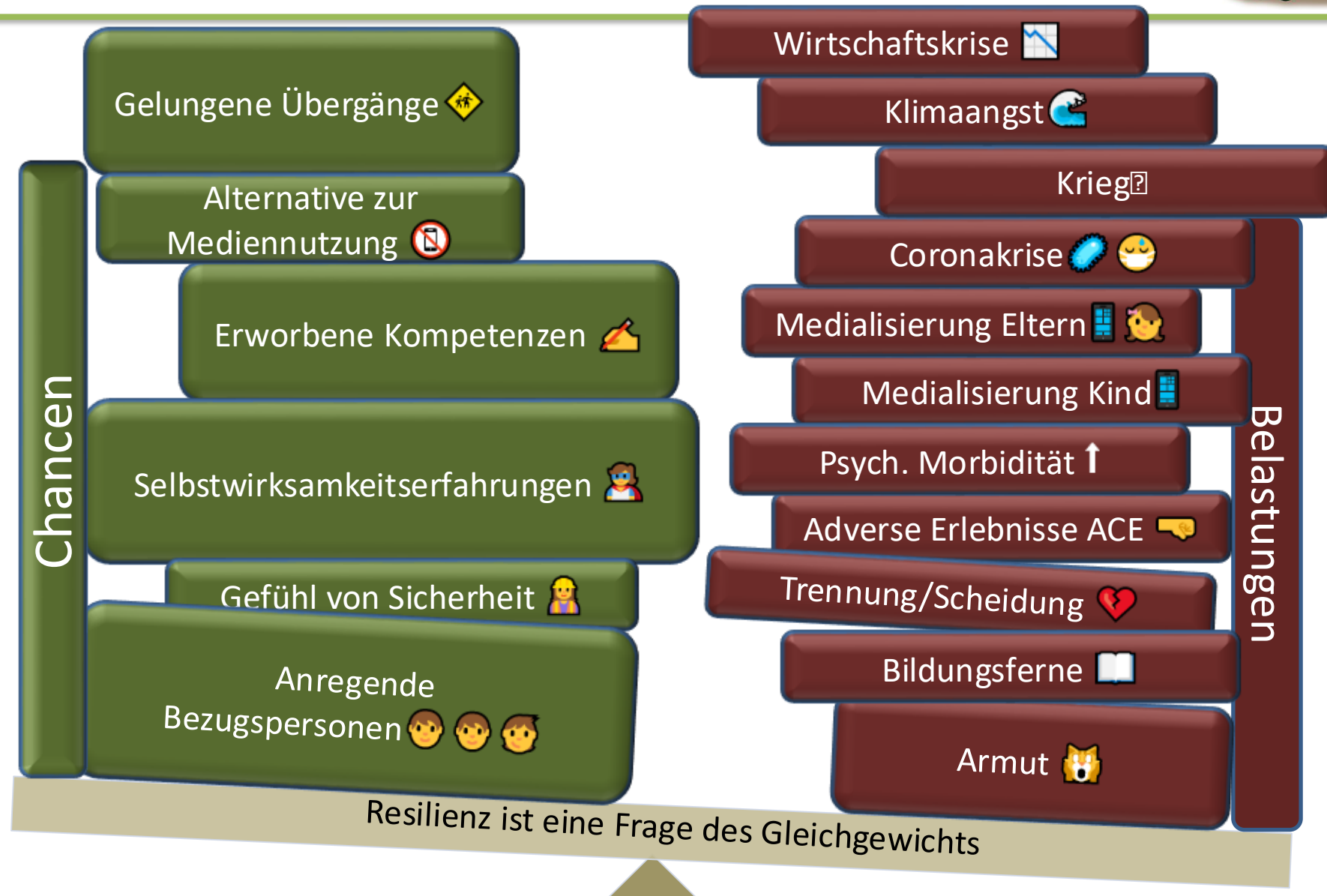


Quellen: (Grafik erstellt mit ChatGPT)

IQB-Bildungstrend 2016, Abbildungen mit Deutschland-Wert: Lesen (Abb. 5.1), Zuhören (Abb. 5.2), Orthografie (Abb. 5.3), Mathematik Mindeststandard (Abb. 5.14). [Pedocs+3Pedocs+3Pedocs+3](#)

IQB-Bildungstrend 2021, Handout zur Pressekonferenz: Lesen (Abb. 3.9), Zuhören (Abb. 3.10), Orthografie (Abb. 3.11), Mathematik (Abb. 3.17).

Die Idee: Schutzfaktoren stärken



Voraussetzungen für Gelingen:



- Einbeziehung der Eltern  und Nutzung vorhandener Kompetenzen    
- Geringer zeitlicher Aufwand für Eltern, aber
- Nachhaltige Wirkung über die Intervention hinaus 
- Beginn im (Brückenjahr) um negative Selbstattributionen  am Schulstart zu vermeiden
- Stärkung der Vorläuferfertigkeiten 
- Stärkung der Schutzfaktoren 
- Multilingual TR SA  und nicht bildungsabhängig

Gibt es die eierlegende Wollmilchsau?



JA! – das Eltern-Kind-Training in Kleingruppen
“Fit für die Schule und stark für das Leben“
zur Stärkung der schulischen
Vorläuferfertigkeiten und der Schutzfaktoren

Eltern-Kind-Training



„Fit für die Schule und stark für das Leben“

- 8 Eltern-Kind-Einheiten 
- Selbstverstärkende Inhalte 
- Alternative zu Mediennutzung 
- Nutzung von Alltagskompetenzen, die die Eltern beherrschen und weitergeben können    
- Training des „wie“ in der Weitergabe und Stärkung der Schutzfaktoren  

- Erwerb der Vorläuferfertigkeiten   
- Elternedukation 
- Evaluation 

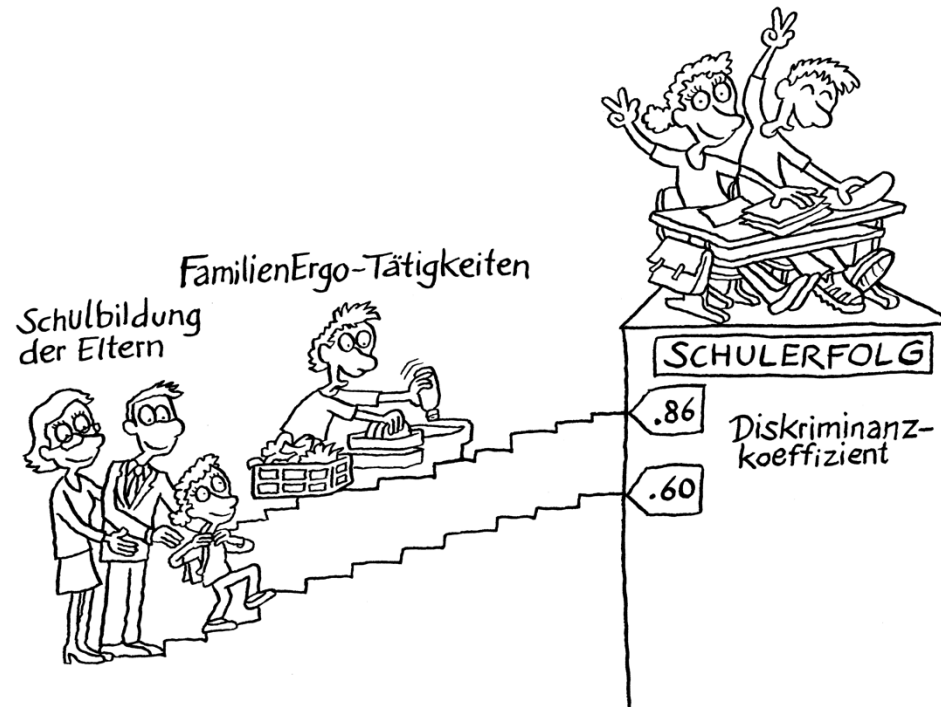
Wissenschaftliche Belege



Die Einbeziehung von Vorschulkindern in Alltagstätigkeiten

- verbessert die Einschätzung des gelungenen Schulstarts im Lehrerurteil (KiKa-Studie, n=250)
- Ist unabhängig von der elterlichen Bildung genauso einflussreich für den gelungenen Schulstart im Lehrerurteil (KiKa-Studie, n=250)
- Ist assoziiert mit besseren akademischen Leistungen, prosozialem Verhalten, stabileren Freundschaften und Lebenszufriedenheit in der 3. Klasse (Early Childhood longitudinal studies, n=9987)
- Ist assoziiert mit besseren akademischen Leistungen und mehr „Plan“ fürs Leben bei jungen Erwachsenen (Baumrind Longitudinalstudie, n= 84 über 20 Jahre)

KiKa Studie



Die KiKa-Studie (n=250) zeigte, dass Mithilfe im Haushalt (Familienergo®) ein mindestens genauso starker Prädiktor für den Schulerfolg im Lehrerurteil war wie die elterliche Schulbildung, aber nicht mit elterlicher Bildung korrelierte. Die Untergruppe von Eltern mit einem Schulabschluss von maximal Hauptschule, deren Kinder viele Alltagskompetenzen erworben hatten, profitierten davon überdurchschnittlich. Dernick, Rupert; Lange, Sabine; Esser, Günter (2009): Kindliche Kompetenz im Alltag (KiKA) und gelungener Schulstart. In: *Kinderärztliche Praxis* 80 (5), S. 350–357.

Early childhood longitudinal study (ECLS)

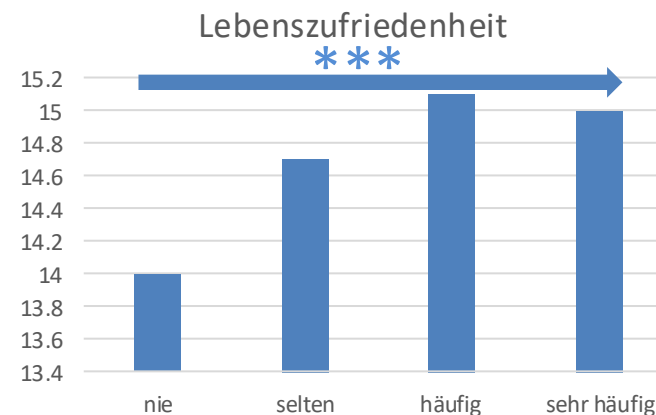
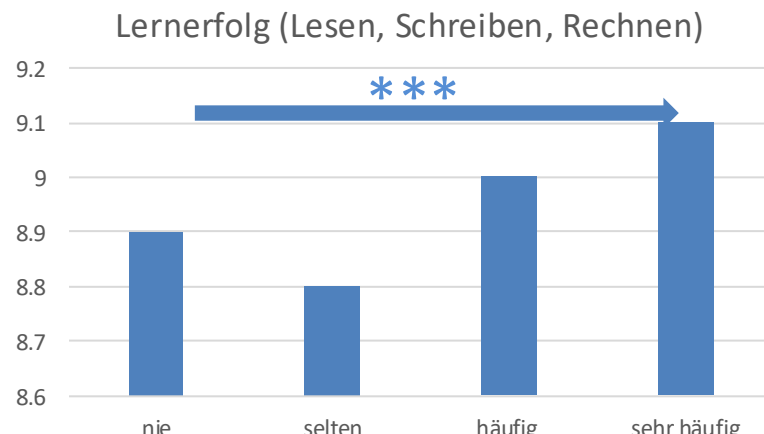
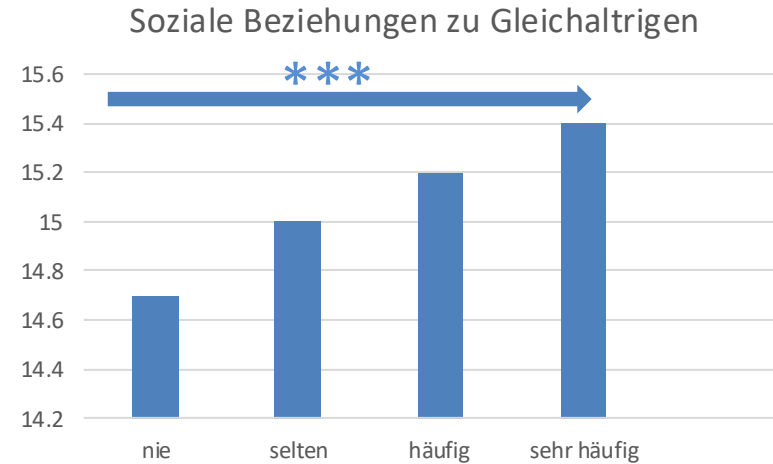
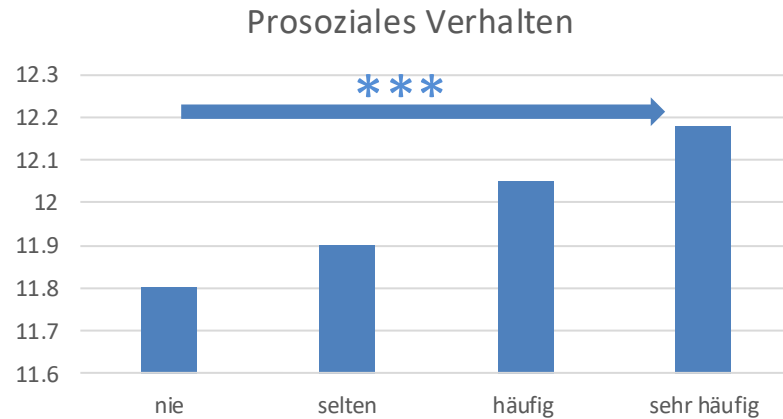


- Welchen Einfluss hat die Einbeziehung von 3-4-jährigen Kindern in Haushaltstätigkeiten auf die Schulleistungen und auf die Selbsteinschätzungen der Kinder in der 3. Klasse?
- 17.000 Teilnehmer über > 10 Jahre, knapp 10.000 Datensätze auswertbar

ECLS Selbsteinschätzung Kinder 3. Klasse

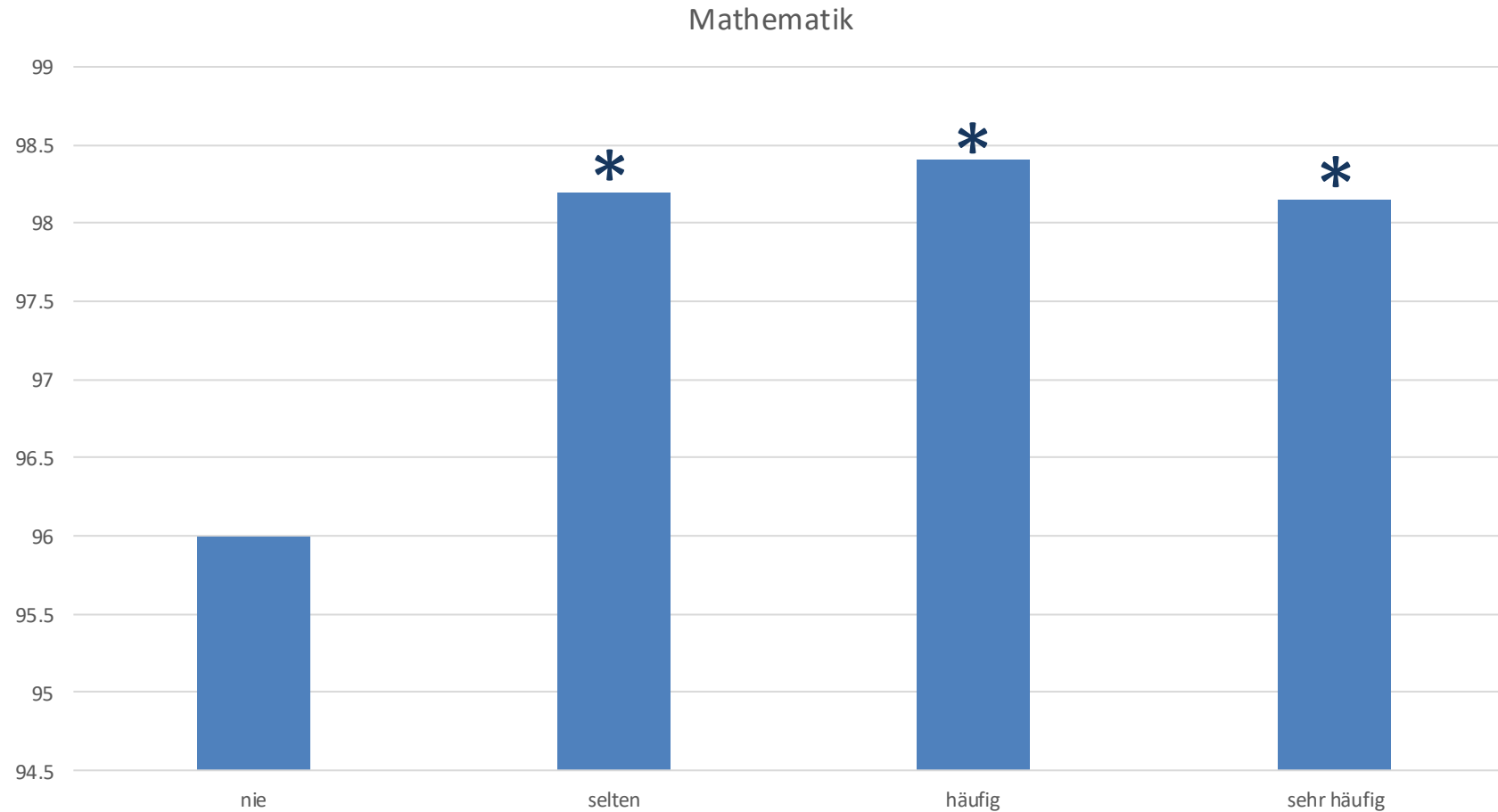


Zusammenhang mit Elternangaben bei Kita-Start mit 3-4 Jahren: Wie häufig hilft ihr Kind im Haushalt mit?



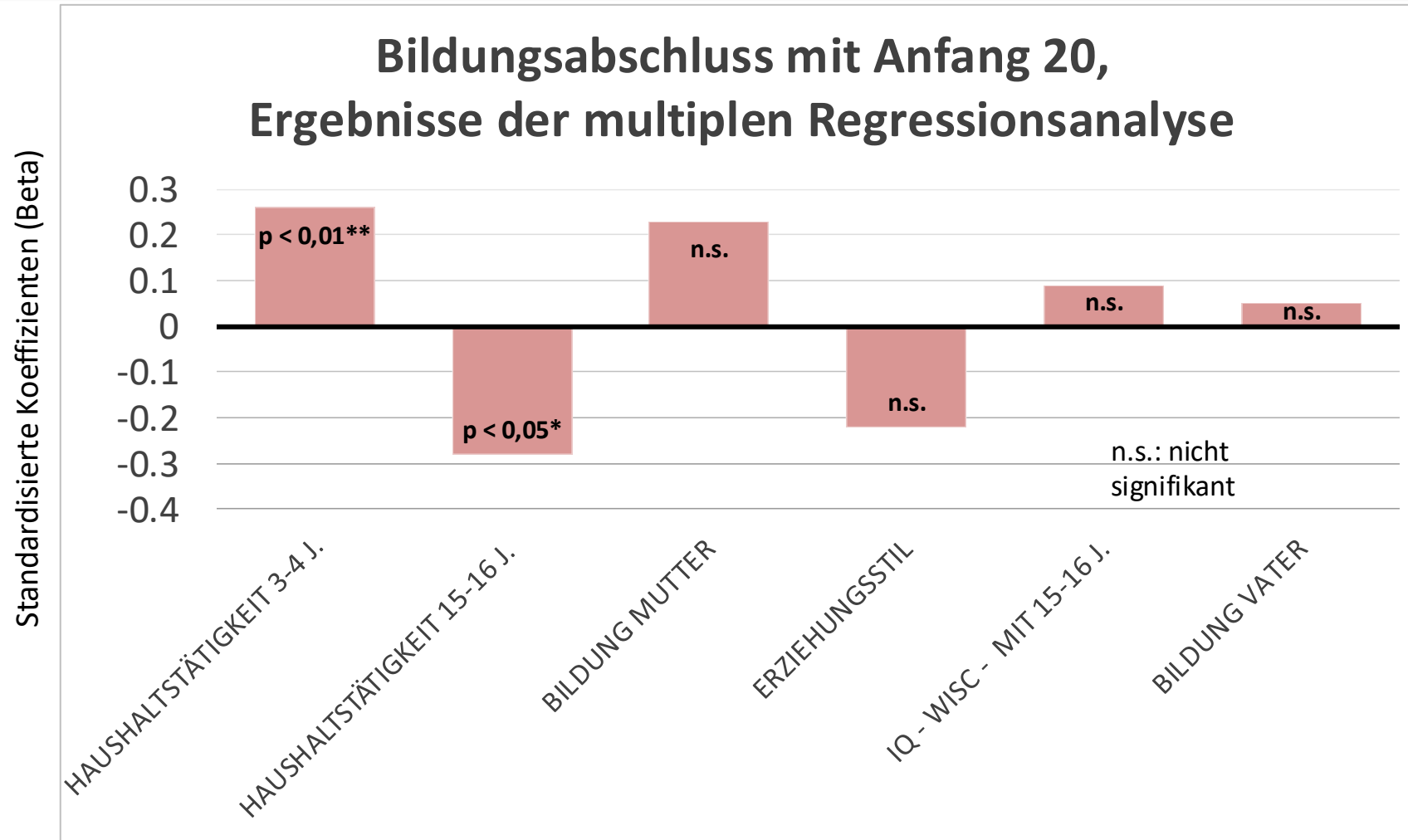
White E M et al (2018) Associations between Household Chores and Childhood Self-Competency <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30507727/> (Abstract)

ECLS Mathematik



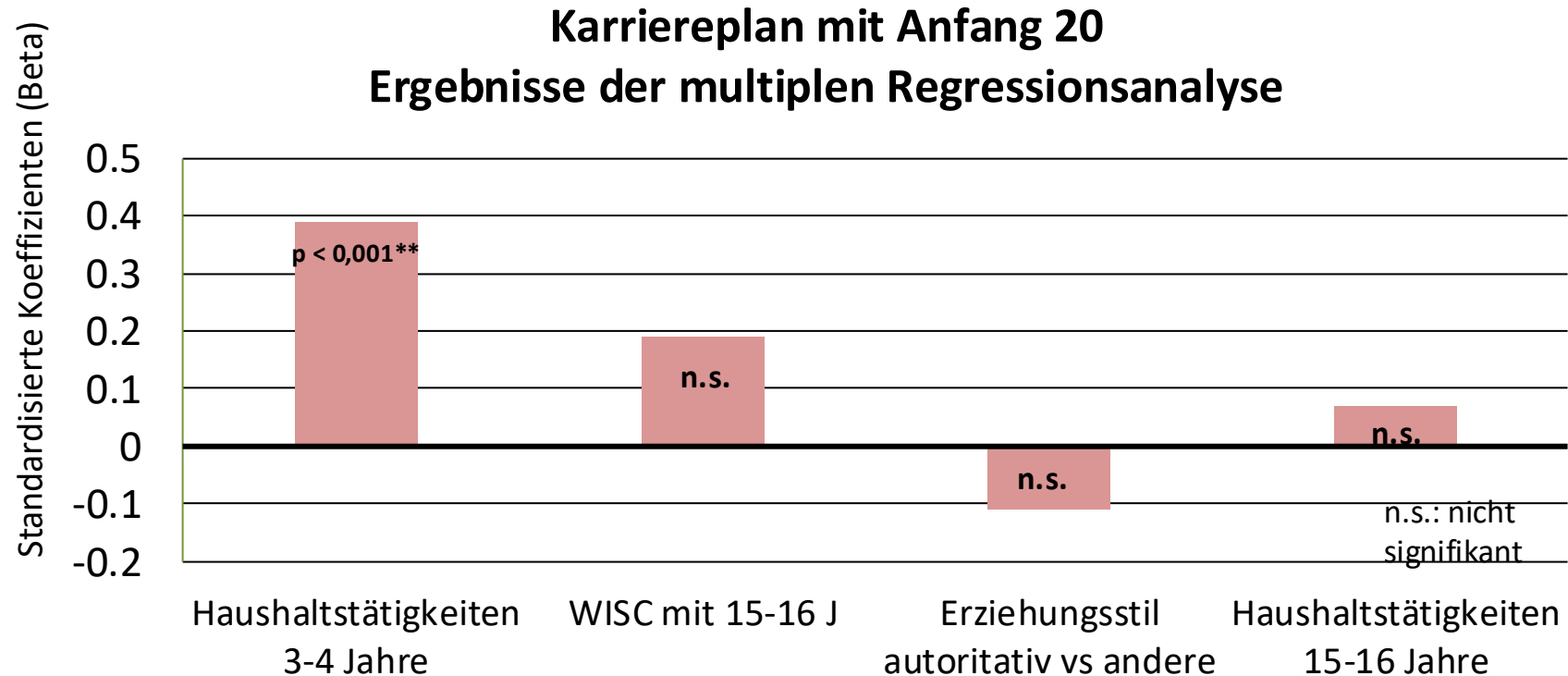
White E M et al (2018) Associations between Household Chores and Childhood Self-Competency <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30507727/> (Abstract)

Was ist mit erfolgreichem Bildungsabschluss assoziiert? Baumrind Longitudinalstudie



Rossmann (2000) Erziehung, Einbeziehung von Kindern in Haushaltstätigkeiten
und Outcome für junge Erwachsene - 20 Jahre Longitudinalstudie n=78

Was ist mit erfolgreichem Karriereplan assoziiert? Baumrind Longitudinalstudie



Rossmann (2000) Erziehung, Einbeziehung von Kindern in Haushaltstätigkeiten und Outcome für junge Erwachsene - 20 Jahre Longitudinalstudie n=78

Welche Schutzfaktoren werden durch den Eltern-Kind-Kurs gestärkt?



Schutzfaktoren, die im Kurs adressiert werden:

erwerbbarer Schutzfaktoren

Selbstbildbezogene Faktoren

realistischer Attribuierungsstil

aktivitätsbezogene (spezifische)

Selbstwirksamkeitserwartung

allgemeine Selbstwirksamkeitserwartung

internale Kontrollüberzeugungen

positives Selbstkonzept

familiäre Schutzfaktoren

stabile Bezugsperson ≥ 1

autoritativ-partizipativer Erziehungsstil

kognitive Fertigkeiten

Zielorientierung

Planungskompetenz

Problemlösefähigkeiten

sozioemotionale Fertigkeiten

positive soziale Beziehungen

Kommunikationsfähigkeit

Kooperationsfähigkeit

Verantwortungsübernahme

spezifische Bewältigungskompetenzen

aktives und flexibles

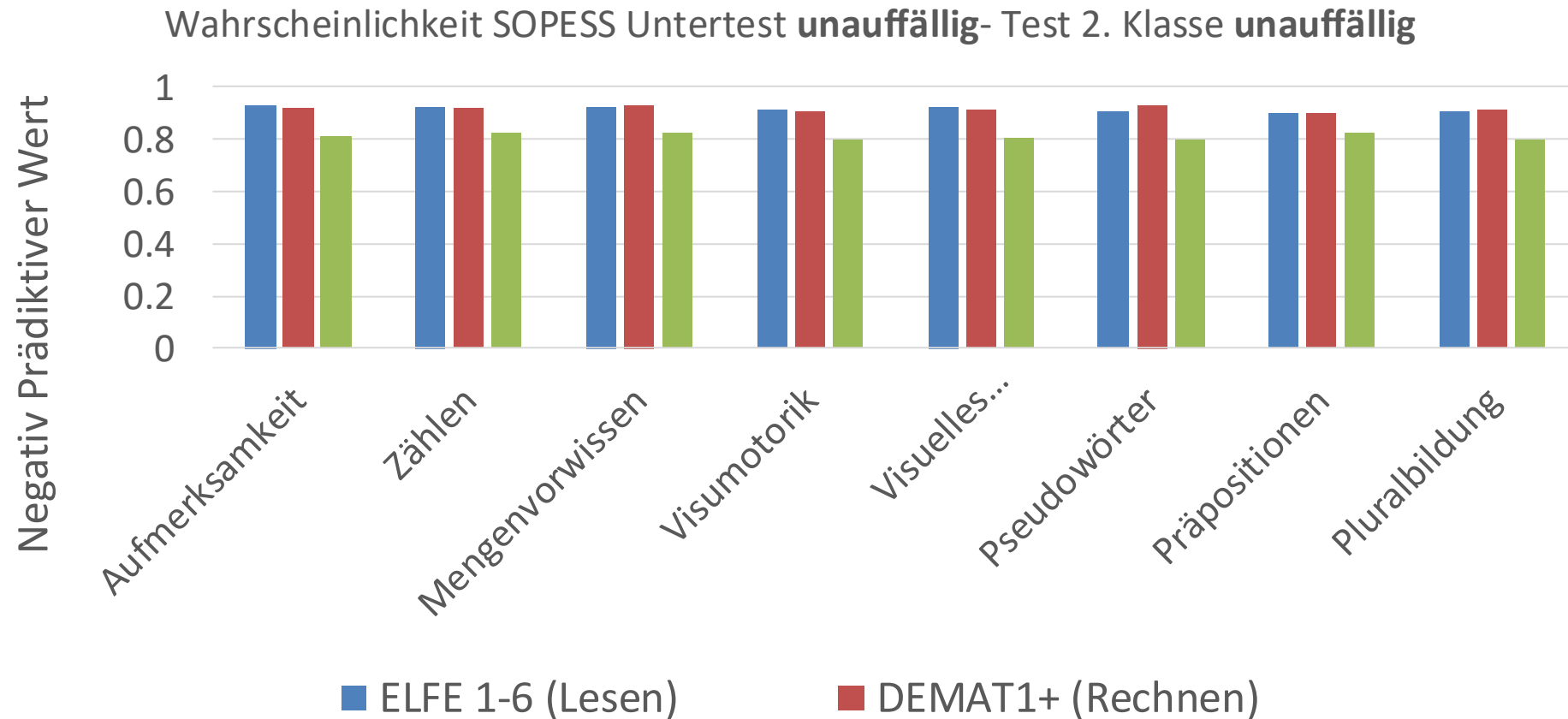
Bewältigungsverhalten

Kann man Schulerfolg vorhersagen durch Untersuchung der Vorläuferfertigkeiten?



- Umfangreiche Evaluation des SOPESS-Screenings (Sozialpädiatrisches Entwicklungsscreening für Schuleingangsuntersuchungen), das in den meisten Bundesländern angewandt wird durch Prof. Petermann et al
 - Sehr sichere Vorhersage des Schulerfolgs im Lesen, Schreiben, Rechnen
 - Das Risiko, Lesen, Schreiben, Rechnen in Klasse 3 nicht ausreichend erlernt zu haben steigt langsam exponentiell mit jedem Untertest von Vorläuferfertigkeiten, der unter PR20 oder gar unter PR10 absolviert wurde
- Je mehr Vorläuferfertigkeiten nicht sicher erworben wurden, desto mehr Probleme im Lesen, Schreiben, Rechnen in Klasse 3 auf bis zu > 50fachem Risiko für Kinder, die in allen 8 Tests < PR10 abgeschnitten hatten

Prognose des Lernerfolgs im Lesen, Schreiben, Rechnen durch SOPESS-Untertests

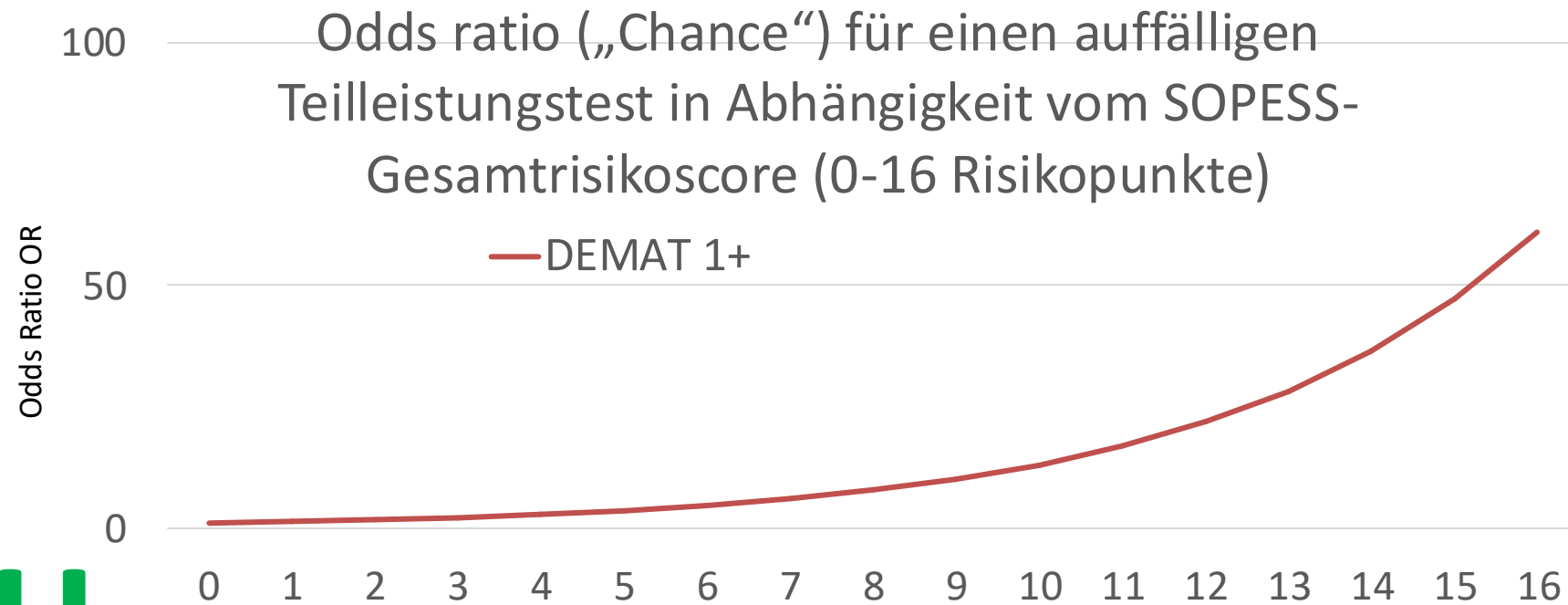


Signifikante Vorhersage von Teilleistungsschwächen durch SOPESS



SOPESS- Untertest	ELFE 1-6 (Lesen)	DEMAT1+ (Rechnen)	DERET1-2+ (Rechtschreiben)
Aufmerksamkeit	+	+	+
Zählen	+	+	+
Mengenvorwissen	+	+	+
Visumotorik	+	-	+
Visuelles Wahrnehmen	+	-	+
Pseudowörter (auditives Gedächtnis)	-	+	+
Präpositionen	-	-	+
Pluralbildung	-	-	-

Die „Chance“ auf Teilleistungsschwächen steigt exponentiell



H

Vorhersage von schulischen Lernstörungen durch SOPESS M. Daseking, F. Petermann, K. Simon, H.-C. Waldmann **DOI** <http://dx.doi.org/10.1055/s-0031-1286267> Gesundheitswesen 2011; 73: 650–659

Training der Vorläuferfertigkeiten SOPESS im FamilienErgo®-Kurs



SOPESS-Vorläuferfertigkeiten	Werden z.B. geübt durch Alltagstätigkeiten im Eltern-Kind-Kurs
Selektive Aufmerksamkeit	Einkaufen im Supermarkt
Zählen	Besteck/Teller abzählen beim Tischdecken, Socken zählen „wer hat die meisten?“
Mengenwissen	Mahlzeiten zubereiten und Tischdecken, Zahlenlernen beim Telefonieren, Bäckereinkauf
Visumotorik	Alleine Anziehen, Brot schmieren, Gurke schneiden,
Visuelle Wahrnehmung	Anziehen, Sockenpaare finden, Plätzchen ausstechen
Auditive Wahrnehmung	Miteinander im Gespräch sein trotz Störgeräuschen Supermarkt, Mixer. Telefonisch Nachrichten übermitteln
Differenzierte Sprache: Präpositionen und Pluralbildung	Socken finden; Tisch decken, Einkaufen, dabei aktives Wiederholen statt Korrektur – das Kind kann „länger-kürzer-davor-dahinter“ im Handeln begreifen

Demonstriert am Beispiel Pancakes backen aus dem **Video Schuleingangsuntersuchung**
<https://familienergo.de/shop/video-schuleingangsuntersuchung/>

Nachhaltige Wirkung durch den doppelten Lernkreislauf



Die neu entwickelten Verhaltensweisen von Eltern und Kindern verstetigen und verstärken sich gegenseitig über die Selbstwirksamkeitserfahrung im doppelten Lernkreislauf

Multilingualität – professionell und kultursensibel übersetzt



Englisch

Türkisch

Arabisch

Russisch

Alternative zur Mediennutzung



Wie können Kinder im digitalen Zeitalter gesund groß werden?

Die Initiative "Echt dabei" bildet Mediencoaches aus und empfiehlt FamilienErgo als Alternative zur Medienzeit www.echt-dabei.de

Ablauf Eltern-Kind-Kurs



Infoveranstaltung z.B. niedrigschwellig in der Kita

Kurs mit 7 Einheiten, à eine Zeitstunde mit 6-8 Familien



- Klatschbegrüßung, evtl. FamilienErgo-Song „Lass mich mal ran“
- Aktionsvorstellung (1-An- und Ausziehen, 2-Obst/Gemüse schneiden, 3-Tisch decken/abräumen, 4-Abwaschen/Abtrocknen, 5-Wäsche legen, 6-Einkaufen, 7-Telefonieren)
- Durchführung
- Information zum Schutzfaktor und vorschulischem Lernen für Eltern
- Lobrunde Eltern an Kind
- Feedback Leiter an Eltern
- Fragen klären
- Ausblick, Abschlussritual Klatschspiel

Nach 2-3 Wochen 8. Termin: Elterngruppengespräch zur (nachhaltigen) Umsetzung

Benötigte Ressourcen



- Kursmanual im Buch „Resilienzentwicklung im Vorschulalter“ (Dernick et al) erscheint Anfang 2026, ca. 50€.
- Ein Raum für 6-8 Kinder und 1-2 Elternteile je Kind, z.B. in der Kita oder Grundschule
- Eine Zeit, zu der Eltern und Kinder teilnehmen können (z.B. mit einer Pause nach der Kita-Abholzeit)
- Ggf. eine Betreuungsmöglichkeit für Geschwisterkinder
- Eine pädagogische Fachkraft als Kursleitung für ca. 16-20 Stunden/Kurs (8 Stunden Kurs+ Vor und Nachbereitung)
- Alltagsmaterialien (Socken, Teller...) für die Durchführung
- Ein FamilienErgo-Heft mit Belohnungstickern für die Kinder (in deutscher, arabischer, türkischer, russischer oder englischer Sprache), 5,50 €/Kind. (aus Mitteln des Startchancen, als Teilnehmerbeitrag oder über ggf. die AOK Niedersachsen)

Kritische Punkte



- Ansprache der Eltern (am besten über die Kita)
- Schaffung eines sicheren Raums für Eltern, in dem sie neue Interaktionen ausprobieren können (z.B. durch räumliche Nähe zur vertrauten Kita, Anwesenheit Bezugserzieherin beim ersten Treffen...)
- Kinderbetreuung parallel
 - evtl. hier Gruppen während der Kitabetreuungszeit anbieten und Gruppen nach Ende der Kita mit Kinderbetreuung
- Finanzierung (Startchancen?)
- Anmerkung: die AOK-Niedersachsen hat im Rahmen ihres Präventionsprojekts ca. 1000 Kitas in Niedersachsen mit FamilienErgo ausgestattet und plant eine Ausweitung des Programms in Richtung Grundschule

Evaluation



Das Kursmanual enthält bereits eine Evaluation als **Feedbackbogen für die Eltern zur Zufriedenheit/Umsetzbarkeit/Zielerreichung**

Die **Stärkung der Schutzfaktoren** könnte durch den Schutzfaktoren-Fragenbogen von Dr. Dernick im Manual vorher und nachher im Elternurteil abgefragt und standardisiert ausgewertet werden.

Die **Häufigkeit der Teilhabe an Alltagstätigkeiten** könnte auf gleiche Weise vorher-nachher angefragt und evaluiert werden

Evaluation Schutzfaktoren 5-stufige Skala im Elternurteil (Auszug)



Persönliche Schutz- und Risikofaktoren	2	1	0	-1	-2	Persönliche Schutz- und Risikofaktoren
Das Kind ist insgesamt optimistisch und glaubt, dass Dinge sich eher zum Guten entwickeln.						Das Kind ist insgesamt pessimistisch und glaubt, dass Dinge sich eher zum Schlechten entwickeln
Das Kind kann gut um Hilfe bitten						Dem Kind fällt es schwer, um Hilfe zu bitten
Wenn etwas nicht gelingt, guckt das Kind genau, woran das liegt und versucht, das zu ändern						Wenn etwas nicht gelingt, dann ist gleich alles schlecht, das Kind gibt auf/ verzweifelt.
Das Kind hat viele Interessen und ist ausdauernd und anstrengungsbereit						Das Kind hat wenige Interessen, gibt schnell auf und bleibt nicht lange bei einer Sache
Das Kind kann seine Gefühle gut kontrollieren, sich selbst beruhigen und Kompromisse finden.						Das Kind rastet schnell aus oder weint schnell und muss von den Eltern beruhigt werden
Wünsche und Bedürfnisse können zurückgestellt werden						Wünsche und Bedürfnisse müssen sofort befriedigt werden
Das Kind macht oft die Erfahrung, dass es selbst etwas kann oder gelernt hat, auf das es stolz ist („Selbstwirksamkeit“)						Das Kind macht selten oder nie die Erfahrung, dass es selbst etwas kann oder gelernt hat, auf das es stolz ist („Selbstwirksamkeit“)
Das Kind ist insgesamt offen						Das Kind ist insgesamt

Aus:

Dernick R et al:

„Resilienzentwicklung im Vorschulalter“ (Arbeitstitel)

Schulz-Kirchner-Verlag

Erscheinungsdatum: Erste Jahreshälfte 2026

Noch Fragen?



FamilienErgo® und Gesamtkonzept:

Dr. Rupert L. Dernick

Kinder- und Jugendarzt, Varel

Dernick@familienergo.de

Eltern-Kind-Kurs:

Entwickelt und erprobt durch
Kirsten Meibert, Ergotherapeutin,
Hannover

Familie-sein@gmx.de

Bestellung Materialien zur
FamilienErgo, z.B. „KitaSet
mehrsprachig“ mit Broschüren in 5
Sprachen:

<https://familienergo.de/shop>

Fragen zu Materialien, Kontakt zur
AOK, Mailinfo zum Erscheinen des
Buchs (evtl. Frühbucherrabatt):

Dr. Greta Dernick

Greta.dernick@familienergo.de