

## Übergang von der Primarschule zur Oberstufe Anregungen für Eltern

Der Wechsel von der Primarschule in die Oberstufe ist ein Übergang. Im Lauf unseres Lebens müssen wir immer wieder solche grösseren und kleineren Übergänge bewältigen. Das bedeutet, Sicheres und Bekanntes loszulassen und sich auf etwas Neues und Unbekanntes einzulassen. Kinder und Jugendliche sind hier auf die Unterstützung der Eltern angewiesen.

### Was tun?

Besprechen Sie den Schulübertritt mit Ihrem Kind. Begleiten Sie Ihr Kind in dieser herausfordernden Situation. Finden Sie gemeinsam mit Ihrem Kind heraus, was es benötigt. Sprechen Sie in Ihrem Familien-Alltag über diesen Übergang. Damit helfen sie Ihrem Kind, die aktuelle Herausforderung gut zu meistern. Nehmen Sie sich speziell dafür Zeit und «feiern» Sie diesen Übergang gemeinsam.

### Wie helfen?

Was kann Ihr Kind selber tun, um das, was es schwierig findet, anzupacken? Was hat Ihrem Kind bisher geholfen bei früheren Übergängen? Wo wünscht sich Ihr Kind Hilfe von Ihnen? Welche anderen Personen (Kinder, Erwachsene) können etwas zur Unterstützung beitragen?

### Folgende Fragen können helfen, die verschiedenen Seiten des Übergangs zu besprechen:

Wovon muss Ihr Kind sich verabschieden?

- von der bisherigen Klasse
- von guten Freundinnen/Freunden, die eine andere Schule besuchen
- von vertrauten Lehrpersonen
- vom gewohnten Schulweg und Schulhaus

Was wird alles neu, wenn Ihr Kind von der Primarschule in die Oberstufe wechselt?

- neuer Schulweg
- grösseres Schulhaus
- viele neue Lehrpersonen
- Mittagessen auswärts einnehmen

Worüber freut sich Ihr Kind besonders? Was macht Ihrem Kind Angst? Was macht Ihr Kind traurig? Worüber ist Ihr Kind froh? Wodurch wird es verunsichert?

### Auf Gefühle eingehen:

Bei Übergängen tauchen oft angenehme und unangenehme Gefühle gleichzeitig auf. Vorfreude, Neugier, Zuversicht, Stolz etc. können sich mit Gefühlen wie Trauer, Angst, Hilflosigkeit, Unsicherheit, Bedrückt-Sein etc. abwechseln und gehören dazu. Unterstützen Sie Ihr Kind, all diese Gefühle als normal und richtig zu bewerten.

Gut begleitete Übergänge stärken die seelische Widerstandskraft. Jeder positiv bewältigte Übergang ist eine gute Vorbereitung für die kommenden Herausforderungen im Leben. Viel Freude beim Begleiten Ihres Kindes in diesem wichtigen Übergang!

Bei Fragen wenden Sie sich an die bisherigen Lehrpersonen, an die neue Klassenlehrperson, an die Schulsozialarbeit oder an die Jugend- und Familienberatung CONTACT, Kasernenplatz 3, 6000 Luzern 7, 041 208 72 90, [info@contactluzern.ch](mailto:info@contactluzern.ch) [www.contactluzern.ch](http://www.contactluzern.ch)