



Leseprobe aus: Thiesen, Das Montagsbuch, ISBN 978-3-407-29189-9

© 2011 Beltz Verlag, Weinheim Basel

<http://www.beltz.de/de/nc/verlagsgruppe-beltz/gesamtprogramm.html?isbn=978-3-407-29189-9>

# I. Das Montagssyndrom in Kindergarten, Hort und Grundschule



# 1. Kennzeichen

In vielen Kindertagesstätten und Grundschulen sind am Montag die Probleme in den Gruppen und Klassen auffallend groß. Pädagoginnen und Kinder müssen sich wieder aneinander gewöhnen. Ein weiteres Problem ist, dass sich die besondere Situation des Wochenendes nicht auf die Einrichtung übertragen lässt.

Am Montag erleben die meisten Erzieherinnen und Grundschullehrerinnen Szenen, bei denen geschrien und mit allen möglichen Gegenständen geschossen wird. Die »Helden« schießen aus der Hüfte und versuchen die Mädchen in der Puppenecke »umzulegen«, während diese mit Bauklötzen und Puppengeschirr zurückwerfen. Die sich so gebärdenden Kinder sind weder böse noch Monster, und die Spiele sind nicht ihre Erfindung. Sie sind der Spiegel unserer Erwachsenenwelt, eines medienintensiven Wochenendes mit wenig Bewegungsmöglichkeiten und falsch verstandener Freizeitgestaltung in der Familie.

Unter dem Begriff »Montagssyndrom« (Syndrom [griech.] = »das Zusammenspiel«) wollen wir ein häufig auftretendes Bild beschreiben und analysieren, das vorrangig am Montag auftritt und sich aus dem Zusammentreffen verschiedener auffälliger Merkmale ergibt.

Was kennzeichnet die Montagssituation, und welche Verhaltensweisen lassen sich wiederholt beobachten? In einer Befragung in 27 Großstadt-Kitas und -grundschulen durch Studierende der Fachschule für Sozialpädagogik in Lübeck nannten die Pädagoginnen wiederholt folgende Verhaltensweisen von Kindern:

- *»Der Montag ist oft der schwierigste Tag. Es kommt zu kleinen Prügeleien, die ich auf Fernsehsendungen und Computerspiele zurückführe, die nicht für Kinder gedacht waren, insbesondere wenn von den Kindern auch noch die Namen der Prügelhelden aus dem Abendprogramm namentlich genannt werden. Da heißt es dann auch schon: Ich hau dir in die Fresse« (Grundschullehrerin).*
- *»Am Montag habe ich den Eindruck, dass sich einige Kinder besonders begriffstutzig geben. Die Regeln von Gesellschafts-, Kreis- und Stuhlkreispielen sind vergessen« (Erzieherin im Hort).*
- *»Oft kommt es vor, dass die Kinder am Montag Szenen von zu Hause nachspielen; z. B. sagte ein Kind zu seiner Schwester: »Komm, wir spielen Streit.« Meist werden dann negative Szenen nachgespielt« (Praktikantin in einer Kindertagesstätte).*
- *»Viele Kinder sind am Montag nicht kompromissbereit. Bei der Spielzeugabgabe beharren sie immer auf ihren Sachen. Es läuft fast immer darauf hinaus, dass ich die Kinder voneinander trennen und anderweitig beschäftigen muss. Ich ver-*

- mute, dass die Kinder am Wochenende alles bekommen, was sie wollen, und so keine Kompromisse eingehen müssen« (Erzieherin im Kindergarten).*
- *»Manche Kinder haben am Montag ein auffallend großes Spielbedürfnis, als müssten sie lange Entbehrtes nachholen. Deshalb ist am Montag die Turnhalle immer ein beliebter Aufenthaltsraum« (Hort erzieherin).*
  - *»Am Montag kann ich nur mit einem geringen Teil der Klasse in den ersten beiden Stunden etwas anfangen. Wir lassen auch grundsätzlich keine Arbeiten am Montag schreiben« (Grundschullehrerin).*
  - *»Mir fällt am Montag vermehrt auf, dass die Kinder mit ihren Spielzeugen, gleich ob Flugzeug, Auto oder Lego-Haus, schrill schreiend durch die Gegend laufen« (Berufspraktikantin/Kindergarten).*
  - *»Die Hausaufgaben dauern am Montag bei einer ganzen Reihe Kinder wesentlich länger als sonst. Ich habe auch den Eindruck, dass die Montagssituation bei der Vergabe der Hausaufgaben mehr berücksichtigt werden müsste« (Erzieherin im Hort).*
  - *»Die Kinder gehen unachtsamer mit dem Spielzeug um. Spielfiguren werden nicht wieder einsortiert, Puzzleteile liegen auf dem Boden, auf die dann nochmals absichtlich draufgetreten wird. Bei einigen Kindern zeigt sich am Montag extreme Zerstörungswut. Die Aktivitäten beschränken sich auf Dinge, die Krach machen« (Erzieherin im Kindergarten).*
  - *»Montags ist es am schlimmsten. Da haben die Kinder einen riesigen Bewegungsdrang. Am Dienstag klappt es bei uns mit dem Mittagsschlaf besser als am Montag« (Erzieherin im Kindergarten).*
  - *»Wer sich am Montag nicht mit dem Fernsehprogramm des Wochenendes auskennt, wird schon mal von Mitschülern gehänselt. Meine Beobachtung ist, dass viele meiner Schüler am Wochenende keinen Auslauf haben und vor dem Fernseher geparkt werden« (Grundschullehrerin).*
  - *»Nicht zu halten sind die Kinder, wenn es ein langes Fernsehwochenende gab. Sie sind unausgeschlafen, quengeln herum und müssen erst wieder ihren Rhythmus finden« (Erzieherin im Kindergarten).*
  - *»Ich beobachte am Montag wiederholt, dass die Kinder schon früher ein Hungergefühl haben als an den nachfolgenden Tagen. Gewöhnlich wird um 10.00 Uhr gefrühstückt. Am Montag kommen schon gegen 8.45 Uhr die ersten Fragen nach dem Frühstück« (Kindergartenpraktikantin).*

Fassen wir die am häufigsten auftretenden Kennzeichen des Montagssyndroms zusammen, so lassen sich nennen:

- übersteigerte Aggressivität/Streitsucht (ohnehin aggressive Kinder sind noch aggressiver – verbal und körperlich)
- mangelndes soziales Verhalten
- übersteigerte Fröhlichkeit, z. T. gepaart mit Distanzlosigkeit
- Sich-auf-den-Boden-Werfen

- Lautstärke, Lärm, schrilles Schreien, extreme Unruhe, gleichzeitig geben sich einige Kinder überaus lärmempfindlich
- Unkonzentriertheit, unbeständig, fahrig, zappelig, Clownerien
- Kinder sind sehr müde, klammern sich an die Erzieherin
- gehäuftes Daumenlutschen, Nägelkauen, Wippeln mit den Stühlen, Fallen vom Stuhl
- Passivität, Unselbstständigkeit
- Überreizungen, Kinder haben kein »Sitzfleisch«, laufen ruhelos umher, fingen ständig an Dingen und Gegenständen im Raum herum
- Aufgaben und Spiele werden halb fertig liegen gelassen
- Kinder klagen über Kopfschmerzen, z. T. über Appetitlosigkeit
- Gefühlsabstumpfung
- Quengeleien, Kinder machen Umgehung und Erzieherin/Lehrerin »mürbe«.

Die mehr oder minder stark auftretenden Verhaltensweisen können sich aktiv- oder passiv-destruktiv äußern.

Als Stresssignale bzw. -kennzeichen bei Kindern kann die Pädagogin folgende Verhaltensweisen, Angewohnheiten und Stimmungsänderungen beobachten:

### **Verhalten**

- Aggression
- Hektik
- Gefühlsausbrüche
- Überreaktionen
- lautes Reden, Schreien

### **Angewohnheiten**

- Nägelkauen
- Zähneknirschen
- mit den Füßen scharren und wippen
- mit dem Haar, den Ohren oder der Nase spielen
- auf den Lippen kauen
- Faust ballen

### **Stimmungsänderungen**

- Ängste
- häufiger Ärger
- Hilflosigkeit
- Gereiztheit
- Ungeduld
- Unruhe

Das Wochenende als »Stress auslösendes Moment« entsteht bei Kindern z. B. durch einen übermäßigen Zeit- und Leistungsdruck (Verplanung des Kindes), durch psychische Belastungen, Angst und Furcht, Streit und Kummer in der Familie (vermehrt erlebte Spannungen zwischen den Eltern), durch Reizüberflutung (Medien) und durch Langeweile (fehlende Anregungen, mangelnde Spiel- und Bewegungsmöglichkeiten).

Auf den nächsten Seiten wollen wir uns näher mit den Ursachen des Montagsyndroms auseinandersetzen.

### Meine zweimal geplatze Haut

Ich könnte platzen.  
Aus allen Nähten könnte ich platzen  
vor Wut.  
Meine Hände zittern.  
Meine Stimme bebt.  
Meine Haut tut mir weh von so viel Wut.  
Ich fühle mich krank in meiner Haut,  
weil du so böse zu mir warst.

Ich könnte platzen.  
Aus allen Nähten könnte ich platzen  
vor Lust.  
Meine Hände winken.  
Meine Stimme lacht.  
Mein Bauch gluckert von so viel Lust.  
Ich fühle mich wohl in meiner Haut,  
weil du so lieb zu mir warst.

Hanna Hanisch



## II. Montagsangebote für Kindergarten, Hort und Grundschule



## Spielpädagogische Hinweise



Kind, Spiel und Bewegung bilden eine Einheit. Im Spiel hat das Kind die Möglichkeit, seine Bedürfnisse und Gefühle auszudrücken. Alles, was das Kind erlebt, wiederholt es viele Male im Spiel, um es sich geistig anzueignen.

Körper, Verstand und Persönlichkeit brauchen das Spiel, damit sich Bewegung, Sinne, Denken, Sprache und Sozialverhalten im Laufe der Entwicklung voll entfalten können. Im Spiel wird das Kind aber auch schöpferisch tätig, setzt Ideen frei, wird sensibel für das, was von anderen kommt und wird sich seiner eigenen Fähigkeiten bewusst. Unbestritten ist auch die Erkenntnis, dass Kinder im Spiel die Möglichkeit haben, unbewältigte Konflikte zu verarbeiten und spontan oder längerfristig zu lösen.

Das spielende Kind fragt nicht, wieso und wozu es spielt. Es sucht nicht nach dem Zweck und Ziel des Spiels, sondern spielt einfach aus der Lebendigkeit seines Seins heraus. Neben den vom Kind selbst gewählten Freispielsituationen bieten gelenkte Spielangebote und strukturierte Aktivitäten der Pädagogin die Möglichkeit, auf die Montagsproblematik angemessen zu reagieren.

- Überlegungen zum Einsatz von Montagsangeboten im Hinblick auf die Kinder:
- Welche Interessen und Spielwünsche liegen heute vor?
- Durch welche Spielangebote lassen sich die Interessen und Bedürfnisse der Kinder befriedigen?
- Welche Spiele sind speziell für meine Gruppe/Klasse geeignet?
- Worauf ist beim Spielen heute besonders zu achten?
- Welche Spiele bzw. Aktivitäten wähle ich als Einstieg?
- Welche Spieldynamik geht vom Spiel aus?
- Wie bringe ich das Spiel an die Kinder heran?
- Wie viele Kinder können mitspielen?
- Für welche Spiele werden Materialien und Hilfsmittel benötigt?
- Welche Spielmittel setze ich ein (z. B. um das Sozialverhalten untereinander zu fördern)?

Erlebt ein Kind Nachsicht,  
lernt es Geduld.  
Erlebt ein Kind Ermutigung,  
lernt es Zuversicht.  
Erlebt ein Kind Lob,  
lernt es Empfänglichkeit.  
Erlebt ein Kind Bejahung,  
lernt es lieben.  
Erlebt ein Kind Zustimmung,  
lernt es, sich selbst zu mögen.  
Erlebt ein Kind Anerkennung,  
lernt es, dass es gut ist,  
ein Ziel zu haben.

Erlebt ein Kind Ehrlichkeit,  
lernt es, was Wahrheit ist.  
Erlebt ein Kind Fairness,  
lernt es Gerechtigkeit.  
Erlebt ein Kind Sicherheit,  
lernt es Vertrauen in sich selbst  
und in jene über ihm.  
Erlebt ein Kind Freundlichkeit,  
lernt es die Welt als Platz kennen,  
in dem gut wohnen ist.

Verfasser unbekannt

Überlegungen zum eigenen Erzieher- und Spielleiterverhalten und dessen Wirkung auf die Kinder:

- Wie gehe ich auf die Gruppe zu (freundlich/schulmeisternd)?
- Wie fühle ich mich in der Gruppe/Klasse?
- Wo liegen meine Stärken/Schwächen?
- Wie steht es um meine eigene Motivation heute?
- Kann ich eigene Bedürfnisse zurückstellen?
- Wie werde ich mit unvorhergesehenen Situationen fertig?
- Bin ich vorrangig beobachtend, beteiligt oder stärker anleitend? Warum?

Es liegt in der Hand der Pädagogin, für eine Spielatmosphäre zu sorgen, in der sich die Kinder wohlfühlen und Spielbereitschaft im konstruktiven Sinn entwickeln. Am Montag wird die Pädagogin in besonderer Weise

- animieren
- beobachten
- sich selbst einbringen
- mitmachen
- zuhören
- Sicherheit geben
- Konsequenz zeigen
- sich nicht vorschnell irritieren lassen
- sich spontan auf Veränderungen einstellen und Blitzentscheidungen treffen müssen.

Gerade am Montag sollten die Spielhandlungen und Angebote interessant und abwechslungsreich gestaltet sein. Die augenblickliche Verfassung und die Bedürfnisse der Kinder sind ebenso zu berücksichtigen wie situative Gegebenheiten und äußere Umstände. Um die spontane Ausdrucksfähigkeit der Kinder zu erhalten und um intensives Spiel zu ermöglichen, sollten wir Bedingungen schaffen, die zu Aktivierung,

Intensität und zur Bedürfnisbefriedigung des Kindes führen. Für das angeleitete Spiel am Montag sollten die Angebote so ausgewählt werden, dass sie durch entsprechende körperliche und geistige Anforderungen ihren Reiz behalten. Neben bewegungsaktiven Spielen werden wir auch Spiele anbieten, die das Gespräch, das kreative Handeln und das Wahrnehmungsvermögen fördern. Spannung und Entspannung sollten sich sinnvoll abwechseln.

Spiel- und Aktivitätsform	Erlebnisbereich	Wirkung	Verhaltenssteuerung aus Sicht der Kinder
Freispiel-situationen	<ul style="list-style-type: none"> <li>– lustvoll spielen und tätigsein</li> <li>– Ausleben des Bewegungsdranges</li> <li>– seine Umwelt selbsttätig, kreativ und funktional verändern</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Kind kann sich selbst »in Ordnung bringen«</li> <li>– Kind lernt, sich einzuschätzen</li> <li>– Fantasie wird freigesetzt</li> <li>– weitgehend eigenständige Problemlösung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– selbstbestimmt</li> </ul>
Gespräche mit Kindern, Erzähl- und Sprachspiele	<ul style="list-style-type: none"> <li>– verbale Rückmeldung, Reflexion, Erlebtes beurteilen</li> <li>– Problembewusstsein, Normen, Werte, Einstellungen</li> <li>– differenziertes Sprechen</li> <li>– innere Anteilnahme</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– eigene Einstellung wird ausgedrückt</li> <li>– Einfälle werden geäußert</li> <li>– Mitfühlen</li> <li>– reflektierendes Erleben des Wochenendes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– selbstbestimmt bis teilweise fremdbestimmt</li> </ul>
Darstellendes Spiel, Rollen- und Puppenspiel	<ul style="list-style-type: none"> <li>– verbale und nonverbale Kommunikation</li> <li>– Einstellungen, Verhaltensweisen, Ängste ausdrücken und darstellen</li> <li>– Einfälle produzieren</li> <li>– planende und handelnde Teilnahme</li> <li>– soziales Miteinander-umgehen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Aufarbeitung von Erlebnissen (Fernsehen, Familie, Wochenendgeschehen)</li> <li>– Stellung nehmen, Gefühle äußern</li> <li>– Erlebtes rational verarbeiten</li> <li>– sich mit den Handlungen der anderen in Einklang bringen</li> <li>– vielfältige Auseinandersetzung auf kognitiver, emotionaler und psychomotorischer Ebene</li> <li>– Impulse aufgreifen und spielerisch umsetzen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– teilweise fremdbestimmt bis mehr selbstbestimmt</li> </ul>

Tobe- und Bewegungsspiele, Quatsch und Schabernack	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Spaß haben, Freude erleben</li> <li>– auf harmlose Weise den Bewegungsdrang abbauen</li> <li>– motorisches Ausleben</li> <li>– aber auch: sich in die Gruppe einordnen, Fairness im Miteinander, Selbstbeherrschung, Rücksicht</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– emotionale Zufriedenheit</li> <li>– positive Grundbestimmung, angenehmes Lebensgefühl</li> <li>– »überschüssige Kräfte« abbauen</li> <li>– körperlich-seelisches Wohlbefinden</li> </ul>	– selbstbestimmt bis fremdbestimmt
Interaktions-spiele	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Gefühle verbal und körperlich ausdrücken</li> <li>– Kontaktaufnahme zur Gruppe</li> <li>– mit anderen kooperieren</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Erweiterung der sozialen Kompetenz</li> <li>– Bedürfnisspannungen und belastende Situationen im zwischenmenschlichen Bereich werden leichter ertragen</li> </ul>	– selbstbestimmt bis fremdbestimmt
Entspannungs-spiele	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Sammlung</li> <li>– Besinnung</li> <li>– körperlich-muskuläre Entspannung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– nervliche Erholung</li> <li>– richtiges Maß von Bewegung und Ruhe, Freiheit und Ordnung fördert die innere Zufriedenheit</li> <li>– ent-ängstigend</li> <li>– Horzonterweiterung</li> </ul>	– fremdbestimmt bis selbstbestimmt
Malen und bildnerisches Gestalten	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Gefühle und Erlebnisse ausdrücken</li> <li>– Erkennen, Interpretieren, Umgestalten der Umwelt</li> <li>– eigenschöpferisches Umgehen mit Materialien</li> <li>– Freude am Hantieren mit Material und Technik</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Stärkung der Äußerungs- und Zuwendungsfähigkeit</li> <li>– Kind erkennt den Wert eigener Ausdrucksfähigkeit</li> <li>– Abbau des Konsumdenkens</li> <li>– Gewinnung ästhetischer Wertmaßstäbe</li> </ul>	– selbstbestimmt bis teilweise fremdbestimmt

*Montagsangebote im Überblick*

Am Montag kann das Ansagen der Spiele manchmal problematisch sein. Die Kinder hören nicht richtig zu, albern herum und verstehen so die Spielregeln nicht. Um dem vorzubeugen, sollten wir vor der Ansage von Spielregeln die Kinder sich hinsetzen lassen, denn im Stehen ist es nun einmal leichter, sich zu treten und zu ärgern, sodass

schnell vermehrte Unruhe entstehen kann. Um bei der Erklärung von Spielregeln bei den Kindern auf Verständnis zu stoßen, sind kurze, klare, einfache Sätze der richtige Weg. Wo es geboten ist, spielt die Pädagogin mit, dominiert aber nicht, sondern lenkt behutsam. Misserfolgsfrustrierte Kinder bedürfen dabei der besonderen Ermutigung.

In der Regel bestimmen die Kinder, wie lange ein Spiel dauern soll. Die Gesamtspielzeit richtet sich auch danach, welchen Raum die beliebten Spiele der Kinder einnehmen und welche Spiele neu eingeführt werden.

Die »Montagsangebote« in diesem Buch verstehen sich als Anregungen zum Miteinander spielen, als Unterstützung für einen konstruktiven Wochenstart, als Auslebe- und Reflexionsmöglichkeiten und Förderungsangebote mit langfristiger Wirkung. Die aufgeführten Spielanregungen ermöglichen den Kindern, ihre Bewegungsbedürfnisse zu befriedigen und Gefühle, Eindrücke, Stimmungen, Freude und Ärger aussprechen und ausleben zu können.

Alle Spiele und Aktivitäten wenden sich an Kindergarten- und Grundschulkindern. Sie sind genau beschrieben, verfügen über didaktisch-methodische Hinweise und Angaben zum Einsatzbereich, zu Materialien und Variationen. Die Spielangebote lassen der Erzieherin und Lehrerin genügend Raum zur individuellen Veränderung für den situativen Einsatz in ihrer Gruppe oder Klasse.