

www.mutmachbuch.com

Lukas

startet in ein
aufregendes
Schulabenteuer



Ein Mutmachbuch für einen starken
selbstbewussten Schulstart

Mit Herz, Hand und Verstand geschrieben



Dieses Mutmachbuch wurde nicht von künstlicher Intelligenz verfasst. Jede einzelne Geschichte stammt aus der Feder von pädagogisch ausgebildeten Autorinnen und Autoren, die mit viel Erfahrung, Feingefühl und echtem Herzblut schreiben – für echte Kinder mit echten Gefühlen.

Unsere Texte entstehen in enger Zusammenarbeit mit Expertinnen und Experten aus Pädagogik und Kinderpsychologie.

Sie sind liebevoll gestaltet, um Selbstvertrauen zu stärken, Ängste abzubauen und Kinder spielerisch in ihrer persönlichen Entwicklung zu begleiten.

Echte Geschichten für echte Kinder.

Denn wir glauben: Was von Menschen mit Herz geschrieben wird, erreicht Kinderseelen am tiefsten.





Einleitung

Hallo, du neugieriger Schulanfänger!

Der Schulstart markiert einen bedeutungsvollen Schritt in deinem Leben. Es ist ein gewaltiges Abenteuer. Du wirst in der Schule eine Menge Freundschaften knüpfen und spannungsreiche Erfahrungen sammeln. Zugleich lernst du sehr viel und erlebst an jedem Tag etwas Neues. Dabei wird dir am Anfang womöglich etwas mulmig zumute sein. Als neuer Schuljunge startet deine Einschulung mit enormen Sorgen und Ängsten. Erst als du nächtlichen Besuch von einem magischen Schlüsselbund erhältst, wirst du deine Unsicherheiten loslassen und die schwierigen Herausforderungen Schritt für Schritt meistern.



Vielleicht fürchtest du dich vor allerlei Unbekanntem: dem Schulweg, der gewaltigen Schule mit dem riesigen Schulhof, dem Unterricht, den Lehrern und natürlich auch vor deinen unbekannten Klassenkameraden! Du machst dir womöglich derart viele Sorgen, dass du richtig oft Herzklopfen hast, deine Hände feucht werden oder dir die richtigen Worte einfach nicht in den Sinn kommen. Noch dazu hast du enormen Bammel, in der Schule nicht gut genug, schlau genug oder nett genug zu sein ... Aber, stopp! Stimmt das denn wirklich? Sieh selbst und erfahre, wie du trotz all deiner Angst lernst, stark zu sein!

Diese Geschichten sind für dich! Sie unterstützen dich dabei, mutiger zu werden und dich sicherer zu fühlen. Denn die Einschulung ist oftmals ein spezieller und zugleich beängstigender Tag im Leben eines Kindes. Alles ist neu und unbekannt. Vieles wird eine echte Herausforderung sein. Doch mit diesem Mutmachbuch gelingen dir allerlei Dinge



ruckzuck und in Windeseile wächst deine innere Stärke!

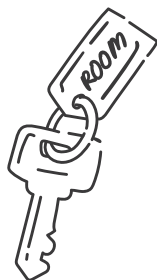
Die Erlebnisse über deinen Schulstart zeigen dir in sechs abwechslungsreichen Geschichten, wie du endlich so manches wagst, weil du dich überwinden konntest. Dabei wirst du zügig feststellen, wie wertvoll der allererste Schritt ist. Trotz deiner Ängste und Unsicherheiten kannst du über deinen eigenen Schatten springen und wunderbare Erfahrungen sammeln.

Deine Einschulung steht bevor? Oder du gehst bereits seit ein paar Tagen zur Schule, fühlst dich aber oft eingeschüchtert? Dann ist dieses persönliche Mutmachbuch genau richtig für dich. Sei das tapfere Schulkind in der neuen Schule und erlebe den Zauber der sechs magischen Schlüssel! Sie sind für dich eine kostbare Hilfe, um zu sehen, wann es sich lohnt, dich zu überwinden und entschlossen zu sein. Lauf nicht davon, sondern tritt



ein! Lerne mit deiner Familie und deinen Freunden,
wie du innerlich wachsen und stark werden kannst –
auf gehts!





Der sprechende Schlüsselbund

Das Geschirr klimpert und klirrt. Ich setze mich an den Tisch in unserer Küche. Dabei geht es mir gar nicht richtig gut. Ich habe nämlich echte Probleme!

Morgen ist mein erster Schultag und das sorgt bei mir für gewaltig Bauchgrummeln und Herzklopfen. Das erzähle ich meinen Eltern aber nicht – und Oma auch nicht. Sie müssen davon nichts erfahren.

Helfen können sie mir ohnehin nicht. Das ist so sicher wie der Sonnenuntergang, den ich jetzt in diesem Moment vor dem Fenster beobachten kann.

Es ist das Abendessen und ich heiße Lukas.

Mama und Oma unterhalten sich miteinander. Ihre Stimmen klingen entspannt und sind komplett frei



von Sorgen. Ich vergleiche das gerne mit dem Ozean. Sie hören sich an wie die stille Meeresoberfläche. Aber in meinem Kopf herrscht dagegen eine tosende Unruhe. Es geht dermaßen turbulent zu, dass ein Gedanke den nächsten jagt. Und bei alldem bereitet mir vor allem das Unbekannte enorme Angst. Die Schule ist ein seltsamer Ort. Ich hörte so manche Geschichten und Legenden, ehe ich einen Fuß in das Schulgebäude gesetzt habe. Ich erfuhr von schwierigen Herausforderungen, obwohl ich meine neuen Lehrer und Mitschüler noch gar nicht mit eigenen Augen gesehen habe. In mir nagt der Zweifel, ob ich überhaupt Freunde finden werde! Vielleicht sind die Klassenkameraden total ruppig zu mir oder sie mögen mich absolut nicht. Das wäre echt schade. Weil mir in dem Fall eine richtig einsame Schulzeit bevorstehen würde. Außerdem ist der Weg zur Schule ein Problem. Was ist denn zum Beispiel, wenn ich mich morgens verlaufe? Dann komme ich zu spät oder womöglich



gar nicht an! Die Peinlichkeit steht mir jetzt schon bildhaft vor Augen.

Und was ist mit dem Unterricht? Vielleicht lerne ich die neuen Sachen nicht so mühelos, kapiere sie nicht oder bin insgesamt ein richtig mieser Schüler! All diese Ängste drücken meine Schultern nach vorne und unten, sodass ich ganz krumm laufe. Ich sitze schweigsam am Tisch und zwingen mich, etwas zu essen, damit niemand Verdacht schöpft. Wieder sage ich mir, dass sie mir nicht helfen können.

Ich muss diesen Schultag meistern – ganz egal, wie beängstigend es ist.

Als ich später im Bett liege und eigentlich tief und fest schlummern soll, mache ich kein Auge zu. Mein Herz klopft vor Aufregung superschnell. Die Gedanken kreisen und ich komme nicht in den Schlafmodus.

Das nervt.



Denn ich weiß selbstverständlich, dass ich schlafen sollte – unbedingt sogar!

Es wäre grauenhaft, wenn ich direkt am ersten Tag vor Müdigkeit mitten in der Schulstunde ein Schläfchen machen würde.

Aber jetzt gelingt es mir nicht.

Ich schaue zum Fenster und gucke zu, wie der Vollmond am nachtblauen Himmel immer weiter wandert.

Plötzlich klirrt etwas unter meinem Bett leise.

Ich zucke zusammen und sitze direkt aufrecht.

Was war das?

Mein Blick huscht zur Bettkante.

Habe ich ein Monster unter dem Bett hocken?

Nervös schlucke ich.

Nach einem langen und nervenaufreibenden Moment wage ich es. Ich bin zu neugierig und kann die Ohren nicht komplett auf Durchzug stellen. Ich muss selbst nachgucken, was da los ist.

Also lehne ich mich über die Bettkante und gucke unter das Bett.

