IFAMILY plus

if • INSTITUT FÜR FAMILIENFÖRDERUNG

Meilensteine in der Entwicklung

KINDER ZWISCHEN DEM 3. UND 6. LEBENSJAHR

LASS MIR ZEIT (ES SELBST) ZU LERNEN

KINDER ZWISCHEN DEM 3. UND 6. LEBENSJAHR

Sich und andere zu verstehen, gehört zu den großen Entwicklungsaufgaben von Kindern zwischen dem 3. und 6. Lebensjahr. Hirnforscher vermuten schon lange, dass es konkrete Zeitfenster gibt, die das Lernen von bestimmten Fähigkeiten ermöglichen und begünstigen.

Liebe ist zweifelsohne das Wertvollste, was Eltern ihren Kindern schenken können. Sie ist das Fundament, auf dem das kindliche Emotionsgerüst erbaut wird. Je sicherer sich Kinder sind, umso reichhaltiger und differenzierter können sich ihre Gefühlswelten entwickeln. Bindungen und Wärme schaffen Urvertrauen im Kind. Doch gerade die Intensität dieser Verbindung, macht es nicht immer leicht das rechte Augenmaß zu behalten.
Einige Kinder machen es ihren Eltern einfach. Sie sind kooperativ und mögen es friedlich und harmonisch. Die Erziehung solcher Kinder ist nicht so schwierig.
Anders sieht es aus mit extrem willensstarken Kindern. Sie reagieren heftig, wenn sie ihren Willen nicht bekommen. Sie kämpfen und toben, als ginge es um ihr Leben. Dabei dreht es sich vielleicht nur darum, aus der Badewanne zu kommen oder den Fernseher auszumachen. Diese Kinder sind nicht „verzogen“ oder „böse“. Sie haben nur noch nicht gelernt, dass ihre Wünsche nicht immer sofort erfüllt werden können und dass andere Menschen auch Bedürfnisse haben, auf welche man Rücksicht nehmen muss. Manche Kinder lernen das sehr schnell und mühelos. Andere brauchen dafür unzählige Lernerfahrungen, viele Wutanfälle und Schrei-Attacken.

Konflikte und Krisen sind unausweichlich

Eltern haben die Aufgabe, ihrem Kind all diese Lernerfahrungen zu ermöglichen. Das Kind muss immer wieder spüren, dass die eigenen Eltern Konflikte aushalten und trotz der kindlichen, heftigen Reaktionen nicht nachgeben, sondern bei ihrer Aufforderung bleiben. Konflikte entstehen auch, wenn Eltern ihre Kinder oft dazu bringen müssen, etwas zu tun, was sie nicht wollen, was aber sinnvoll und notwendig ist, etwa sich anziehen oder das Zimmer aufzuräumen. Ebenso oft müssen Kinder daran gehindert werden, Dinge zu tun, die nicht vernünftig oder notwendig sind: stundenlang fernsehen, anderen Kindern Spielsachen wegnehmen, Berge von Süßigkeiten essen. Solche Dinge wollen Kinder aber oft tun, und zwar unbedingt und sofort.

> Gib mir nicht, was ich mir wünsche, sondern was ich brauche.
> Der kleine Prinz.
> Antoine de Saint-Exupéry

Das „Erziehungskisten-Modell“

Bei der Erziehung müssen Eltern manchmal die Rolle des „Spaßverderbers“ spielen. Das „Erziehungskisten-Modell“ macht dies deutlich: Aus der „Ich-will-Kiste“ müssen Kinder von ihren Eltern oft herausgeholt werden: Was dem Kind Spaß macht, ist nicht immer angebracht. Das Kind aus der „Ich-will-Kiste“ herauszuholen, damit ist es noch nicht getan. Schwieriger ist es für Kinder, sich in die zweite Kiste zu begeben, die nun mal auch zum Leben gehört: die „Ich-muss-Kiste“.

Hier findet sich alles, was notwendig, aber lästig ist und nicht wirklich Spaß macht. Das kann das Anziehen oder das Aufräumen, das Zähneputzen oder Ins-Bett-Gehen sein. Einige Kinder tun bereitwillig, was die Eltern ihnen sagen. Für diese Kinder ist die „Ich-muss-Kiste“ etwas ganz Normales und nichts worüber man sich furchtbar aufregen muss. Aber die meisten steigen nicht gerade gern hinein. Langweilige oder lästige Dinge zu tun und Pflichten zu erledigen, empfinden sie jedes Mal aufs Neue als Zumutung. Sie weigern sich, bekommen schlechte Laune und fangen an zu protestieren oder zu weinen. Spannungen und Gewitterstimmung sind die Folge. Wie heftig das Gewitter ausfällt, ist von Kind zu Kind unterschiedlich. Es hängt jeweils von der Persönlichkeit des Kindes ab und davon, was es gerade als besonders unangenehm empfindet.

Die „Ich-muss-Kiste“ aufräumen

Jede Aufforderung, jedes „Tu das!“ kann ein Gewitter mit Wut und Tränen zur Folge haben. Deshalb ist es lohnenswert, sich genau zu überlegen, was in die „Ich-muss-Kiste“ ihres Kindes hineingehört und was nicht. Räumen Sie die Kiste auf. Verlangen Sie nicht zu viel von ihrem Kind!

Es gibt Kinder, die genial darin sind, Schlupflöcher, die aus der „Ich-muss-Kiste“ herausführen, zu suchen – und dann wieder eine Umleitung zurück in die „Ich-will-Kiste“ finden. Sie sagen: „Ja, gleich“ – aber - „gleich“ bedeutet „nie“. Diese Kinder fangen mit einer lästigen Aufgabe zwar an, bringen sie aber nicht zu Ende. Oder sie verbinden das Unangenehme mit etwas Spaßigem, indem sie zum Beispiel zwar bereitwillig ins Bad gehen, dort aber mit allen Shampoo- und Kosmetikflaschen ein großes Chaos veranstalten anstatt sich zu waschen. Eltern müssen am Ball bleiben, bis die Aufgabe tatsächlich erfüllt ist, damit sie einen Umleitungs-Versuch ihres Kindes sofort bemerken und angemessen darauf reagieren können.

Jedes Gewitter geht vorüber

Schauen Sie sich den Temperamentsausbruch ihres Kindes mit Verständnis und Gelassenheit an, stellen Sie sich nicht mit ins Gewitter und steuern Sie keine Blitze bei. Stattdessen schützen Sie sich sozusagen mit einem Schirm, bis es vorbei ist. Ihr Kind ist noch klein. Es kann noch nicht so gut mit Ärger oder Frust umgehen. Sie sind erwachsen und können es besser.

Buchtipp

Annette Kast-Zahn,

Jedes Kind kann Krisen meistern

Editorial

Dr.in Sabine WIRNSBERGER
Leitung des Institutes für Familienförderung
Kinderpsychologin und Familientherapeutin,
Erziehungsberaterin, Supervisorin

Grundlegende Ausrichtung: Information des Instituts für Familienförderung, Elisabethstrasse 59, 8010 Graz, ZVR Zahl: 775096007 erscheint vierteljährlich.
Für den Medieninhalt verantwortlich: Dr. Sabine Wirnsberger, Birgit Kapler
Fotocredit: AdobeStock, Photocase, Fotolia wenn nicht anders angegeben

IMPRESSUM
Medieninhaber, Produktion und Anzeigenverkauf:
TLS - Winkler Inh. Mag. Barbara Winkler,
T.: 0316 / 33 78 55 F.: DW 20
Email: winkler.tls@a1.net
Graphik & Gestaltung: allcolors.at

Kinder wollen von sich aus Lernen und müssen dazu nicht ermuntert oder gezwungen werden. Sie haben ein in sich wohnendes Interesse daran, ihre Welt zu erkunden und zu begreifen.

Haus der kleinen Forscher

KINDER SIND KLEINE FORSCHER

Es geht nicht nur um Wissen über etwas, sondern um den Prozess, wie man zu diesem Wissen gelangt.

Die Auseinandersetzung mit der Umwelt fördert Neugier, Lern- und Denkfreude sowie sprachliche, soziale und motorische Kompetenzen von Kindern. Sie erleben sich dabei als selbstwirksam, selbstbewusst, anerkannt und stark.

Kinder entdecken, erforschen und gestalten von Geburt an. Nach und nach konstruieren sie ihr eigenes Bild von der Welt. Dieser Prozess ist niemals abgeschlossen, vollzieht sich aber in den ersten Lebensjahren besonders rasant. Sie sind von Beginn an neugierig, konzentriert und auf der Suche nach Bedeutungen, Zusammenhängen und Ideen, wie die Welt funktioniert. Sie lernen zunächst unbewusst, in der Bewegung und im Spiel. Im Selbstlernprozess, besonders der jüngeren Kinder, kann beispielsweise das Erlernen von Sprache und Bewegung nicht getrennt werden, sowie von den Naturerfahrungen oder von Kreativität. Erst später entsteht das Verbalisieren und bewusste Lernen. Die Grundlagen im gesamten Lernprozess bilden sichere Bindungen und gute soziale Beziehungen sowohl in den Herkunftsfamilien als auch im Betreuungskontext.

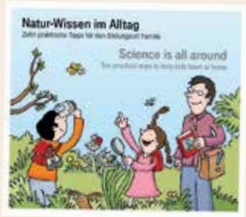
Die Entwicklungspsychologie hat zum Verständnis der Denkentwicklung und von Lernprozessen bei Kindern in den letzten Jahren große Fortschritte erzielt. Mittlerweile weiß die Wissenschaft so viel über das Lernen, dass sie für die Praxis ziemlich genau sagen kann, was einem Kind in seiner Entwicklung und seinem Erkenntnisgewinn hilft. Befunde der neueren Entwicklungspsychologie zeigen, dass sich wichtige Teilkompetenzen des wissenschaftlichen Denkens und Handelns schon sehr früh herausbilden. Mädchen und Jungen im Kindergartenalter sind bereits zu zentralen Aspekten forschenden Vorgehens fähig. Sie können Vermutungen aufstellen, Versuche durchführen und erste Schlussfolgerungen ziehen.

Schon Säuglinge verfügen über Kompetenzen im wissenschaftlichen Denken. Studien zeigen, dass bereits sechs Monate alte Säuglinge über Ursache und Wirkung von Ereignissequenzen nachdenken. Babys bringen außerdem ein spezifisches Wissen, so genanntes Kernwissen, in verschiedenen Inhaltsbereichen wie Physik, Mathematik, Psychologie oder Sprache mit. Zum Beispiel wissen sie, dass unbelebte Objekte ihre Position nur ändern, wenn eine äußere Kraft auf diese einwirkt, während Lebewesen sich von allein bewegen können. Dieses Kernwissen der Kinder bildet den Ausgangspunkt für das weitere Lernen.

Kleinkinder können kausale `Wenn-dann-Prinzipien` verstehen und beginnen damit, diese in ihrem Denken und Handeln anzuwenden. Sie suchen nach Ursachen und zeigen erste Einsicht für Zusammenhänge von Ereignissen, z. B. die Kettenreaktione von Dominosteinen, die zum Ende hin einen interessanten Effekt auslösen. Kleinkinder bilden von Anfang an naive Theorien über Naturphänomene. Sie verfügen schon über inhaltliche Kenntnisse in der biologischen und der physikalischen Domäne. Dieses ähnelt in vielem dem Wissen Erwachsener. Das Gedächtnis beim Wiedererkennen ist bereits gut entwickelt.

Kinder im Vorschulalter erfüllen zentrale Voraussetzungen für wissenschaftliches Denken: Sie verstehen grundsätzliche Zusammenhänge über Ursache und Wirkung und wenden dieses Kausalverständnis richtig an, wenn sie über Ereignisse nachdenken (z. B. wenn sie versuchen herauszufinden, wovon es abhängt, ob ein Kuchen beim Backen aufgeht oder nicht). Sie können falsche Überzeugungen erkennen, wenn sie Annahmen und Vermutungen mit tatsächlichen Beobachtungen vergleichen. Außerdem werden sich Vorschulkinder zunehmend sicherer in dem Wissen über ihr eigenes Wissen (Metakognition) – also zu wissen, dass und woher sie etwas wissen.

Das wichtigste Ziel ist es, dass Kinder ihre Neugier und eine wissensbegierige Haltung entwickeln bzw. bewahren. Sie sollen die Gelegenheiten bekommen, ihren eigenen Fragen forschend nachzugehen. Dazu brauchen sie interessierte Erwachsene, die ihre Wege altersangemessen begleiten. Auf dieser Basis wird die Welt interessant und zu einer spannenden Herausforderung. Es ist wichtig, von Anfang an mit Freude zu lernen, weil die Kindheit die intensivste Zeit im Prozess des lebenslangen Lernens eines jeden Menschen ist.



Broschüre im Internet zum Herunterladen Elternratgeber Naturwissenschaften
Zehn praktische Tipps für den Bildungsort Familie

www.telekom-stiftung.de/sites/default/files/files/media/publications/Elternratgeber_Naturwissen

Materialien und Anleitungen für Kindergärten, Horte und Volksschulen I Haus der kleinen Forscher
Experimente, Themen, Materialien

https://www.haus-der-kleinen-forscher.de/

MEILENSTEINE DER ENTWICKLUNG

Neben genetischer Veranlagung spielen Umwelteinflüsse für die Entwicklung des Gehirns und für die dazugehörigen Reife- und Lernprozesse eine wichtige Rolle. Durch den aktiven Austausch mit der Umwelt werden Verbindungen zwischen Nervenzellen geknüpft und verstärkt.

Die Entwicklung von Gehirn und Nervensystem beginnt beim Embryo mit der 3. Schwangerschaftswoche. Bis zum Ende der 8. Woche sind Gehirn und Rückenmark fast vollständig angelegt. In den folgenden Wochen und Monaten werden im Gehirn eine Unmenge von Nervenzellen durch Zellteilung gebildet. Mit der Geburt ist diese Entwicklung noch lange nicht abgeschlossen. Zwar sind zu diesem Zeitpunkt bereits die große Mehrheit der Neuronen, etwa 100 Milliarden, im Gehirn vorhanden und sein Gewicht beträgt dennoch nur etwa ein Viertel von dem eines Erwachsenen. Die Gewichts- und Größenzunahme des Gehirns im Laufe der Zeit beruht auf der enormen Zunahme der Verbindungen zwischen den Nervenzellen.
In den ersten drei Lebensjahren baut das Gehirn eine Vielzahl an Nervenverbindungen auf, die darauf warten aktiviert zu werden. Dieses enorme Wachstum der Nervenverbindungen (Synapsen) ermöglicht, dass das Kind sich optimal auf die vorzufindenden Gegebenheiten anpassen kann, egal in welche Umgebung oder Kultur es hineingeboren wird. Durch Erfahrungen, die das Kind macht, werden bestimmte Nervenbahnen angeregt. Mit der Zeit entsteht ein hochkomplexes neuronales Netz, in dem jede Nervenzelle mit tausenden anderer Neuronen verbunden ist. Mit zwei Jahren haben Kleinkinder so viele Synapsen wie Erwachsene und mit drei Jahren sogar doppelt so viele. All jene Nervenverbindungen, die durch die Umwelt nicht aktiviert worden sind, werden wieder abgebaut. Die Entwicklungspsychologie spricht von neuronalen Zeitfenstern, in denen Lernen unbewusst, ohne Zutun, in einem enormen Tempo und mit unglaublicher Effektivität und Präzession stattfindet. Die außerordentliche Lernfähigkeit des Gehirns zeigt sich durch eine besondere Lernbereitschaft, die sich in nahezu allen Bereichen als Neugier und Wissbegierde äußert.
Ab dem 10. Lebensjahr wird das Gehirn dann optimiert und ungefähr die Hälfte der Synapsen werden abgebaut. Nur die Nervenverbindungen bleiben erhalten, die häufig gebraucht werden. Auf diese Weise bestimmt das, was das Kind bis zu diesem Alter erfahren, erlebt und gelernt hat, die Struktur des Gehirns.
Die Erkenntnisse aus der Hirnforschung zeigen, wie wichtig es gerade in diesen sensiblen Entwicklungsphasen der Kinder ist, ihre Umwelt vielfältig zu gestalten. Freude an der Welterkundung, Neugier und Zuversicht in die Zukunft, Selbsttätigkeit und Handlungsorientierung müssen ebenso im Vordergrund stehen wie die Gewissheit, in der Gemeinschaft Sicherheit zu erfahren. Die Veränderungen während dieser Zeitspanne können als Grundlage für die weitere Lernfähigkeit bzw. Lernbereitschaft eines jeden Menschen betrachtet werden.

Kinder gestalten ihre Entwicklung aktiv mit

Entwicklung geschieht stets im sozialen Miteinander. Dabei sind Kinder aktive Konstrukteure ihres eigenen Wissens und ihrer Vorstellung von der Welt.

Kinder sind individuelle Persönlichkeiten

Kinder erschließen sich ein Thema über unterschiedliche Zugänge und brauchen daher individuelle Angebote. Da es nicht „das“ Kind gibt, gibt es auch nicht „die“ Methode oder „das“ Angebot.

Lernen ist ein sozialer Vorgang

Die Mädchen und Jungen sind offen und neugierig gegenüber allen Impulsen, die ihre soziale und materielle Umwelt bietet und sie brauchen dabei ein Gegenüber, das sie auf Augenhöhe ermutigt und anregt.

Kinder brauchen genug Zeit

Kinder brauchen ausreichend Freiraum für die Erkundung ihrer Umwelt und die Möglichkeit sich zu vertiefen. Die Errichtung einer Wasseranlage in der Sandkiste, ein Labor für Blätter oder mit Steinen einen Weg bauen - lässt Kinder ganz tief in sich ankommen, sie zentrieren sich und spüren, dass sie selbst etwas bewirken können.

Kinder müssen Selbstwirksamkeit erfahren

Wenn Kinder in ihrer Auseinandersetzung mit Naturwissenschaften, Mathematik und Technik erleben: „Ich kann das!“, werden sie mit der Zeit immer sicherer beim Erforschen, Kommunizieren und Beantworten eigener Fragen und beim Lösen von Problemen, die auf dem Weg auftreten können.

Der Gewinn an Selbstbewusstsein und innerer Stärke ist von großer Bedeutung, wenn es darum geht, auf die Anforderungen wechselnder Situationen flexibel zu reagieren und schwierige oder veränderungsreiche Lebenslagen zu meistern, wie z. B. beim Übergang vom Kindergarten in die Volksschule. Die aktuelle Forschung belegt, dass selbstbewusste und starke Kinder deutlich einfacher mit Veränderungen und Belastungen des täglichen Lebens zurechtkommen (= resilienter sind) als Mädchen und Jungen, denen dieses Vertrauen in die eigenen Kompetenzen fehlt.

LASS MIR ZEIT (ES SELBST) ZU ERLERNEN!

Kinder wachsen entsprechend des jeweiligen Lebensalters und des individuellen Entwicklungsalters, Schritt für Schritt in die Welt der Erwachsenen hinein. Sie zur Selbstständigkeit zu erziehen, ist eine Aufgabe, die Aufmerksamkeit, Vertrauen, Mut und Zeit von den Erwachsenen verlangt.

Entwicklungspsychologen sehen die **Hauptaufgabe der mentalen Entwicklung** zwischen dem 2. und 6. Lebensjahr, in der **Erlangung von Autonomie**. Die zunehmende Autonomieentwicklung des Kindes ist Grundlage, für eine positive Identitätsbildung und wurzelt in unerschütterlichem Vertrauen zu seiner Bezugsperson. Das Kind muss das Gefühl haben, dass es seine Autonomie ausbauen, seinen Willen äußern und auch manchmal durchsetzen darf, ohne dass dadurch seine Bindung zu den Eltern gefährdet ist.

Kinder sind nun Forscher und Entdecker

Kinder beginnen schon sehr früh damit ihre Umgebung zu entdecken. Das fängt schon an mit dem Erkennen von Stimmen und Gesichtern, mit dem Bewegen von Gegenständen bis hin sich selbst hochzuziehen, um einen Gegenstand zu erreichen. Kleinkinder bringen circa ab dem ersten Geburtstag zum Ausdruck, dass sie Dinge selbst tun möchten. Zunächst prägen ungelenkes Essen mit dem Löffel, unermüdliche Versuche sich den Schuh über den Fuß zu stülpen und hochkonzentrierte, unzählige Male eine Flasche auf- und zu zustoppeln, diese erste Phase der Autonomiegewinnung. Die Freude, die Kinder dabei erfahren, wenn sie etwas selbst zustande bringen, ist ihnen ins Gesicht geschrieben.

Der Alltag bietet Kindern die perfekte Lernvoraussetzung

Der nächste Schritt besteht darin, Kinder in einfache Alltagsaufgaben miteinzubeziehen. Das WC zu putzen, das Toastbrot in den Toaster zu schieben, gemeinsam zu kochen etc. All das ist faszinierend für Kinder und ihr Gehirn ist in diesem Alter wie ein Schwamm, der alles aufsaugt, was sich ihm bietet. Aber all jene Aufgaben werden nur dann als lustvoll erlebt, weil sie genau in diesem Augenblick vom Kind als interessant empfunden werden.

Aufgaben stärken das Selbstbewusstsein

Ganz anders gestaltet es sich, wenn sie plötzlich ihre Spielsachen zusammenräumen müssen. Aber auch das muss gelernt werden und kann schon ab dem ersten Lebensjahr gemeinsam geschehen. Zu einer bestimmten Zeit etwas tun zu müssen, was von außen gefordert wird, ohne den Motivationsbooster „Spaß“, hat etwas mit Verantwortung zu tun, mit Regeln und Pflichten. Verantwortung zu übernehmen, ist der dritte Schritt der Autonomieentwicklung. So können schon kleine Kinder Aufgaben, wie den Tisch decken, übernehmen, Schulkinder können kleinere Einkäufe erledigen und Jugendliche, neben dem Sauberhalten ihres eigenen Zimmers, z.B. für den Müll zuständig sein. Einbezogen werden in den Alltag und Aufgaben zu übernehmen, gibt Kindern das Gefühl dazuzugehören, Teil einer Gemeinschaft und wichtig zu sein.

Kinder brauchen Liebe – doch zwischen Zuwendung und Verwöhnung ist oft nur ein schmaler Grat. Überbehütung beginnt immer dort, wenn ein Kind davon abgehalten wird, altersgemäße Erfahrungen machen zu dürfen. Manchmal schießen Eltern im Bemühen, nur das Beste für ihr Kind zu tun, einfach über das Ziel hinaus. Die Versuchung, den eigenen Kindern alle Enttäuschungen, Probleme und Gefahren dieser Welt ersparen zu wollen, ist zweifelsohne groß. Jungen und Mädchen, die erleben, wie ihre Eltern bei jedem Unbehagen, jedem Problem, jeder Unbequemlichkeit, ihre Fittiche ausbreiten, lernen nicht, sich selbst zu spüren, ihre Gefühle und Grenzen wahrzunehmen.

...bitte umblättern und weiterlesen ⇨⇨⇨

KINDER, DIE ALLES BEKOMMEN, SIND UNZUFRIEDEN

Was schicksalhaft in den Schoß fällt, versetzt nur kurzfristig in Hochstimmung. Zu dieser Erkenntnis gelangten Glücksforscher wie der Oxford-Professor Michael Argyle. ´Je größer die Herausforderung, desto glücklicher ist man`, so das Ergebnis seiner Untersuchung. Und zahlreiche Studien belegen: Die Unzufriedenheit bei Kindern wächst, je weniger die Eltern von ihnen verlangen und je mehr man sie in Watte packt.

...bitte weiterlesen
⇨⇨⇨

Kinder müssen ihre eigenen Erfahrungen machen. Sie müssen selbst herausfinden dürfen, dass man sich an Scheren schneiden, an Streichhölzern die Finger verbrennen kann und manche Freunde sich als falsch entpuppen können. „Das behütete Leben, auf Nummer sicher, führt zu einer geradezu dramatischen Instinktlosigkeit“, sagt Diplom-Psychologin Dr. Angelika Faas in einem Interview. Wer nicht gelernt hat, auf eigenen Beinen zu stehen, gerät später unweigerlich ins Stolpern. Damit Selbstvertrauen wachsen kann, muss ein Kind seine Kräfte erproben können.

Nur wer mit Problemen konfrontiert wird, lernt auch, sie zu lösen

Es ist wichtig, dass Kinder spüren: Meine Eltern glauben an meine Fähigkeiten. Nur auf diese Weise werden sie selbstbewusst, um sich im späteren Leben zurechtzufinden. Erfolgserlebnisse gibt es nicht ohne Niederlagen. Kinder wollen selbstständig werden, sie wollen jedoch auch Aufmerksamkeit und Zuwendung und sind in vielen Bereichen anfällig für Bequemlichkeit. Das natürliche „Ich kanns selbst“ verwandelt sich mit zunehmendem Alter in ein klagendes „Ich kann es nicht“, wenn Erwachsene dem Kind zu viel abnehmen. Das Kind lernt dann schnell, dass es auf Eltern oder Erzieher mit Hilflosigkeit und Unfähigkeit Macht ausübt und die Großen für seine Zwecke einspannen kann, um sich bei mühsamen und unangenehmen Dingen helfen zu lassen und Zuwendung zu erzwingen. Diese unangemessenen Verhaltensweisen bleiben sehr oft bis ins Erwachsenenalter bestehen und führen in konfliktbehafteten Situationen zu unreifen Reaktionen und problematischen Beziehungen.

Ob und wie Menschen sich selbst finden und wie gut sie in sich ruhen, hat viel mit der früh beginnenden aber lebenslangen Identitätsentwicklung zu tun. Kein Mensch ist eine Insel, deshalb hat die Umgebung großen Einfluss auf die Bildung der beständigen Ich-, Du- und Wir-Gefühle. „Am du wird der Mensch zum ich“, formulierte Martin Buber. Das gilt nicht nur in engen partnerschaftlichen und familiären Beziehungen, es gilt auch für soziale Lebensräume wie Kindergarten, Krippe, Schule oder Hort. Was Kindern täglich begegnet, nimmt Einfluss auf ihre Entwicklung und formt sie.

KINDER SIND NICHT AUF DER WELT, UM IHRE ELTERN GLÜCKLICH ZU MACHEN

Wenn Eltern andere Betätigungsfelder suchen, Freunde treffen oder Hobbys pflegen, sind sie nicht so abhängig von der Liebe des eigenen Kindes. Wer Bestätigung auch auf anderen Gebieten erfährt, kann leichter loslassen und den Kindern einen größeren Handlungsspielraum gewähren. Loslassen zu können, befreit Kinder aus der Pflicht ihre Eltern glücklich machen zu müssen. Manche Probleme werden erst in der Pubertät sichtbar. Auf eine zu enge Beziehung, kann ein Kind auf zwei Arten reagieren: Es versucht irgendwann, sich mit aller Macht aus der elterlichen Umklammerung zu befreien. Oder es wird ängstlich, bindet sich noch enger an die Mutter oder den Vater und traut sich nicht zu, auf eigenen Füßen zu stehen.

KINDERKRIPPE – MAMA – ODER DOCH TAGESMUTTER?

Das kindliche Gehirn ist unglaublich anpassungsfähig und stellt sich auf die jeweilige Anforderung rasch ein. Es kann sowohl mit der elterlichen Erziehung ebenso wie mit jener in einer Kinderkrippe sehr gut umgehen, jedoch prägt die Art der Betreuung die weitere soziale Entwicklung.

Ob und wann ein Kind außerhalb des Familienverbandes betreut wird, ist eine persönliche Entscheidung der Eltern und hängt von der individuellen Situation und der Persönlichkeit des Kindes ab. Je früher ein Kind jedoch in einer Einrichtung betreut wird, desto stärker ist darauf zu achten, dass es dem Kind gut geht, es sich wohl fühlt und eine sichere Bindung zu mindestens einer Betreuungsperson aufbaut.

Denn in den ersten drei Lebensjahren braucht das Kind eine Bezugsperson, der es vertraut, die es tröstet und die Geborgenheit gibt. Um das Gefühl für seine Einzigartigkeit, also im weiteren Sinn seine eigene Persönlichkeit, zu bekommen, braucht das Kind ein Gegenüber, das es so annimmt, wie es ist. In dieser Person kann es sich sozusagen spiegeln. Das kann nur eine Person sein, zu der es eine positive Bindung aufgebaut hat. Ist das nicht der Fall, orientiert sich das Kind eher an anderen Kindern. Es lernt sich zwar besser durchzusetzen und zu behaupten aber auch andere zu manipulieren. Der Aufbau eines Sach-, Sozial- und Moralverständnisses gelingt nämlich mit Erwachsenen deutlich besser. Wenn das Kind ganztags betreut wird, sollte es nebenher ausreichend Zeit mit den Eltern verbringen können. Wenn das Kind zuhause erzogen wird, soll es wiederum viel Zeit für das Spiel mit anderen Kindern haben.

Grundsätzlich gilt: Kinder brauchen außer den Eltern noch andere Kontaktpersonen, um ihre Welt sicher und überschaubar zu erleben.
Und: Kinder brauchen andere Kinder. Ab einem Alter von zwei Jahren wird der Kontakt zu anderen Kindern wichtig. Kinder lernen mit Kindern und von Kindern enorm viel. Das gemeinsame Spiel besteht anfangs noch aus einem nebeneinander spielen. Zuerst gelingen Interaktionen besser mit älteren oder jüngeren Kindern.

Erst langsam lernen sie mit Gleichaltrigen zu kooperieren.

Manchmal ist aber das Kind noch nicht so weit in einer Kindergruppe zu bestehen. Tagesmütter und -väter sind eine Alternative zu Oma und Opa und bieten durch ihre persönlichere Betreuung, den familiäreren Rahmen und die geringere Anzahl der Kinder einige Vorteile.

NUR NOCH EINEN MAMA KUSS

Was können Eltern tun, dass die Eingewöhnung und der Übergang in Kinderkrippe und Kindergarten gut gelingt?

Für jedes Kind ist der Übergang von familiärer Betreuung zu einer institutionellen, wie Kinderkrippe oder Kindergarten, eine Herausforderung. Bei jedem Kind äußert sich das durch unterschiedliche Gefühle. Viele sind neugierig und wollen gleich alles entdecken, andere wiederum sind ängstlich und scheu. Wie gut dieser Übergang von Familie in eine Einrichtung gelingt, hängt einerseits mit der Vorerfahrung des Kindes zusammen aber auch von dessen jeweiligem Charakter ab. Wenn ein Kind schon stundenweise von z.B. Oma und Opa betreut wurde, kann es sich meistens schon gut von den Eltern lösen. Es hat die Erfahrung gemacht, dass seine Eltern wiederkommen. Bei Kindern, die wenig Bezugspersonen haben und nur von Mama oder Papa betreut wurden, kann die Ablösungszeit länger dauern.

Auch wenn Eltern mit ihren Kindern viel darüber gesprochen haben und im Vorfeld den Tagesablauf, im Kindergarten oder in der Kinderkrippe, in Bilderbüchern mit dem Kind angeschaut haben, ist das Kind auf die Gefühle, die in den ersten Tagen auf einen zukommen, nicht gefasst und überfordert.

Es gibt Kinder, die direkt reagieren mit Weinen beim Abgeben oder Abholen. Es gibt aber auch Kinder, die erst beim Abholen oder zuhause zeigen, dass sie diese Phase herausfordert, indem sie gereizt reagieren, müde sind oder schlecht schlafen. Manche Kinder lassen sich anfangs vom neuen Geschehen ablenken, bevor ihnen bewusst wird, dass sie alleine sind. Daher nie zu früh weggehen und sich beim Verabschieden Zeit lassen.
Eltern sollen nie ohne Verabschiedung gehen, denn Verabschiedung und Begrüßung signalisieren Anfang und Ende und geben Struktur und Sicherheit.

Sollte es morgens regelmäßig Probleme geben, wenn zum Beispiel die Mutter das Kind in den Kindergarten bringt, versucht es am besten der Vater, jemand aus der Verwandtschaft oder eine nette Nachbarin. Zu Hause fällt der Abschied von Mama meist nicht so dramatisch aus.

Diese turbulente Übergangszeit muss durch eine besonders liebevolle und intensive elterliche Zuwendung zu Hause emotional begleitet werden. Denn Kinder können ihre Gefühle oft nicht zuordnen. Sie brauchen die Hilfe von Erwachsenen, um ihre Gefühle zu bestätigen und zu benennen, dadurch lernen sie mit Emotionen umzugehen und Strategien zu entwickeln, um sich selbst zu beruhigen.

Voraussetzung, dass es dem Kind im Kindergarten gut geht, ist, dass es auch den Eltern damit gut geht. Denn Kinder übernehmen unbewusst die Gefühle ihrer Eltern. Deshalb ist es wichtig, dass Eltern Vertrauen in die Einrichtung haben und eine gute Kommunikationsbasis mit der/dem zuständigen Pädagogin/en aufbauen können, zu Elternabenden und Veranstaltungen kommen und so auch Teil der Institution werden. Kann sich die Mutter oder der Vater selbst schlecht lösen und sei es unbewusst, spürt dies das Kind und es wird sich unsicher fühlen. Deshalb ist es wichtig, dass auch die Eltern sich auf diesen neuen Lebensabschnitt ihres Kindes vorbereiten und sich ebenso mit ihren Gefühlen auseinandersetzen.

Manche Kinder haben nach einiger Zeit keine Lust mehr, in den Kindergarten zu gehen. Das kann viele Gründe haben. Oft ist der Reiz des Neuen dahin. Häufiger jedoch fällt es Kindern schwer, sich in die Gruppe einzufügen, eigene Bedürfnisse zurückzudrängen oder auch durchzusetzen.

Neulinge stehen in der Rangordnung ganz unten. Das ist für Einzelkinder und Erstgeborene schwer zu akzeptieren. Die/der Pädagogin/e muss mit vielen anderen Kindern geteilt werden, das schafft Frust. Manchmal aber liegen die Gründe nicht in der Kindergartengruppe.
Ein kleineres Geschwisterchen, ein Umzug, ein längerer Urlaub oder auch ein Entwicklungsschub sind Möglichkeiten dafür.
Zuhause bleiben ist keine Lösung. *Besser als unregelmäßig bringen, ist jetzt: regelmäßig etwas früher zum Abholen kommen.* Da helfen Gespräche mit den PädagogInnen – und Konsequenzen. Nur im Notfall sollte das Kind mal einen Tag zu Hause bleiben dürfen. Wer unregelmäßig kommt, findet nur schwer Anschluss.

Sehr unsicheren Kindern helfen Eltern jetzt mit einem kleinen Trick: morgens ganz früh in den Kindergarten kommen! Wer zu den Ersten gehört, kann ganz in Ruhe beobachten, wie ein Kindergartentag beginnt und wird öfter zum Mitspielen aufgefordert, weil noch nicht so viele andere Kinder da sind. So wächst man schneller in die Gruppe hinein.

Kinderbetreuungseinrichtungen haben eine wichtige Funktion bei der sozialen Integration von Kindern, die der bloße Familienverband nicht leisten kann, besonders wenn Kinder unterschiedlichen Alters, mit Einschränkungen oder geringen Sprachkenntnissen dabei sind. Denn je homogener eine Gruppe ist, desto eher entsteht Konkurrenzdenken.

Halb so wild /wild
Was bedeutet wild sein?
ungestüm sein.... aber auch
ungestümes Lachen
Nicht zu bändigen.....
aber auch unbändige
Lebensfreude

MEIN KIND, DER

VON WUT, TROTZ UND DEM UMGANG MIT GEFÜHLEN

Kinder gehen mit Emotionen noch ganz anders um als Erwachsene. Sie lernen erst Schritt für Schritt – wie das Laufen und das Schuhe binden – mit Freude, Wut und Trauer umzugehen und die Gefühle anderer zu verstehen.

Manche Kinder haben gelernt, dass sie dann besonders viel Aufmerksamkeit erhalten, wenn sie besonders laut sind, Dinge kaputt machen, andere Kinder ärgern oder sie verletzen. Anderen Kindern wiederum fällt es extrem schwer ihre Impulse zu kontrollieren. Sie handeln zuerst, bevor sie überlegen. Wiederum andere Kinder sind eigentlich verunsichert, versuchen aber durch Machtkämpfe und endlose Diskussionen ihre Ängste zu kompensieren.

Wann immer sich der Ärger und die Wut in Form von Gewalt gegen andere - insbesondere gegen andere Kinder - richtet, gilt es sofort einzuschreiten. Für PädagogInnen, Eltern und andere Betreuungspersonen gilt: **Schützen und helfen.** Es gilt Kompromisse zu finden und Vergleiche anzubieten. Ein Dreirad kann nacheinander benutzt werden, wobei das jeweils andere Kind inzwischen als Polizist für Sicherheit auf der Fahrbahn sorgen kann. Gibt es nur eine Backform im Sandkasten, zeigt man den Kindern, wie man ohne Formen backen kann. Und wenn zwei 4-Jährige ihre Kräfte messen wollen, dann können sie dies bei einem Wettrennen machen oder man erklärt ihnen die Kampfregeln eines echten, fairen Ringkampfes.

Es ist sinnvoll, dass* Eltern über mögliche Konsequenzen, *die die Pädagog-Innen setzen, auch Bescheid wissen. Das beugt Missverständnisse vor.

Buchtipp

Wie anstrengende Kinder zu großartigen Erwachsenen werden:

Der Erziehungsratgeber für besonders geforderte Eltern

Wichtig ist, dass Eltern und PädagogInnen an einem Strang ziehen. Gegenseitige Schuldzuweisungen schwächen nur die Erwachsenenebene und zwar auf beiden Seiten. Kleinigkeiten können ruhig in der Kinderkrippe oder im Kindergarten bleiben, schwerwiegendere Regelverstöße, die immer wieder vorkommen, müssen besprochen werden und nach gemeinsamen Lösungen, auch über die Betreuungszeit hinaus, gefunden werden. Das kann zum Beispiel sein, dass man zu Hause wieder Rituale einführt oder besonders darauf achtet, dass das Kind zur Ruhe kommt.

KINDERGARTEN SCHRECK!

Was kann ich tun, wenn es eskaliert?

1. Wenn die Situation überkocht, es zu Ausschreitungen und Brüllanfällen kommt, ist die **oberste Regel wieder für Ruhe zu sorgen.** Hier gilt es, die Gefühle des Kindes wahrzunehmen und ihm Worte zu geben. „Ich verstehe, dass du ganz wütend bist.“ Bitte kein „Aber“ in dieser Situation. Das Kind ist nicht in der Lage Problemlöseversuche, die auf Einsicht und Kooperationsbereitschaft beruhen, anzunehmen. Gespräche über aktuelle Konflikte erhöhen die innere Anspannung und somit das aggressive Verhalten. Erst nach Beruhigung der emotionalen Erregung, entstehen bessere Möglichkeiten einer konstruktiven Problemlösung.

2. **Sich Zeit verschaffen und dem Kind den Raum** geben, den es braucht, um sich zu beruhigen. Dabei nur das Notwendigste kommunizieren und mit seiner Aufmerksamkeit nicht beim Kind hängen bleiben.

3. Wenn das Kind zur Ruhe gekommen ist, ihm noch Zeit lassen sich zu sammeln und dann **gemeinsam einen ruhigen Ort aufsuchen** (ohne Publikum), um das, was passiert ist, zu besprechen. Das Kind loben, dass es ihm gelungen ist sich zu beruhigen. Trotzdem muss das Kind an die Regel erinnert werden: *Wir schlagen, schupsen, beißen und verletzen andere Kinder nicht (egal was vorher passiert ist)*. Regeln und die darauffolgenden Konsequenzen sollten immer in ruhigen Momenten gemeinsam aufgestellt, besprochen und diskutiert werden. *Damit du dir das merken kannst, müssen wir (z.B.) in den Auszeitraum /-platz gehen, den Spielplatz verlassen etc.* Auch wenn das Kind Anzeichen macht, dass ihm dies nichts ausmacht, lassen Sie sich nicht provozieren. Hier geht es um Macht und darum sein Gesicht nicht zu verlieren.

4. **Beenden Sie immer selbst die Konsequenz.** Oft versuchen Kinder die Situation zu umgehen, indem sie z.B. rufen, dass sie sich schon wieder beruhigt haben und nun zurückkommen oder sich wieder zu den anderen Kindern begeben. Lassen Sie es aber nicht zu. Denn, wer das letzte Wort hat, dominiert das Spiel. Bedanken Sie sich und warten Sie dann ein bis zwei Minuten, bis Sie das Kind wieder aus der Konsequenz entlassen. Wenn Kinder sich nicht an die Auszeit halten und einfach wieder in den Gruppenraum laufen oder den Platz verlassen, gehen Sie gemeinsam wieder zurück und bleiben Sie. Oft ist es besser, gemeinsam mit dem Kind diesen Platz aufzusuchen, sodass es nicht ausbrechen kann. Erst mit der Zeit lernt das Kind abzuwarten und durchzuhalten.

5. **Wichtig ist, sobald Konsequenzen greifen, sofort auf die Verstärkung positiven Verhaltens umsteigen**. Denn zu viel Aufmerksamkeit fixiert das unerwünschte Verhalten.

VOM KREATIVEN UMGANG MIT DER WAHRHEIT

Wenn Kinder Märchen auftischen, finden Eltern das meist unmöglich. Doch kleine Schwindeleien sind gar kein schlechtes Zeichen.

Auf die Frage, ob er seine Zähne auch wirklich geputzt habe, kennt Timmy, vier Jahre, nur eine Antwort: „Ja“. Auch wenn die Zahnbürste unberührt geblieben ist. Sarah, ebenfalls vier Jahre alt, streitet vehement ab, etwas mit der zerbrochenen Vase zu tun zu haben: „Ich war‘s nicht, das war die Sissy!“ Aber können Katzen Schranktüren öffnen? Wenn Eltern merken, dass ihr Kind die Unwahrheit sagt, ärgern sie sich. Ist in der Erziehung etwas schief gelaufen? Was, wenn das Kind sich das Lügen angewöhnt?

Klein Kinder können noch nicht lügen

Auch wenn Eltern dann genervt sind und es sich anders wünschen würden, es ist ein normaler Entwicklungsschritt. Je jünger das Kind ist, desto weniger kann man von Lügen sprechen. Kinder im Vorschulalter können meist noch gar nicht richtig lügen. Genauso wenig können sie allerdings mit dem Wahrheitsbegriff der Erwachsenen etwas anfangen. Gerade im Alter von 3 bis 6 Jahren gibt es nur eine hauchdünne Grenze zwischen Fantasie und Realität. Man spricht von der so genannten ‚magischen Phase‘. Unangenehme Dinge können weggeschoben werden auf andere Personen, auf Tiere, Dinge oder Naturereignisse. Das entlastet das eigene Gewissen.
Kinder lernen früh, dass Spiele mit Worten Macht bedeutet. Im Kindergarten erzählt Paul: „Mein Papa ist ganz wahnsinnig reich. Der fährt sogar einen Porsche. Und mein Bruder hat solche Muskeln, der kann jeden verhauen.“ Das fördert sein Image und das merkt er. Oft hat die Prahlerei im Kindergarten nur ein Ziel: Aufmerksamkeit zu erregen, mal im Mittelpunkt zu stehen, geliebt und bewundert zu werden.In der Phantasie verarbeiten Vorschulkinder außerdem Erlebnisse, die sie heftig bewegt haben. Das geschieht so intensiv, dass sie am Ende nicht mehr zwischen Realem und Fiktivem unterscheiden können. Im Prinzip besteht kein Grund, kleine Kinder aus ihrem Paradies zu vertreiben. Denn mit zunehmendem Alter verschwinden imaginäre Freunde und sprechende Tiere von ganz allein. Dennoch sollten Eltern ihrem Kind gelegentlich signalisieren, dass diese eigenen Geschichten der Phantasie entsprungen sind. Etwa, indem man dem Kind sagt, wie schön es wäre, wenn sich die Dinge in Wirklichkeit so verhielten. Moralische Appelle sind in diesem Alter noch unangebracht.

Mit der Zeit werden die Schwindeleien raffinierter

Spätestens im Schulalter ertappen Eltern ihre Kinder garantiert bei einer „klassischen“ Lüge. Jetzt versucht das Kind bewusst zu täuschen. Kinder lernen damit Regeln und Strukturen des sozialen Lebens. Es ist ein Meilenstein auf dem Weg zur geistigen Entwicklung. Zum erfolgreichen Lügen, braucht ein Kind Einfühlungsvermögen, strategisches Denken und Konzentrationsfähigkeit. Hochintelligente Kinder lügen häufiger als andere, die Fähigkeit zu lügen gilt als Zeichen für selbstständiges Denken und Handeln. Das Kind beginnt zu spüren, dass es ein eigenes Bewusstsein hat, eine eigene Identität.
Schulkinder lügen in erster Linie, um sich selbst zu schützen und nicht, um andere böswillig in die Irre zu führen. Meist ist Angst der Auslöser. Angst davor, bestraft zu werden, weil sie die Hausaufgaben nicht gemacht haben oder vergessen haben, einen wichtigen Telefonanruf auszurichten. Not macht erfinderisch. Überforderung, mangelndes Selbstvertrauen, Schuldgefühle und Unsicherheit sind der beste Nährboden für Schwindeleien.
Für Kinder, die angehalten werden, stets die Wahrheit zu sagen, ist es zudem verwirrend, wenn sie der Oma nicht mitteilen dürfen, dass ihr Weihnachtsgeschenk blöd ist. Oder dass sie im Supermarkt eine dicke Frau nicht mit „dicke Frau“ anreden dürfen. Erst im Alter von acht oder neun Jahren haben die meisten Kinder so viel Gefühl entwickelt, dass sie Notlügen richtig einsetzen können. Nur wenige Kinder flunkern so penetrant, dass es zum Problem wird.

Wie sollen Eltern reagieren?

Am besten gelassen. Klar, niemand wird gerne angeschwindelt. Und das sollte das Kind auch wissen. Völlig kontraproduktiv jedoch ist es, Schuldeingeständnisse („Gib endlich zu, dass du lügst“) zu fordern. So unter Druck gesetzt, kann ein Kind nur verlieren: Gibt es zu, geschummelt zu haben, ist es als Lügner blamiert. Streitet es ab, verstrickt es sich in neue Schwindeleien. Aus dem gleichen Grund sollte man seinem Kind auch keine Fallen stellen. Das beste Mittel gegen Lügen heißt Vertrauen. Die Frage sollte jedoch nicht lauten: „Können wir dir noch vertrauen?“ sondern: „Vertraust du uns noch?“. Zeigen Sie Ihrem Kind, welche Wege es gibt, Probleme und Konfliktsituationen zu lösen. Nicht durch Lügen und Ausflüchte, sondern durch Verstehen, Zuhören und gegenseitigen Respekt. Denn Schweigen kann noch viel schlimmer sein als Lügen. Die kleine Sarah brauchte wegen der zerbrochenen Vase zum Glück nicht auf die Katzen-Theorie zu bestehen. Ihre Mutter kam ihr entgegen: „Ich weiß, das hast du nicht mit Absicht gemacht. Trotzdem solltest du das nächste Mal etwas vorsichtiger sein. Komm, lass uns die Scherben zusammen aufräumen.“

VOM VORLESEN ZUR SPRACHKOMPETENZ

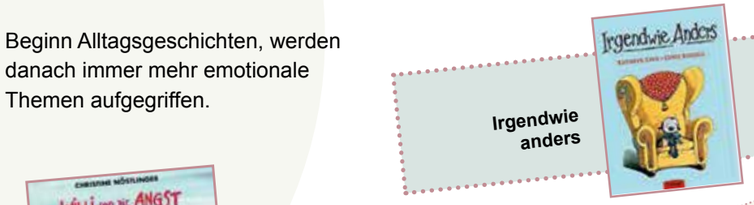
Entwicklungspsychologen und Sprachwissenschaftler sind sich einig: Wie viel ein Kind liest, hängt vor allem davon ab, wie viel es gewohnt ist zu lesen, vorgelesen bekommen hat und wie häufig und intensiv es in seinem bisherigen Leben mit Sprache konfrontiert wurde. Neurowissenschaftler haben längst bewiesen, dass Vorlesen die kognitive und emotionale Entwicklung fördert.

Kinder reagieren schon ab dem 6. Lebensmonat auf kleine Sprachmelodien oder einfache Kinderlieder mit aufmerksamem Lauschen. Sie lieben es Bilderbücher anzusehen und den Dingen einen Namen zu geben. Immer wieder greifen sie nach denselben Büchern, denn sie lieben Wiederholungen. Zwischen dem ersten und zweiten Lebensjahr beginnt das Kind kleine kurze Geschichten zu verstehen. Zuerst kann es dem Gesprochenen besser folgen als dem Vorgelesenen. Erst mit der Zeit verbindet sich die Umgangssprache mit der Schriftsprache. Daher ist es wichtig, immer wieder die gleichen Bücher zu lesen, denn so kann sich das Kind die Sprachmelodie, Rhythmus und Ausdruck aneignen. Zwischen dem dritten und vierten Lebensjahr erweitert das Kind sein Leserepertoire. Nun kann es dem Vorgelesenen folgen. Dabei sollte noch auf einfache Texte geachtet werden, die Alltagssituationen widerspiegeln.

Lieselotte
will nicht baden

Der Grüffelo

Zwischen dem vierten und fünften Lebensjahr beginnt sich das Kind für Themen zu interessieren. Nach wie vor werden Bilderbücher bevorzugt und der Text mit dem Abgebildeten verglichen. Bücher bieten Kindern die Möglichkeit ihre Welt zu verstehen. Sind es zu Beginn Alltagsgeschichten, werden danach immer mehr emotionale Themen aufgegriffen.



Irgendwie
anders

Willi
und die Angst

Aufgrund zunehmender Sprachkompetenz, beginnt das Kind auch Hörspielen zu lauschen. Nun kann es sich in die Geschichten vertiefen. Wenn Kinder danach ganz quengelig sind, ist das total normal. Aufgestaute Emotionen müssen sich einfach entladen.

Meine Feundin
Conni

Petterson und
Findus

Der kleine Drache
Kokosnuss

Kinder, denen nicht vorgelesen wird, können nicht zuhören

Kinder lieben es, wenn Erwachsene ihnen vorlesen. Die besondere Verbindung von körperlicher und geistiger Nähe in intimen, ruhigen Momenten und die ungeteilte Zuwendung der Eltern kann durch kein pädagogisch noch so wertvolles Fernsehprogramm oder lehrreiches Computerprogramm ersetzt werden. Studien aus Japan und den USA haben bereits vor über 20 Jahren bewiesen, dass Bilder aus elektronischen Medien für Kinder eine zu rasche Auflösung haben und eigentlich für das kindliche Gehirn nicht geeignet sind. Das gemeinsame Lesen eines Buches, schult die Aufmerksamkeit und Konzentrationsfähigkeit und lässt Gefühle von Wärme und Geborgenheit entstehen. Verbale Erfahrungen können – wie alle anderen auch – nur in Zusammenhang mit schönen Gefühlen ihre volle, positive Wirkung entfalten. Sie sorgen dafür, dass sich Nervenzellen im Gehirn miteinander vernetzen, was wiederum die Sprachentwicklung fördert und stabilisiert.

Ruhe, als Belohnung für Eltern und Kind

Sich nachmittags zusammen auf die Couch zu setzen, sich gegenseitig zu spüren und atmen zu hören, die Aufmerksamkeit auf eine gemeinsame Sache zu richten und langsam in eine Geschichte einzutauchen, ist entspannend und verschafft sinnvoll genutzte Ruhepausen.

Rituale geben Sicherheit und verkürzen die Einschlafphase

Kinder, die es gewöhnt sind, dass abends zuerst der Pyjama angezogen wird, dann die Zähne geputzt werden und dann zwei Pixi-Bücher gelesen werden, wehren sich nicht so gegen das Einschlafen. Sie kennen den Ablauf und wissen, was als nächstes kommt.

Schöne Fantasien begleiten in den Schlaf

Es ist nachvollziehbar, dass es sich schöner und leichter einschlafen lässt, wenn man kurz davor von lieben Bären, die den Frühling wecken oder vom kleinen Drachen Kokosnuss und seinen Freunden gelesen hat. Das gemeinsame Lesen, kurz vor dem Zu-Bett-Gehen, ist eine wundervolle Gelegenheit sich in Ruhe zu verabschieden, bevor beide in die wohlverdiente Nachtruhe gehen. Man spricht kurz über das Gelesene oder beschreibt die Bilder im Buch und entlässt sich, mit schönen Gedanken, bis zum nächsten Morgen

RAUFEN, KÄMPFEN, TOBEN

WARUM BEWEGUNG WICHTIG IST

Beim Schaffen von Entwicklungsspielräumen für die Kinder, ebenso wie beim Erlernen des Sozialverhaltens kommt Bewegung eine Schlüsselrolle zu.

Kinder sind immer in Bewegung. Auch beim Fernsehen und beim Computerspielen.
Wenn Sie genau hinschauen, wird Ihnen auffallen, dass sie niemals lange stillsitzen. In allen Situationen, die emotional „bewegen“, geht ihr Körper mit – sie rutschen herum, zappeln, springen auf – denn Kinder drücken ihre Gefühle in Bewegung aus.

Kinder erfassen und verstehen durch Bewegung ihre Umwelt

Über die Bewegung nehmen sie ihre Umwelt wahr und treten in Kontakt mit ihr. Das geschieht weniger über abstrakte Denkprozesse, sondern mit allen ihren Sinnen, ihrem Körper aber vor allem mit dem, was sie tun. Sie be-greifen die Dinge und erfahren, was glatt ist und was rau, was sich rund, eckig, kalt und warm anfühlt. Über Bewegung erobern sie Schritt für Schritt die Welt. Beim Rennen, Springen und Klettern erfahren Kinder einen Raum. Durch körperliche Erfahrungen bilden sich Begriffe, durch die Auseinandersetzung mit der Umwelt lernen sie Ursachen und Wirkungszusammenhänge kennen. Beim Rutschen erfahren Kinder das Gesetz der Schwerkraft. Beim Bauen einer Höhle aus Stühlen, Tischen und Decken, setzen sie sich mit Konstruktionsprinzipien auseinander. Kinder müssen selbst aktiv tätig sein können. Sie müssen die Möglichkeit haben, sich auszuprobieren und zu experimentieren. Sie brauchen auch Gelegenheit, Fehler machen zu können, es neu zu versuchen und daraus zu lernen.

Über Bewegung erfahren Kinder sich selbst

Durch Bewegung erproben Kinder ihren Körper, sie lernen ihn kennen, sie lernen mit ihm umzugehen und ihn einzuschätzen. Kinder lernen Bewegungen gezielt einzusetzen und zu koordinieren.

Über Bewegung können Kinder ihre eigene Identität, ihr eigenes Ich entwickeln. Sie erfahren sich selbst, sie haben Erfolgserlebnisse – das erste Stehen, die ersten Gehversuche, die Erstbesteigung eines Baums: „Seht her zu mir, das bin ich, das kann ich“. Durch die Koordination von Bewegungen, Bewegungssicherheit und -beherrschung lernen Kinder, dass sie handelnd Einfluss nehmen können. Diese Erfahrung ist wichtig für den Aufbau von Selbstwertgefühl. Kinder müssen die Erfahrung machen können, gestaltend auf ihre Umwelt einzuwirken. Sie müssen sich erproben können, auch um ihre Grenzen kennen zu lernen. Kinder brauchen im Alltag die Gelegenheit, Herausforderungen und Problemen zu begegnen. So lernen sie damit umzugehen und positives Selbstvertrauen in die eigenen Fähigkeiten zu entwickeln.

Sich in Beziehung zu Anderen erfahren

Bewegung und Spiel sind Tätigkeiten, die häufig mit anderen Kindern zusammen unternommen werden. Kinder brauchen Raum und Gelegenheiten, um ihre Körperkraft zu erproben und ausleben zu können. In lebhaften Spielsituationen kann man die Kraft und Energie von Kindern erkennen. Im Ausdruck dieser Körperenergie finden sich gleichzeitig Lust und Freude an der Bewegung, an der eigenen Kraft wieder.

Kinder, die über vielfältige Bewegungsmöglichkeiten verfügen, die herumtoben können, sind sicherer in ihren Bewegungen. Sie erleiden weit weniger Unfälle als ungeübte. Sie erwerben so im Spiel und ohne Training Geschicklichkeit, Reaktionsschnelligkeit, Ausdauer, Gleichgewicht und Körperkoordination. Körperliche Aktivität hängt eng mit der Wahrnehmung, der Lern- und Leistungsfähigkeit zusammen. Das Gehirn lernt in den ersten 10 Jahren vieles über Bewegung. Durch gezielte Übungen können sogar kleinere Defizite ausgeglichen werden. So z.B. hängt mathematisches Verständnis eng mit motorischen Bewegungen wie Hüpfen, Klettern und Springen zusammen sowie Aufmerksamkeit mit Gleichgewichtsübungen und Balancieren. Wahrnehmung und Bewegung vermittelt räumliche Orientierung am eigenen Körper. Erst durch das Erfassen von körperlichen Grenzen, können Kinder auch die Grenzen anderer Menschen wahrnehmen. Diese Lernerfahrung ist wichtig für späteres Regelverständnis und soziale Anpassung.

WIEDER ZUR RUHE KOMMEN – STILLE- UND WAHRNEHMUNGSÜBUNGEN

Stille hat mit Achtsamkeit zu tun und besitzt damit meditative Aspekte. Wichtig ist Kindern bei Stilleübungen zu zeigen, dass es mehrere unterschiedliche Körper- und Bewusstheitszustände gibt und dass diese vom Kind selbst in gewissem Maße beeinflusst werden können. Stilleübungen betonen Sinnesmodalitäten wie Hören oder Tasten, die ansonsten gegenüber dem Sehen zurückstehen. Die leichteste Übung ist das Fenster aufmachen und einfach nur zu lauschen, was zu hören ist. Fantasiereisen schulen die Aufmerksamkeit nach innen. Mit etwas Übung gelingt das auch Kindergartenkindern schon gut.

Buchtipp

Annette Breucker,
Schmusekissen Kissenschlacht. Spiele zum Toben und Entspannen

Buchtipp

Verena Sommerfeld, Barbara Huber, Heidi Nicolai
Toben, raufen, Kräfte messen. Ideen, Konzepte und viele Spiele zum Umgang mit Aggressionen

GESCHICHTE DER STEINE

Hilfsmittel: Steine auf einem Spaziergang sammeln
Dann werden die Kinder aufgefordert ihren Stein in die Hand zu nehmen und die Augen zu schließen. Sie sollen sich ganz auf den Stein konzentrieren, sich auf ihn einlassen, darauf achten, wie er sich anfühlt.
Vielleicht erzählt der Stein ihnen so etwas wie eine kleine Geschichte. Eine Geschichte darüber, woher er kommt, wie lange er dort schon liegt, was dort alles passiert ist. Dann wird eine Weile nicht gesprochen, sondern jeder konzentriert sich auf seinen Stein. Anschließend werden alle einzeln nach den eigenen Empfindungen gefragt und welche Geschichte der Stein vielleicht erzählt hat. Beim ersten Mal beginnt am besten ein Erwachsener.