

Barbara Weber-Eisenmann



Wie du dein Kind liebevoll unterstützt,
kleine Aufgaben zu meistern
und eigenständig zu werden

humboldt

Druck, Vervielfältigung und Weitergabe sind nicht gestattet.

© 2024 humboldt. Die Ratgebermarke der Schlütersche Fachmedien GmbH

Barbara Weber-Eisenmann

ICH KANN DAS SCHON!

humboldt

INHALT

Vorwort	6
So hilft dir dieses Buch	8
So prägt euer Alltag dein Kind	12
Bedürfnisorientierte, liebevolle Führung	14
Zugewandtes Zumuten	18
Gemeinsame Aufgaben	20
So entwickelt sich dein Kind	24
Im Alter von 1 bis 3 Jahren	26
Im Alter von 3 bis 6 Jahren	31
Die emotionale Entwicklung von 2 bis 6 Jahren	35
Die Entwicklung der Selbstständigkeit	37
Jedes Kind ist anders	39
So unterstützt du die Selbstwirksamkeit deines Kindes	42
Raum für Selbstwirksamkeit	45
Umgang mit Erfolg	49
So sieht dein Kind die Welt	51
Die Autonomiephase	52
Wage den Perspektivwechsel	55

So hilfst du deinem Kind, es selbst zu tun 58

Die Pädagogik von Maria Montessori	59
Lernen im eigenen Rhythmus	59
Mit Materialien die Welt entdecken	61
Selbstständig zu Hause beschäftigen	63
Die Montessori-Umgebung	64
Montessori in eurem Alltag	69

So fühlt ihr euch im Alltag sicher 73

Regeln und Absprachen	74
Rituale	76
Grenzen wahren und Bedürfnisse erkennen	79
Für dich selbst sorgen	86

So seid ihr im Alltag ein gutes Team 94

Strukturiert euren Tagesablauf	94
Kooperiert miteinander	96
Löst Konflikte klug	105
Bestärke dein Kind	113
Beziehe dein Kind in Entscheidungen ein	114
Schaffe eine Ja-Umgebung	116

Guten Morgen	119
Vom Aufwachen und Aufstehen	119
Im Badezimmer	120
Die Kleiderauswahl	125
Das Frühstück	127
Am Tag	129
Gemeinsam einkaufen	129
Gemeinsam kochen	133
Gemeinsam essen	138
Gemeinsam abwaschen	145
Gemeinsam aufräumen	146
Gemeinsam Wäsche waschen	151
Gemeinsam putzen	153
Am Abend	156
Vom Spiel zur Abendroutine	156
Zähneputzen	158
Gute Nacht	161
Einschlafbegleitung	161
Umzug ins eigene Bett	166
Am Wochenende	170
Freizeitgestaltung	170
Mehr Entscheidungsspielraum	172
Gärtnern	174
Mir ist so langweilig!	176

So meistert ihr den Alltag spielerisch	178
Impulse für die Motorik	180
Impulse für die Sprachförderung	181
Impulse für die Körperwahrnehmung	183
Impulse für die Konzentration	184
Impulse fürs Zuhören	186
Impulse für Farben, Formen und Zahlen	187
Impulse zum Runterkommen	188
So gelingen euch Übergänge	189
Typische Übergänge im Alltag	190
Übergang von Familie zu Kita	192
So geht ihr mit nicht-alltäglichen Situationen um	204
Besuche	207
Familienfeste und Feiertage	209
Urlaub und Ferien	212
Umzug	219
Krankheit	227
So wachst ihr gemeinsam	231
Literatur	232
Danke!	233

VORWORT

Ein selbstständiges Kind, das mit beiden Beinen fest im Leben steht und sein Schicksal mutig selbst in die Hand nimmt – das ist der Wunsch vieler Eltern. Doch wie wird ein Kind selbstständig? Früher dachte man: Durch Abhärtung. Kinder, so die Grundidee der autoritären Pädagogik, sollten am besten von klein auf daran gewöhnt werden, allein klarkommen zu müssen, und bloß nicht durch viel Fürsorge verwöhnt werden. Nicht auszudenken, wie unselbstständig ein Kind werden könnte, wenn man es verzärtelt! Diese Prägungen sitzen in unserer Gesellschaft tief, sehr tief. Und so kommt es, dass Eltern noch heute immer wieder Sorge haben, der Selbstständigkeitsentwicklung ihres Kindes im Weg zu stehen, wenn sie es etwa bei sich im Bett schlafen lassen oder ihm morgens beim Anziehen helfen, obwohl es das eigentlich schon alleine kann. Es ist, als säße in solchen Momenten ein Teufelchen auf unserer Schulter, das uns drohend zuflüstert: Du wirst schon sehen, was du davon hast, dein Kind so zu verwöhnen. Das wird jetzt eine schlechte Angewohnheit, und die kriegt ihr *nie wieder los!*

Doch das Teufelchen hat Unrecht. So funktioniert das nicht. Denn das Paradox kindlicher Entwicklung ist, dass echte Selbstständigkeit aus der Erfahrung erwächst, einmal klein, hilflos und unselbstständig gewesen zu sein – und zugewandte Fürsorge erfahren zu haben. Kinder werden nicht selbstbewusst und stark, wenn wir sie alleine lassen. Sondern wenn wir sie beständig darin bestärken, in kleinen Schritten groß zu werden, in ihrem ganz eigenen Tempo. Dabei brauchen sie die zuversichtliche Bestärkung zum Selbermachen ebenso wie die sanfte emotionale Rückversicherung, wenn eine Aufgabe noch zu schwierig erscheint. Du darfst alles lernen, aber du musst es jetzt noch nicht alleine können – das ist die Botschaft, nach der Kinder sich sehnen und die sie von uns brauchen.

Doch wie geht das konkret: Kinder ermutigen, selbstständig und groß zu werden, ohne zu drängen und zu drohen – und vor allem, ohne sie dabei alleinzulassen? Darüber schreibt Barbara Weber-Eisenmann in diesem Buch wie gewohnt mit so viel Wärme wie Sachverstand. Als erfahrene Pädagogin, aber auch als Mutter weiß sie: Selbstständigkeit entsteht nicht über Nacht, sondern in vielen alltäglichen Interaktionen, in denen es feinfühlig auszuloten gilt, welche Bedürfnisse gerade Raum brauchen und wann es an der Zeit ist, zugewandt auch Zumutungen zu verteilen. Das feine Wechselspiel zwischen Schützen und Schubsen, zwischen Zutrauen und Rückversicherung geben – Barbara Weber-Eisenmann schlüsselt es auf und macht anhand vieler alltagspraktischer Beispiele greifbar, was es wirklich bedeutet, ein Kind in die Selbstwirksamkeit zu begleiten. Dabei spart sie nicht aus, dass dieser Weg manchmal auch Frust und Ärger bedeutet – für Eltern wie für Kinder. Doch auch das darf sein. Denn das eigene Selbst zu finden, ist keine rein harmonische Angelegenheit, sondern ein vielschichtiger Entwicklungsprozess, zu dem Spannungen – in uns selbst und im Miteinander – nicht nur dazugehören, sondern auch eine wichtige Funktion haben. Denn indem Kinder sich an uns und manchmal auch an sich selbst reiben, entwickeln sie Resilienz und formen so ihre ganz eigene Persönlichkeit heraus, die auch an Widerständen wachsen kann.

Ich freue mich, dass mit diesem Buch nun Eltern, aber auch pädagogischen Fachkräften ein so zugewandter wie zeitgemäßer Wegbegleiter durch die Selbstständigkeitsentwicklung unserer Kinder zur Verfügung steht. Möge er möglichst vielen Menschen dabei helfen, Kindern vertrauensvoll und klar zur Seite stehen, während sie ihren Willen, ihre Kraft und ihren Platz in der Welt entdecken – selbstständig, aber nicht allein.

Ihre

Nora Imlau

SO HILFT DIR DIESES BUCH

Hallo, schön, dass du da bist! Du hast dieses Buch gekauft, um dein Kind so gut es geht durch den Alltag zu begleiten. Ich gebe dir Impulse, wie du es dabei altersgerecht in eure Abläufe miteinbeziehen kannst und dadurch euren Alltag leichter machst. So stärkst du dein Kind und euer Familienleben.

Der Alltag mit deinem Kind ist bereichernd, spannend und voller neuer Abenteuer. Du begleitest dein Kind jeden Tag beim Großwerden. Ihr erlebt viele gemeinsame Momente, die ihr in wertvoller Erinnerung behalten werdet.

Manchmal aber ist der Alltag auch stressig und von äußeren Faktoren wie Job, Terminen und anderen Rahmenbedingungen geprägt. Am Abend fragst du dich an einem solchen Tag oft, wo er eigentlich geblieben ist. Vielleicht auch, ob dein Kind zu kurz gekommen ist. Das ist völlig normal.

Diese Sorge möchte ich dir nehmen: Dein Kind erlebt euren Alltag ebenfalls, hat aber oft eine ganz andere Erwartungshaltung als du. Für dein Kind ist vieles daran noch faszinierend und es erlebt ihn spielerisch. Es ist ein Forscher und Entdecker und lernt jeden Tag dazu. Dafür braucht ihr keine „pädagogischen Einheiten“ oder gezielte

Angebote, sondern das passiert ganz automatisch. Du kannst dein Kind also in den Alltag einbeziehen und ihr habt beide etwas davon – dein Kind, das sich selbst erfahren kann und mit seinen Aufgaben wächst, und du, weil du Alltagsarbeiten gemeinsam mit deinem Kind meisterst.

Was für uns „Arbeit“ ist, kann für dein Kind ein spannendes Spiel sein. Dabei steht die *Selbstwirksamkeit* im Vordergrund, also das Gefühl, etwas selbst geschaffen oder geschafft zu haben. Und das passiert einfach so, nebenbei.

Wenn du dein Kind auf diese, eigentlich ziemlich einfache Art und Weise von Anfang an einbeziehst, vermittelst du ihm, dass ihr ein Team seid und dein Kind ein wichtiger Teil der Familie ist.

Das findest du in diesem Buch

Ich möchte dich mit diesem Ratgeber dazu ermutigen, deinem Kind mehr zuzutrauen, und dir Ideen an die Hand geben, wie ihr entspannt und ohne Druck durch viele Situationen des Alltags kommt. Neben ein paar theoretischen Inputs gibt es deshalb viele praktische Tipps und Anregungen.

Im Fokus steht dabei immer dein Kind. Kinder *wollen* sich selbst erfahren und Dinge allein schaffen. Sich selbst zu erfahren, gehört zu einer gesunden Entwicklung dazu. Sie brauchen uns als Begleiter*innen, aber auch als Wegbereiter*innen, um überhaupt die Möglichkeit dafür zu erhalten.

Da die Kapitel nicht zwangsläufig aufeinander aufbauen, kannst du je nach persönlicher Situation innerhalb des Buches zu dem Thema springen, das gerade für dich aktuell und hilfreich ist.

- Ich biete dir eine Orientierung, was dein Kind in welchem Alter schon alles kann, und gebe Impulse, wie du dein Kind in diesen **Entwicklungsschritten** weiter spielerisch fördern kannst. → „So entwickelt sich dein Kind“ ab Seite 24.
- Besonderen Fokus lege ich dabei auch auf die **Selbstständigkeit** und vor allem die **Selbstwirksamkeit** deines Kindes → „So unterstützt du die Selbstwirksamkeit deines Kindes“ ab Seite 42. Und ich ermutige dich, immer wieder seinen Blick einzunehmen → „So sieht dein Kind die Welt“ ab Seite 51.
- Dem Buch zugrunde liegt das von Maria Montessori geprägte Prinzip **„Hilf mir, es selbst zu tun!“** Wie du die richtige Umgebung dafür schaffen kannst, lernst du im Kapitel → „So hilfst du deinem Kind, es selbst zu tun“ ab Seite 58.
- Bevor es ins Detail geht, gebe ich dir in den Kapiteln → „So fühlt ihr euch im Alltag sicher“ ab Seite 73 und → „So seid ihr im Alltag ein gutes Team“ ab Seite 94 allgemeine Tipps mit auf den Weg, wie du dein Kind in seiner **Eigenständigkeit** unterstützen kannst.
- Im Herzstück des Buches → „So gestaltet ihr euren Tag“ ab Seite 118 gehe ich mit dir dann einmal durch einen typischen Tag mit Kind. **Du wirst von mir viele praktische Impulse und Anregungen erhalten, wie du dein Kind im Laufe des Tages an Alltagssituationen teilhaben lassen kannst.** Ich zeige dir auch hier, was dein Kind dabei schon kann und wie du es unterstützen kannst, immer eigenständiger zu werden.
- Ergänzt werden diese Tipps durch **Spielideen**, mit denen ihr Alltagskompetenzen üben könnt → „So meistert ihr den Alltag spielerisch“ ab Seite 179 und für **Übergänge in eurem Alltag**, also Wechsel von einer Situation in eine andere, im Kapitel → „So gelingen euch Übergänge“ ab Seite 189. Dazu gehört auch der **Start in der Kita oder bei Tageseltern.**
- Und zum Abschluss schauen wir **auf Situationen, die euren Alltag durcheinanderwirbeln** können, wie Urlaube, Feste oder auch Krankheitstage, im Kapitel → „So geht ihr mit außergewöhnlichen Situationen um“ ab Seite 204.

Bevor es mit alledem losgeht, erkläre ich dir, worauf meine Haltung und meine Arbeit fußen: auf der bindungs- und bedürfnisorientierten Begleitung von Kindern. Mir ist wichtig, Kinder in ihren Bedürfnissen zu sehen und sie als eigenständige Persönlichkeiten wahrzunehmen. Das bedeutet nicht, dass ihre Bedürfnisse über denen anderer Familienmitglieder stehen – jedes Bedürfnis innerhalb eines Systems (Familie, Kita) ist wichtig. Es bedeutet aber, Kinder ernst zu nehmen und ihren Bedürfnissen auf Augenhöhe zu begegnen. Um Kinder liebevoll und achtsam zu begleiten, ist es entscheidend, in Beziehung mit ihnen zu gehen und zu verstehen, was sie gerade bewegt und beschäftigt. Bin ich mit meinem Kind gut in Beziehung, kann ich auf alte Erziehungsmethoden wie Strafen, Drohungen und sonstige Mittel, die sehr machtgeprägt sind, verzichten. So begleiten wir Kinder zu starken Erwachsenen, die ihre Bedürfnisse, ihre Grenzen und ihren Selbstwert kennen und somit auch widerstandsfähig für alle Herausforderungen des Lebens werden.

Im folgenden Kapitel → „So prägt euer Alltag dein Kind“ wirst du näher erfahren, wie auch du diese Grundhaltung in euren Alltag tragen kannst.

Ich wünsche dir viel Spaß mit diesem Ratgeber, der dich und dein Kind liebevoll und voller Inspirationen durch den Alltag begleiten wird.

Alles Liebe



SO HILFST DU DEINEM KIND, ES SELBST ZU TUN

Wenn es um die Entwicklung und Selbstbestimmung von Kindern im Alltag geht, ist die Pädagogik von Maria Montessori ein wichtiger und wesentlicher Bestandteil. „Hilf mir, es selbst zu tun!“ steht hier im Mittelpunkt. Diese Idee steht auch hinter den Tipps in diesem Ratgeber. Im folgenden Kapitel gehe ich auf die wichtigsten Grundsätze der Montessori-Pädagogik ein und erkläre dir, warum sie für den Alltag mit deinem Kind so wichtig sind und wie du sie gut umsetzen kannst.

Die bindungs- und bedürfnisorientierte Begleitung von Kindern und die Montessori-Pädagogik haben viele Parallelen. Wie in der bindungs- und bedürfnisorientierten Begleitung von Kindern spielen auch in der Montessori-Pädagogik Beziehungen eine wichtige Rolle. Je sicherer gebunden sich dein Kind fühlt, desto sicherer kann es auch seine Welt erkunden und sich ausprobieren.

Der respektvolle Umgang mit dem Kind ist neben der Beziehung ein weiteres wichtiges Fundament. Jedes Kind wird als Individuum gesehen und als autonome Persönlichkeit wahrgenommen. Die Eigenständigkeit eines jeden Kindes ist ebenfalls eine wichtige Gemeinsamkeit. Beide Ansätze unterstützen die Entwicklung von Selbstvertrauen und Selbstständigkeit.

Sprechen wir also von einem selbstwirksamen Alltag mit Kindern, ist die Montessori-Haltung nicht wegzudenken und darf in diesem Buch nicht fehlen.

Die Pädagogik von Maria Montessori

Den Namen Maria Montessori hast du bestimmt schon gehört. Doch wer war diese Frau, die eine so wichtige pädagogische Haltung geprägt hat, und was macht ihre Pädagogik aus?

Maria Montessori war eine italienische Ärztin. Nach ihrem Medizinstudium arbeitete sie in einer psychiatrischen Klinik für Kinder und Jugendliche. Damals (Anfang des 20. Jahrhunderts) wurden Kinder mit psychischen Erkrankungen nur verwahrt. Das war Maria Montessori aber zu wenig und sie entwickelte ein Programm, um diese Kinder zu fördern. Im Rahmen dieser Arbeit erweiterte sie ihr Konzept auch auf gesunde Kinder.

Ihr war es wichtig, Kinder in ihrem individuellen Lerntempo zu begleiten und in ihrer Selbstständigkeit zu unterstützen. Ihre Erkenntnisse und ihren Ansatz fasste sie in einem Konzept zusammen und legte damit den Grundstein für die Montessori-Pädagogik.

Lernen im eigenen Rhythmus

Mittlerweile gibt es weltweit Montessori-Kitas und auch Montessori-Schulen. In beiden Bildungseinrichtungen steht das eigenständige Lernen im Fokus. Die Gruppenräume und Klassenzimmer sind zum Beispiel so gestaltet, dass Kinder die Möglichkeit haben, ihre Umgebung zu erkunden und so ihre Interessen zu entfalten. Ihnen werden Lernangebote gemacht, die individuell angenommen werden. Am Ende haben alle Kinder den gleichen Lernstand (theoretisch),

haben ihn aber auf unterschiedliche Weise beziehungsweise zu unterschiedlichen Zeitpunkten erlangt. Der Bildungs- bzw. Lehrplan fokussiert sich auf die Bedürfnisse, Talente und Begabungen des einzelnen Kindes und behält dessen soziales Lernen im Blick.

Kinder lernen am besten im eigenen Rhythmus, und der Ausspruch „Lass mir Zeit“ ist grundlegende Basis von Maria Montessoris Pädagogik. Sie ging davon aus, dass Kinder bis zum 6. Lebensjahr lernen wollen und alles aufsaugen wie ein Schwamm. Wenn sie eine Thematik interessiert, lernen Kinder im Grunde automatisch: Es müssen ihnen genug Raum, Reize und Inputs gegeben werden, um auch lernen zu können – und sie entscheiden dann selbst, wann sie für das Erlernen bestimmter Fähigkeiten bereit sind.

Damit unterscheiden sich Montessori-Schulen zum Beispiel vom noch oft gelebten Frontalunterricht nach einem festen Lehrplan an staatlichen Schulen. Die pädagogischen Fachkräfte und auch die Lehrer*innen verstehen sich in Montessori-Einrichtungen als unterstützende Wegbegleiter*innen.

KOSMISCHE ERZIEHUNG

Ein weiteres Element der Montessori-Pädagogik ist die „kosmische Erziehung“. Was auf den ersten Blick sehr esoterisch klingt, ist es nicht: Gemeint ist damit, dass Kinder von klein auf auf globale Zusammenhänge und naturwissenschaftliche Gesetzmäßigkeiten aufmerksam gemacht werden sollen, um so ihre immer größer werdende Welt besser erfassen zu können. Somit können sie auch die Folgen ihres Tuns besser abschätzen und leichter Verantwortung dafür übernehmen.

Mit Materialien die Welt entdecken

Zur Unterstützung und Umsetzung der Montessori-Pädagogik gibt es durchdachte Montessori-Materialien.

Maria Montessori teilte die Materialien in fünf Bereiche ein:

1. Materialien für Übungen des täglichen Lebens
2. Sinnesmaterial
3. Mathematikmaterial
4. Sprachmaterial
5. Materialien zur kosmischen Erziehung, also für das Erkennen von Zusammenhängen und naturwissenschaftlichen Prozessen

Mit diesen Materialien sollen nicht nur die oben angesprochenen Bereiche unterstützt werden. Kinder sollen dadurch auch Spaß und Freude am Lernen erfahren, ihre Konzentration und Ausdauer schulen, selbstständig und selbstsicher werden und die Fähigkeit zur Differenzierung und Wahrnehmung erlangen. Das Spielzeug und die Materialien sind oft aus hochwertigem Holz und sehr nachhaltig.

Um dein Kind im Alltag mit Ansätzen aus der Montessori-Pädagogik begleiten zu können, musst du nicht zwangsläufig gekauftes Montessori-Material zu Hause haben. Es lässt sich auch sehr gut selbst herstellen, denn die pädagogische Idee steht ja im Vordergrund und diese lässt sich auch mit einfachen Mitteln veranschaulichen.

Im folgenden Abschnitt gebe ich dir ein paar Impulse für schnell selbstgemachte Spiele im Sinne Montessoris:

Sortierspiele jeder Art

Diese Spiele sind Klassiker aus der Montessori-Pädagogik und eignen sich je nach Schwierigkeitsgrad für Kinder jeden Alters. Sie unterstützen dein Kind dabei, Farben und Formen zu erkennen, Gemeinsamkeiten und Unterschiede zu verstehen, Dinge nach Gruppen zu

ordnen und Zugehörigkeiten zu begreifen. Bereits Babys und Kleinkinder lieben es, zu sortieren. Denk nur daran, wie gern dein Kind deinen Schrank mit Plastikdosen ausräumt. Je älter dein Kind, desto schwieriger können die Aufgaben werden (nach Zahlen oder Buchstaben sortieren zum Beispiel). Je nach Material und Technik (zum Beispiel sortieren mit einer kleinen Zange) wird auch die Feinmotorik gefördert.

Wurfspiele

Stell ein Körbchen auf und lass dein Kind Bälle oder sonstige Dinge, die sich unkompliziert werfen lassen, hineinwerfen. Positioniere das Körbchen je nach Alter so, dass es einfacher oder schwieriger zu treffen ist.

Selbstgemachte Rassel- oder Schüttelgläser

Vielleicht kennst du diese Gläser aus der Babyzeit, je nach Material machen sie auch größeren Kindern Spaß. Fülle ein Gefäß (Glas, Flasche etc.) mit rasselnden Gegenständen wie beispielsweise Nudeln, Reis oder Naturmaterialien. Dein Kind kann damit nun spielen (z. B. ein Geräuschmemory) oder auch zur Ruhe kommen.

Spiele für die Sensorik

Viele Kinder lieben es, Dinge mit den Händen zu begreifen. Stelle verschiedene Schüsseln mit den unterschiedlichsten Materialien bereit und lass dein Kind nun schaufeln, mixen, fühlen, sortieren etc.

Montessori-Materialien müssen also nicht teuer sein und lassen sich schnell selbst herstellen.

SO SEID IHR IM ALLTAG EIN GUTES TEAM

Der wertschätzende und respektvolle Umgang miteinander ist die Basis für ein harmonisches Familienleben. Dazu gehört ein Verständnis für die Bedürfnisse, Sorgen, Ängste und Emotionen aller Familienmitglieder. Sprache und der achtsame Umgang mit Worten sind dabei wichtige Faktoren. Genauso wie der persönliche Freiraum und Rückzugsmöglichkeiten für alle, um gut und gestärkt durch den Familienalltag zu kommen. Das Verständnis füreinander ist hier ein wichtiger Schlüssel.

Dein Alltag wird vermutlich von zwei unterschiedliche Rhythmen geprägt: einem strukturierten und einem spontanen Teil. An manchen Tagen hast du viel Spielraum, spontan Dinge zu unternehmen, an manchen kaum. Dein Kind muss sich vielen Abläufen anpassen und gleichzeitig passt sich auch dein Alltag dem deines Kindes an. Je älter dein Kind, desto mehr feste Termine stehen in eurem Kalender – Sporttermine, Spielverabredungen und so weiter.

Strukturiert euren Tagesablauf

Dein Kind kann dabei leichter kooperieren, wenn es weiß, was auf es zukommt. Ist dein Kind noch sehr klein, ist das alles noch sehr abstrakt, aber auch Kleinkinder spüren Routinen und Abweichungen

davon. Wie strukturiert euer Tag sein muss, kannst nur du wissen. Vermutlich weicht die Struktur auch innerhalb der Woche ab, das Wochenende wird anders verlaufen als die Wochentage. Das ist auch völlig in Ordnung. Kinder brauchen aber eine gewisse Struktur, um sich orientieren zu können.

WOCHENPLAN

Eine gute Möglichkeit, Routinen zu veranschaulichen, sind Wochenplaner für Kinder. Du kannst sie selbst gestalten, aber auch fertig kaufen. Am besten nimmst du Magnete mit den unterschiedlichen Routinen und Abläufen und hängst sie unter den jeweiligen Tag. Zum Beispiel: Mama Arbeit, Papa Arbeit, Kita, Spielplatz, Freund*innen besuchen, Turnen, Schwimmen, Garten, Oma und Opa besuchen, Basteln, Arztbesuch, Einkaufen usw., aber auch Kleinteiliges wie Zähneputzen. Dein Kind sieht so auf einen Blick, was in der Woche ansteht und wann Wochenende ist. Der aktuelle Tag wird immer gesondert markiert. Du kannst diesen Plan mit deinem Kind gemeinsam gestalten und es neue Aktivitäten selbst anpinnen lassen oder gemeinsam mit ihm Magnete entfernen, wenn etwas ausfällt. So bekommt dein Kind ein Gefühl für die Aktivitäten während der Woche und fühlt sich integriert. Sein Tagesablauf ist optisch sichtbar. Das vermittelt nicht nur das gute Gefühl, involviert zu sein, sondern gibt deinem Kind auch viel Sicherheit.

Auch dir selbst gibt diese Art der Visualisierung einen Überblick, zeigt dir, wo und wie du dein Kind mitnimmst, aber auch, wann und wie oft du gegebenenfalls die Tagesplanung umwerfen musstest. Ein solcher Plan hilft auch dir zu schauen, ob die Menge der Aktivitäten auf eurem Tagesplan für dein Kind angemessen oder zu viel war.

Zusätzlich zur Visualisierung ist es wichtig, gemeinsam über den Tag zu sprechen. Erzähle deinem Kind, was heute alles passieren wird. Dein Kind kann sich so darauf einstellen und hat zumindest schon

mal gehört, was noch alles ansteht. Du kannst dein Kind gerne fragen, worauf es denn nach der Kita (oder am Wochenende) Lust hat. Tut sich dein Kind noch schwer damit, Vorschläge zu machen, kannst du die Auswahl etwas eingrenzen: *„Möchtest du heute nach der Kita lieber im Garten oder auf dem Spielplatz spielen?“*

Und dann gibt es natürlich auch Tage, an denen ihr euch einfach treiben lassen könnt, nichts ansteht und ihr das macht, wonach dir und deinem Kind ist. Die sind in der Regel am tollsten und schaffen die schönsten Erinnerungen.

Um den Tag gut abzuschließen, kannst du ihn gemeinsam mit deinem Kind auch noch mal Revue passieren lassen. Was war gut an eurem Tag? Was hat besonders viel Spaß gemacht? Was war schön, was war nicht schön? So hilfst du deinem Kind, den Tag gut abzuschließen, und gibst ihm die Möglichkeit, noch mal über bestimmte Situationen nachzudenken und mit dir gemeinsam zu reflektieren oder Dinge überhaupt zu erzählen. Das hilft deinem Kind, die eigenen Gefühle zu sortieren und einzuordnen, und gibt ihm auch das Gefühl, wichtig zu sein, wenn du ehrlich interessiert bist, wie sein Tag war.

Kooperiert miteinander

Unser Zusammenleben ist geprägt von gegenseitiger Kooperation. Der Familientherapeut Jesper Juul sagte in vielen Interviews: *„Kinder wollen kooperieren.“* Sie wollen uns Erwachsenen gefallen und dazu beitragen, dass wir ein Team sind.

So viel zur Theorie. Im Alltag sieht das auf den ersten Blick meist anders aus, und du hast oft das Gefühl, dass dein Kind alles andere macht, nur eines nicht: mit dir und der Situation zu kooperieren.

Ich möchte mir dir genauer hinsehen, was für die Kooperationsbereitschaft deines Kindes wichtig ist und warum sie auch mal aufgebraucht sein kann.

Sehen und gesehen werden

Wenn dein Kind von sich aus mit dir kooperieren möchte, braucht es dennoch die Möglichkeit und den Raum dafür. Du selbst bist hier wie in so vielen Dingen ein wichtiges Vorbild. Sei dir bewusst, wie oft du mit deinem Kind kooperierst, denn von dir lernt es, wie eine Kooperation aussehen und sich anfühlen kann.

Eine typische Situation, in der Kooperation notwendig ist, kennst du sicher: Du möchtest nach Hause gehen, dein Kind aber noch weiterspielen. Erlaubt es die Zeit, könnt ihr einen Kompromiss finden: Ihr geht noch nicht sofort, sondern vereinbart eine Zeit, in der dein Kind noch etwas spielen kann, und dann erst geht ihr verbindlich nach Hause. In diesem Beispiel kooperiert ihr beide – du mit deinem Kind, indem du es noch weiterspielen lässt, und dein Kind mit dir, indem ihr dann zum vereinbarten Zeitpunkt nach Hause geht.

Je öfter dein Kind erlebt, dass auf seine Bedürfnisse und Wünsche eingegangen wird, umso mehr wird es auf Dauer bereit sein, auch mit dir zu kooperieren.

Im Alltag geben wir Erwachsene den Kindern sehr viel vor. Oft gar nicht selbstbestimmt, sondern weil die Rahmenbedingungen mit Job und Kita es so fordern. Nicht immer kannst du auf die individuellen Bedürfnisse deines Kindes Rücksicht nehmen, aber du kannst sie sehen und thematisieren und dein Kind so ernst nehmen: *„Ich kann verstehen, dass du heute lieber zu Hause bleiben und weiter mit deiner neuen Kugelbahn spielen möchtest. Ich muss aber zur Arbeit und kann nicht mit dir daheimbleiben. Nach der Kita spiele ich mit dir gemeinsam mit der Bahn.“*

**ACHTUNG: BLEIB VERBINDLICH**

Dein Kind verlässt sich auf dein Versprechen und freut sich vielleicht den ganzen Tag auf diese gemeinsame Aktivität mit dir. Wenn du es nicht einhalten kannst, dann teile das deinem Kind ehrlich mit – dein Kind wird vielleicht enttäuscht sein, aber es merkt, dass du daran gedacht und dein Versprechen nicht vergessen hast. Weniger wertschätzend wäre, wenn du es von vornherein nicht ernst nimmst, beziehungsweise darauf baust, dass dein Kind eure Abmachung bis zum Nachmittag eh schon wieder vergessen hat. Das kann natürlich passieren, sollte von dir aber nicht einkalkuliert werden. Dein Kind braucht deine verlässlichen Aussagen für seine Sicherheit.

Wenn wir aber ehrlich sind, gibt es viele Situationen im Alltag, in denen wir auf die Bedürfnisse und Wünsche unserer Kinder eingehen können – ohne, dass es uns wirklich den Alltag so durcheinanderbringt, dass er nicht mehr zu bewerkstelligen wäre.

Was passiert denn tatsächlich, wenn ihr noch eine Weile auf dem Spielplatz bleibt? Ist wirklich keine Zeit, den Bagger auf dem Nachhauseweg der Kita zu bestaunen? Wie schlimm ist es, wenn du 15 Minuten später mit Kochen beginnst oder ihr etwas anderes, Schnelleres zubereitet?

Ist es also möglich, auf dein Kind einzugehen, spricht nichts dagegen. Warum auch? Sprüche wie „*Dein Kind tanzt dir dann aber auf der Nase herum!*“, kannst du getrost ignorieren. Dein Kind lernt, dass es wichtig ist und gesehen wird, und ist durch diese Sicherheit viel mehr in der Lage, mit dir zu kooperieren. Und das tut es, Tag für Tag:

SO GESTALTET IHR EUREN TAG

Du hast jetzt schon sehr viel über die Selbstwirksamkeit deines Kindes gelesen. Darüber, wie ihr im Alltag ein gutes Team seid, wie ihr euch dort sicher fühlt und was euch dabei helfen kann. Im folgenden Kapitel gebe ich dir viele Impulse, Ideen und Anregungen, wie du dein Kind ganz konkret am Alltag teilhaben lassen kannst. Du erfährst, was es dabei lernt und wie ihr das gemeinsam gut umsetzen könnt.

Dabei gehen wir gemeinsam durch einen üblichen Tag: von Montag bis Sonntag, vom Morgen bis zum Abend. In Familien läuft nicht immer alles gleich ab, aber die Momente, in denen du dein Kind gut im Alltag mitnehmen kannst, gleichen sich meist. Deshalb können meine Tipps und Inspirationen vielen Familien weiterhelfen. Such dir einfach das heraus, was für dich gut klingt und gut umsetzbar ist. Manche Beispiele lassen sich auch leicht auf andere Situationen übertragen. Im Fokus steht immer die Eigenständigkeit deines Kindes, aber auch das gemeinsame Gestalten der jeweiligen Situationen.

Guten Morgen

Der Start am Morgen ist oft entscheidend dafür, wie der restliche Tag ablaufen wird. Ist er hektisch und voller Stress, muss dieser im Laufe des Tages erst wieder abgebaut werden. Bereits hier kann dein Kind viel gestalten, und vielleicht hilft das auch, den Tag entspannter zu beginnen und ohne einen Rucksack voller Stress zu starten.

Vom Aufwachen und Aufstehen

Die Aufstehzeit wird leider oft von äußeren Faktoren wie Job oder Kita bestimmt und somit von dir festgelegt. Daran wirst du wenig ändern können, in der Ausgestaltung aber hast du durchaus Spielraum.

So könnt ihr den Tagesbeginn zusammen gestalten:



- Ihr könnt am Abend zum Beispiel gemeinsam einen Wecker stellen und euch ein Aufwachritual überlegen, was deinem Kind den Start in den Tag erleichtert. Das könnte das sanfte Wecken (leise Musik, Vorhänge auf etc.) oder gemeinsames Kuscheln in den Tag sein. Schaut, was für euch passt.
- Überlegt und besprecht, was der Tag alles bereithalten wird: Kita, eventuelle Aktivitäten am Nachmittag, was es zum Abendessen gibt und so weiter. Frag dein Kind, was es gerne machen möchte und lass ihm bei allen Dingen, bei denen es möglich ist, Wahlfreiheit und Mitentscheidungsrecht. So ist es von Anfang an dabei und kann sich auf den Tag einstellen. Habt ihr einen Wand- oder Wochenkalender, visualisiere die anstehenden Termine.
- Falls noch Zeit ist, plant genug Zeit fürs Spielen ein oder lest zusammen ein Buch. Weiterspielen kann dein Kind dann in der Kita. Beende diese Phase also nicht mit den Worten „Jetzt ist das Spielen vorbei!“, sondern mit der Aussicht darauf, dass es gleich in der Kita weiterspielen kann. Das erleichtert den Übergang von zu Hause in die Kita. (Mehr zum Thema „Übergänge“ findest du im Kapitel → „So gelingen euch Übergänge“ ab Seite 189.)

**Das lernt dein Kind dabei:**

- Selbstbestimmtheit und Selbstwirksamkeit
- Entscheidungen zu treffen
- Rücksicht auf eigene Gefühle und Befindlichkeiten (zum Beispiel beim Aufwachritual) zu nehmen

**Das brauchst du dazu:**

- Zeit und Geduld
- alles, was du für eure Rituale benötigst (Buch, Hörbuch etc.)
- Wecker

Im Badezimmer

Nach dem Aufstehen geht es ins Badezimmer. Hier steht die Selbstpflege im Vordergrund, ein Bereich, in dem dein Kind viel lernen muss. Das alles geschieht in einer Umgebung, die für dein Kind sehr spannend sein kann – es gibt viele Gerüche und natürlich: Wasser. Die meisten Kinder lieben es, zu planschen und mit Wasser zu experimentieren. Es ist aber völlig normal, wenn dein Kind immer mal wieder eine Phase hat, in der es Wasser ablehnt. Du erinnerst dich vielleicht noch an die Babyzeit: Hat dein Kind gerne gebadet? War das durchgängig so oder gab es auch Phasen, in denen Baden mit viel Weinen und Schreien verbunden war? Oder hattest du von Anfang an eine Wasserratte? Jedes Kind ist anders und bei jedem Kind können sich solche Phasen abwechseln. Manchmal gibt es auch beides: Das Spielen mit Wasser im Waschbecken ist super, das Wasser in der Badewanne aber ganz furchtbar.

So könnt ihr die Zeit (morgens) im Bad zusammen gestalten:



Im Badezimmer geht es viel um Körperlichkeit. Hier ist es besonders wichtig, dass du dein Kind gut mitnimmst und seine körperlichen Grenzen respektierst. Das heißt nicht, dass es in Ordnung ist, wenn es nie wieder badet oder sich nie die Zähne putzt. Sei in guter Beziehung mit deinem Kind und erkläre ihm ruhig und klar die Notwendigkeit dieser Vorgänge. Du begleitest es gut durch die Situation, auch wenn es keine Lust auf hygienische Handlungen wie Zähne putzen hat. Du bist in Verbindung mit deinem Kind. Gleichzeitig gibt es Grenzen, die du respektieren kannst, zum Beispiel, wenn sich dein Kind allein abtrocknen möchte, nicht angefasst werden will oder sich alleine ausziehen mag. Je älter dein Kind ist, desto mehr wirst du es auch allein agieren lassen können, denn: Je autonomer es entscheiden und agieren darf, desto weniger Stress werdet ihr im Badezimmer haben.

- **Schafft eine kindgerechte Umgebung.** Im Badezimmer sollten alle Gegenstände, die dein Kind selbstständig benutzen darf, auch gut für es erreichbar sein, also Bürste, Handtuch usw., aber auch das Waschbecken mittels eines Hockers. Zur kindgerechten Umgebung gehört auch die Sicherheit, sprich alles, was gefährlich werden könnte oder dir wichtig ist (teures Parfum z. B.), sollte außer Reichweite deines Kindes stehen.

Wichtig ist es für dein Kind, sich dabei zu sehen. Platziere also einen kleinen Spiegel gut sichtbar in Augenhöhe deines Kindes. So kann dein Kind die eigene Körperhygiene beobachten und auch kontrollieren.

- **Besorge für dein Kind eigene Produkte.** Dein Kind wird stolz und somit viel lieber eigene Produkte benutzen, zum Beispiel eine eigene Kinderseife. Manche Kinder lehnen so etwas aber auch ab: „*Ich bin schon groß!*“ Ist das bei euch auch so? Dann erlaube und ermögliche deinem Kind, eure Erwachsenenprodukte zu benutzen. Ähneln sich Produkte, kannst du sie mit einem farblichen Klebepunkt oder Aufkleber farblich gestalten und so für dein Kind unterscheiden.

BADEN LEICHT GEMACHT

Gerade, wenn dein Kind nicht gerne badet, empfehlen sich Rituale. Finde heraus, zu welcher Tageszeit dein Kind am liebsten badet und macht gemeinsam ein schönes oder lustiges Erlebnis daraus. Lass dein Kind seinen Lieblingsduft aussuchen oder findet einen Badezusatz. Dein Kind kann dir helfen, alle Utensilien bereitzulegen, also ein Handtuch oder Badespielzeug. Bau thematische Abenteuer mit ein, also lass ein Badeboot sinken oder rettet gemeinsam einen Waschlappen – der Fantasie sind hier keine Grenzen gesetzt.

Ihr könnt auch zusammen baden, wenn euch das beiden gefällt.

Frag dabei immer dein Kind:

- *„Wann möchtest du lieber baden – in der Früh oder am Abend?“*
- *„Möchtest du heute lieber duschen oder baden?“*
- *„Magst du Musik beim Baden hören? Laute Musik oder leise Musik?“*
- *„Welche Badetiere möchtest du mitnehmen?“*
- *„Welche Farbe soll dein Badewasser haben?“*
- *„Lieber mit Schaum oder lieber ohne?“*

- **Lass es selbst machen.** Am Anfang wirst du noch viel übernehmen, aber trau deinem Kind immer mehr zu. Hände waschen, die Zahnbürste halten, Haare kämmen, die Haarspange aussuchen, das Handtuch aufhängen, sich eincremen usw. – es gibt so viele Schritte im Bad, die dein Kind erlernen und bald selbstständig erledigen kann. Erkläre die notwendigen Schritte und warum sie wichtig sind. Sei Vorbild und lass dein Kind zuschauen, wie du dir beispielsweise die Haare kämmt. Dein Kind wird es dir bald nachmachen – und zwar ganz allein. Hänge Bilder mit den jeweiligen Schritten gut sichtbar im Bad auf (z. B. zum Händewaschen). Wenn es die Zeit zulässt, kämmt euch die Haare auch mal gegenseitig oder macht ein Friseurspiel daraus.

Je selbstbestimmter dein Kind sein darf, desto mehr macht der Aufenthalt im Badezimmer auch Spaß.

- **Seid erfinderisch beim Haarewaschen.** Haarewaschen ist ein Vorgang, den viele Kinder am liebsten abschaffen würden. Und trotzdem kommt man nicht daran vorbei. Wenn Shampoo komplett abgelehnt wird, reicht warmes Wasser völlig aus. Wenn dein Kind Schaum toleriert, dann achte bitte darauf, dass es sich wirklich um ein Kindershampoo handelt, das nicht in den Augen brennt. Wenn die Dusche Angst macht oder unangenehm ist, dann kannst du den Schaum auch mit einem Becher voll Wasser abspülen – oder dein Kind macht das eben auch gleich selbst. Das gilt auch für den Duschkopf: Dein Kind darf sich selbst die Haare waschen, wenn es das möchte und schon kann. Lass dein Kind dir die Haare waschen oder wascht sie euch gegenseitig. Ältere Kinder können eine Schwimm- oder Taucherbrille oder Schirmmützen, die es extra zum Haarewaschen gibt, aufsetzen: Das schützt vor Schaum in den Augen und kann auch gleich in ein Spiel integriert werden. Lass dein Kind also viel selbst machen. Wenn es das Gefühl hat, die Kontrolle über das Wasser über ihm zu haben, wird Haarewaschen deutlich angenehmer für dein Kind.
- **Gestalte eure Zeit im Bad spielerisch.** Wasser übt auf viele Kinder eine magische Anziehungskraft aus. Wasserspiele jeder Art sind faszinierend, und wo, wenn nicht im Badezimmer, kann dein Kind dieser Faszination besser nachgehen? Plane also genug Zeit ein und biete deinem Kind die Möglichkeit, am Waschbecken mit Wasser zu spielen. Um nicht zu viel Wasser zu verschwenden, lege die Menge fest oder stell eine Schüssel bereit, in der das Wasser aufgefangen werden kann. Solche Aktivitäten passen zeitlich vermutlich nicht in eure Morgenroutine. Aber vielleicht ist am Wochenende oder am Abend Zeit dafür?
- **Lass dein Kind auch beim Wickeln oder auf der Toilette selbstwirksam sein.** Wird dein Kind noch gewickelt, ist auch hier die Selbstwirksamkeit wichtig. Lass dein Kind wenn möglich eigenständig auf den Wickeltisch klettern. Das ist nicht nur ein spannendes Spiel und eine schöne motorische Herausforderung, sondern dein Kind kann dir so auch ein deutliches Signal geben: „*Jetzt bin ich bereit zum Wickeln!*“

Auch das selbstbestimmte Benutzen der Toilette oder eines Töpfchens ist eine wertvolle Erfahrung in der Autonomieentwicklung deines Kindes. Dabei ist wichtig, dass dein Kind in der Phase der Sauberkeitsentwicklung Kleidung trägt, die es selbstständig und schnell an- und ausziehen kann. Ebenso wichtig ist auch die richtige Toilettenumgebung, also eine gute Erreichbarkeit und heimelige Umgebung. Für windelfreie Kinder, bei denen auch noch mal was daneben geht, ist es sinnvoll, frische Unterhosen in der Nähe der Toilette aufzubewahren, an die sie selbstständig herankommen. So kann dein Kind, ohne zu fragen oder dich zu rufen, schamfrei und unkompliziert für seine eigene Sauberkeit sorgen.



Das lernt dein Kind dabei:

- Körperhygiene und ihre Abläufe
- Selbstständigkeit
- das Wahren von Grenzen
- Sinneserfahrung (beim Spiel mit dem Wasser)
- selbstständig zur Toilette zu gehen



Das brauchst du dazu:

- einen Tritt oder Hocker oder eine andere Möglichkeit für dein Kind, um ans Waschbecken zu gelangen
- Toilettensitz oder Töpfchen
- Körbchen mit Waschutensilien und Hygieneartikel für dein Kind, das gut erreichbar ist, oder eine Schublade, an die dein Kind gut herankommt
- Handtuch, Seife etc., ebenfalls gut erreichbar für dein Kind
- einen Spiegel
- Badespielzeug oder Badezubehör
- Kinderprodukte wie Kinderseife, falls gewünscht
- Wenn ihr mögt, Kinderduschen, die in die Dusche montiert werden können.

Liebevoll den Selbstwert des Kindes stärken



- Der praktische Elternratgeber zur Förderung der inneren Stärke beim Kind
- Innere Stärke, Selbstbewusstsein und Selbstvertrauen sorgen dafür, dass Kinder psychisch gesund bleiben und mit herausfordernden Situationen im Leben gut umgehen
- Mit konkreten Handlungstipps, Formulierungshilfen – so funktioniert der bindungsorientierte Erziehungsstil auch im Familienalltag

Barbara Weber-Eisenmann

Kinder liebevoll stärken

248 Seiten

14,5 x 21,5 cm, Softcover

ISBN 978-3-8426-1702-5

€ 22,00 (D) / € 22,70 (A)

Der Ratgeber ist auch als eBook erhältlich.

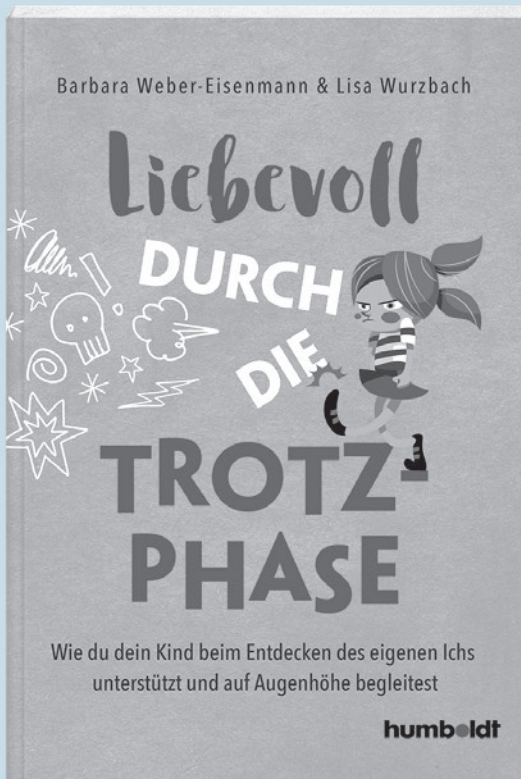
humboldt

...bringt es auf den Punkt.

Druck, Vervielfältigung und Weitergabe sind nicht gestattet.

© 2024 humboldt. Die Ratgebermarke der Schlütersche Fachmedien GmbH

Die besten Tipps der Kita-Profis



Stand 2024; Änderungen vorbehalten.

- Der zeitgemäße Eltern-Ratgeber für die Autonomiephase
- Mit konkreten Handlungstipps, Formulierungshilfen und „Feel goods“ für Eltern – so funktioniert der beziehungsorientierte Erziehungsstil auch im Familienalltag

Barbara Weber-Eisenmann, Lisa Wurzbach

Liebevoll durch die Trotzphase

248 Seiten, Softcover

14,5 x 21,5 cm

ISBN 978-3-8426-1681-3

€ 20,00 (D) / € 20,60 (A)

Der Ratgeber ist auch als eBook erhältlich.

humboldt

...bringt es auf den Punkt.

Druck, Vervielfältigung und Weitergabe sind nicht gestattet.

© 2024 humboldt. Die Ratgebermarke der Schlütersche Fachmedien GmbH

Die kindliche Wahrnehmung stärken – Streit und Stress verringern



- Der erste Elternratgeber zur „kindlichen Wahrnehmung“ und „Eigenwahrnehmung“
- Für eine gesunde Entwicklung und starke Bindung – mit leicht umzusetzenden Tipps
- Für Eltern mit Kindern zwischen 2 und 6 Jahren

Inke Hummel

Mit allen Sinnen wachsen

240 Seiten, Softcover

14,5 x 21,5 cm

ISBN 978-3-8426-1699-8

€ 22,00 (D) / € 22,70 (A)

Der Ratgeber ist auch als eBook erhältlich.

humboldt

...bringt es auf den Punkt.

Druck, Vervielfältigung und Weitergabe sind nicht gestattet.

© 2024 humboldt. Die Ratgebermarke der Schlütersche Fachmedien GmbH

Gefühlen und Gedanken rund um den Schulstart Raum geben



- Einzigartiges Konzept: Vorlesegeschichte und Elternratgeber in einem Buch
- Kindliche Gefühle ernst nehmen und darüber sprechen – das Buch bietet Hilfestellungen für Eltern und Identifikationsmöglichkeiten für Kinder
- Mit vielen Tipps und Impulsen, damit Eltern und Kind ins Gespräch kommen

Inke Hummel

Ups, ich komme in die Schule

80 Seiten, illustriert von Verena Potthast

17,0 x 24,0 cm, Hardcover

ISBN 978-3-8426-1726-1

€ 18,00 [D] · € 18,50 [A]

Der Ratgeber ist auch als eBook erhältlich.

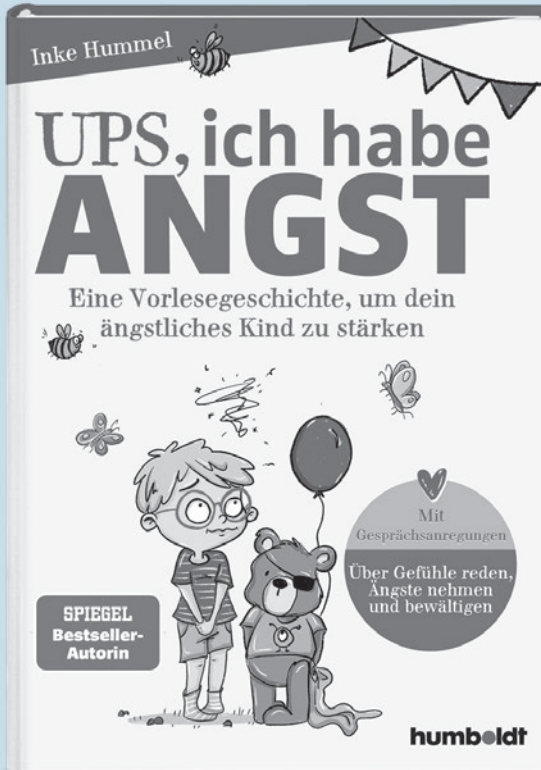
humboldt

...bringt es auf den Punkt.

Druck, Vervielfältigung und Weitergabe sind nicht gestattet.

© 2024 humboldt. Die Ratgebermarke der Schlütersche Fachmedien GmbH

Gemeinsam über Ängste und Gefühle sprechen



- Einzigartiges Konzept: Vorlesegeschichte und Elternratgeber in einem Buch
- Kindliche Gefühle ernst nehmen und darüber sprechen – das Buch bietet Hilfestellungen für Eltern und Identifikationsmöglichkeiten für Kinder
- Mit vielen Tipps und Impulsen, damit Eltern und Kind ins Gespräch kommen

Inke Hummel

Ups, ich habe Angst

80 Seiten, illustriert von Verena Potthast

17,0 x 24,0 cm, Hardcover

ISBN 978-3-8426-1738-4

€ 18,00 [D] · € 18,50 [A]

Der Ratgeber ist auch als eBook erhältlich.

humboldt

...bringt es auf den Punkt.

Druck, Vervielfältigung und Weitergabe sind nicht gestattet.

© 2024 humboldt. Die Ratgebermarke der Schlütersche Fachmedien GmbH

Starke Kommunikation = starke Bindung



Stand 2024; Änderungen vorbehalten.

- Der Ratgeber liefert alltagstaugliche Impulse, damit Eltern mit ihrem Kind spielerisch und ohne Druck ins Gespräch kommen, die Bindung vertiefen und Konflikte lösen können
- Die besten Tipps für mehr Leichtigkeit im Familienalltag von einer erfahrenen Familienberaterin – für Eltern von 2–6-jährigen Kindern

Michèle Liussi

Kinderleicht ins Gespräch kommen

184 Seiten

14,5 x 21,5 cm, Softcover

ISBN 978-3-8426-1720-9

€ 22,00 [D] · € 22,70 [A]

Der Ratgeber ist auch als eBook erhältlich.

humboldt

...bringt es auf den Punkt.

Druck, Vervielfältigung und Weitergabe sind nicht gestattet.

© 2024 humboldt. Die Ratgebermarke der Schlütersche Fachmedien GmbH

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <https://dnb.de> abrufbar.

ISBN 978-3-8426-1729-2 (Print)

ISBN 978-3-8426-1730-8 (PDF)

ISBN 978-3-8426-1731-5 (EPUB)

Originalausgabe

© 2024 humboldt

Die Ratgebermarke der Schlütersche Fachmedien GmbH

Hans-Böckler-Allee 7, 30173 Hannover

www.humboldt.de

www.schluetersche.de

Autorin und Verlag haben dieses Buch sorgfältig erstellt und geprüft. Für eventuelle Fehler kann dennoch keine Gewähr übernommen werden. Weder Autorin noch Verlag können für eventuelle Nachteile oder Schäden, die aus in diesem Buch vorgestellten Erfahrungen, Meinungen, Studien, Therapien, Methoden und praktischen Hinweisen resultieren, eine Haftung übernehmen.

Etwaige geschützte Warennamen (Warenzeichen) werden nicht besonders kenntlich gemacht. Daraus kann nicht geschlossen werden, dass es sich um freie Warennamen handelt.

Alle Rechte vorbehalten. Das Werk ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der gesetzlich geregelten Fälle muss vom Verlag schriftlich genehmigt werden.

Lektorat:	Katharina Spangler, Neumarkt i. d. OPf.
Covergestaltung:	ZERO Werbeagentur, München
Coverfoto:	Shutterstock/lena_nikolaeva, HappyPictures
Korrekturat:	Miriam Buchmann, Hannover
Satz und Illustrationen:	PER MEDIEN & MARKETING GmbH, Braunschweig
Druck und Bindung:	gutenberg beuys feindruckerei GmbH, Langenhagen

Kleine Aufgaben – starke Kinder

Kann mein Kind das schon? Kann ich ihm zutrauen, sich allein anzuziehen, die Zähne zu putzen, das Zimmer aufzuräumen oder eigene Ideen bei Langeweile zu entwickeln? Die Pädagogin Barbara Weber-Eisenmann erklärt dir, wie du die Eigenständigkeit deines Kindes unterstützt, indem du es in deine Alltagsaufgaben einbeziehst. So förderst du nicht nur die kindliche Entwicklung und das Bedürfnis nach Autonomie, sondern findest selbst mehr Entspannung. Dieser Ratgeber zeigt dir, was dein Kind schon kann, wie du seine Selbstständigkeit liebevoll unterstützt und wie ihr im Alltag ein gutes Team seid.



Dein Weg zu einer harmonischen Eltern-Kind-Beziehung und mehr Entspannung im Alltag.

BARBARA WEBER-EISENMANN ist Pädagogin, Bloggerin und Mutter. Als erfahrene Leiterin im Kita- und Grundschulbereich weiß sie, welche Sorgen und Fragen Eltern besonders beschäftigen. Die gefragte Expertin setzt sich beruflich und privat für eine bindungsorientierte Begleitung von Kindern ein. Aufgrund ihrer liebevollen Sicht auf die Kleinsten und ihrer praktischen Tipps folgen ihr zehntausende Eltern auf ihren Social-Media-Kanälen.

www.humboldt.de

ISBN 978-3-8426-1729-2



9 783842 617292 22,00 EUR (D)