Kindertagesstättengeflüster

Unsere Kinder sind auf der Reise, ihr Leben lang.

Viele Haltestellen müssen sie anfahren, mal bleiben sie kurz, mal halten sie länger.

Eine Haltestelle ist unser Kindergarten.

Die Kinder packen in unserer Einrichtung vieles in ihren Koffer, auf das sie auf ihren Weg immer wieder zurückgreifen können.

KATH. KINDERTAGESSTÄTTE ST. SEBASTIAN
REICHMANNSDORF

Schmiedsberg 6
96132 Schlüsselfeld

Tel.: 09546 / 1377

E-Mail: st-sebastian.reichmannsdorf@kita.erzbistum-bamberg.de

Juni 2017

Unsere Konzeption ist veröffentlicht auf
unserer web-side:
www.kita-reichmannsdorf.de

**Seit dem 1. Januar 2012 ist das offiziell
anerkannte Haus des Kindes
St. Sebastian Reichmannsdorf
Familienstützpunkt**

Bankverbindung:

BIC GENODEF1BGB Raiba Burgebrach
IBAN DE25770620140000202746
Elternbeiträge
DE69770620140 100 202746
Spielgeld

Kath. Kirchenstiftung St. Sebastian
Reichmannsdorf - Kindertagesstätte

Für „zweckgebundene Spenden" bedanken wir uns

Termine

01.06.2017 Spielzeugmitbringtag

Elternfrühstück

Aktion Bücherwurm NM

05.06.2017 Pfingstmontag Feiertag

Waldwoche - Wir sind von Di – Fr. vormittags mit Frau Förster Brigitta Weikhart an der Waldhütte
Zufahrt über Melsendorf - bitte da sein bis 8:30 Uhr
Abholung 11:45 Uhr
Krippe bleibt in der Einrichtung

Nachholtermin für die Osterwaldwoche: 22.-25.08.2017

13.06.2017 Krabbelkäfertreffen

Ausflug nach Schweinfurt
Kita ist geöffnet für Kinder mit Betreuungsbedarf

14.06.2017 Schultütenbastelaktion **13:00 Uhr**

15.06.2017 Fronleichnam Feiertag

16.06.2017 Brückentag geschlossen

18.06.2017 Fronleichnamsprozession
Reichmannsdorf

20.05.2017 Fotograph im Haus

22.06.2017 Aktion Bücherwurm

27.06.2017 Krabbelkäfertreffen

30.06.2017 Elterncafè NM

<u>Achtung – Achtung !</u>

Sonnenschutz bitte beachten!

Bitte bringen Sie Ihre Kinder morgens eingecremt (mind. Lichtschutzfaktor 30) in die Kita

Bitte geben Sie Ihren Kindern eine geeignete Kopfbedeckung mit in die Kita

Bitte stellen Sie eine Sonnenschutzcreme ins Garderobenfach Ihres Kindes zum Nachcremen

Danke

Unsere Waldtage im Juni 2017

Unser Jahresthema heißt: **Mit allen Sinnen die Natur er-LEBEN und be-GREIFEN.**

Mit unseren **Augen** wollen wir den Wald, die Pflanzen und Sträucher in ihrer grünen Vielfalt wahrnehmen und differenzieren mit Such-und Zuordnungsspielen.

Unsere Vorfahren konnten mit ihren **Nasen** Gerüche und Düfte genauer unterscheiden und erkennen. Wir werden unterschiedliche Blätter, Pflanzenteile, Rinden und Waldboden sammeln, bestimmen und zuordnen: in angenehme und unangenehme Gerüche sortieren.

Um die Natur richtig zu BEGREIFEN, brauchen wir auch unsere Hände. Mit ihnen ertasten wir verschiedene Baumrinden, Blattformen und Bodenmaterialien. Aber auch mit unseren Füßen können wir die Natur er-**FÜHLEN** wir bauen unseren eigenen Barfußpfad.

Der Frühling ist die Jahreszeit, in der es in Wald und Flur viele Geräusche zu **HÖREN** gibt.

Wir lauschen und unterscheiden mit geschlossenen Augen den Geräuschen und Tönen, die in der Natur vorkommen und die vom Menschen erzeugt werden. Wir hören die unterschiedlichen Vögel singen und ordnen Vögel und deren Gesang zu.

Früher freuten sich die Menschen über die Vielzahl der Nährkräuter und -pflanzen, die der Frühling hervorbrachte. Wir **SCHMECKEN** verschiedene Pflanzen und Kräuter, die gesund sind und auch noch gut schmecken. Wir bereiten Kräuterbutterbrote, braten uns Kräuterpfannkuchen und stellen selbst Birkenblätterchips her. Tannenspitzentee und Kräuter-Quellwasser ergänzen unsere Mahlzeit.

Viel Freude mit Ihren Kindern im Frühling wünscht Ihnen Ihre Brigitta Weikhart.

Neues aus der Kinderkrippe

Leider hat sich Natascha, unsere Kinderpflegerin, zum 1.6.2017 von uns verabschiedet. Dafür unterstützt uns nun Nina aus dem Hort, die vertretungsweise aber auch schon immer wieder in der Krippe ausgeholfen hat.

Bitte denken Sie daran, Ihre Kinder vor dem Besuch in der Krippe einzucremen und entsprechenden Sonnenschutz (Sonnencreme, Sonnenhut etc.) mitzubringen und diesen zu beschriften.

Termine

- Die Krippe hat am 5.6., 15.6. und 16.6. geschlossen
- Am 15.7. findet das Sommerfest statt, wir freuen uns auf Ihr kommen! Nähere Infos folgen in der nächsten Zeitung

Mit Fingerchen

Mit Fingerchen, mit Fingerchen
(*Mit beiden Zeigefingern auf den Tisch klopfen.*) (*Mit beiden Zeigefingern auf den Tisch klopfen.*)
mit flacher, flacher Hand
(*Mit den Händen auf den Tisch klopfen.*)
mit Fäusten, mit Fäusten
(*Mit den Fäusten auf den Tisch klopfen.*)
mit Ellenbogen
(*Mit den Ellenbogen auf den Tisch klopfen.*)
klatsch, klatsch, klatsch.
(*In die Hände klatschen.*)

Legt eure Hände an den Kopf,
(Hände auf je eine Wange legen.)
forme daraus einen Blumentopf,
(Die Hände geformt lassen und vom Kopf wegnehmen.)
leg die Finger zu eine Brille,
(Daumen und Zeigefinger zu Kreisen formen und um die Augen legen.)
sei doch mal ganz Stille.
(Leise sprechen und dann den Zeigefinger auf die Lippen legen.)

Wir werfen mit Zitronen,
mit Erbsen und mit Bohnen.
(Mit den Händen imaginäre Früchte werfen.)
Piff! Paff! Puff!
(Erst mit einer, dann mit der anderen und bei puff mit beiden Handflächen auf den Tisch klatschen.)

Liebe Eltern der

diesjährigen Einschulungskinder,

wie sie bereits wissen, findet am **14.06** ab **13:00 Uhr** das Schultütenbasteln statt!

Wir werden uns in einer gemütlichen Runde **im Hort**, bis ca. 17:00 Uhr (je nachdem, wie schnell sie sind :-)) zusammentreffen.

Für das leibliche Wohl wird gesorgt!

Bitte bringen Sie Ihre benötigten Materialien mit, welche ich Ihnen bereits im Elternbrief vermerkt habe.

Der Nachmittag soll auch dazu dienen, erste Eindrücke für Sie, aber auch die künftigen 1.Klässler zu bekommen und sich mit diesen auseinander zu setzen.

Denn bitte bedenken Sie:

nicht nur der Übergang vom Kindergarten in die Schule steht dem Kind bevor,

auch der Übergang vom Kindergarten in den Hort!

- Ihre Nina-

100 Jahre Fatima

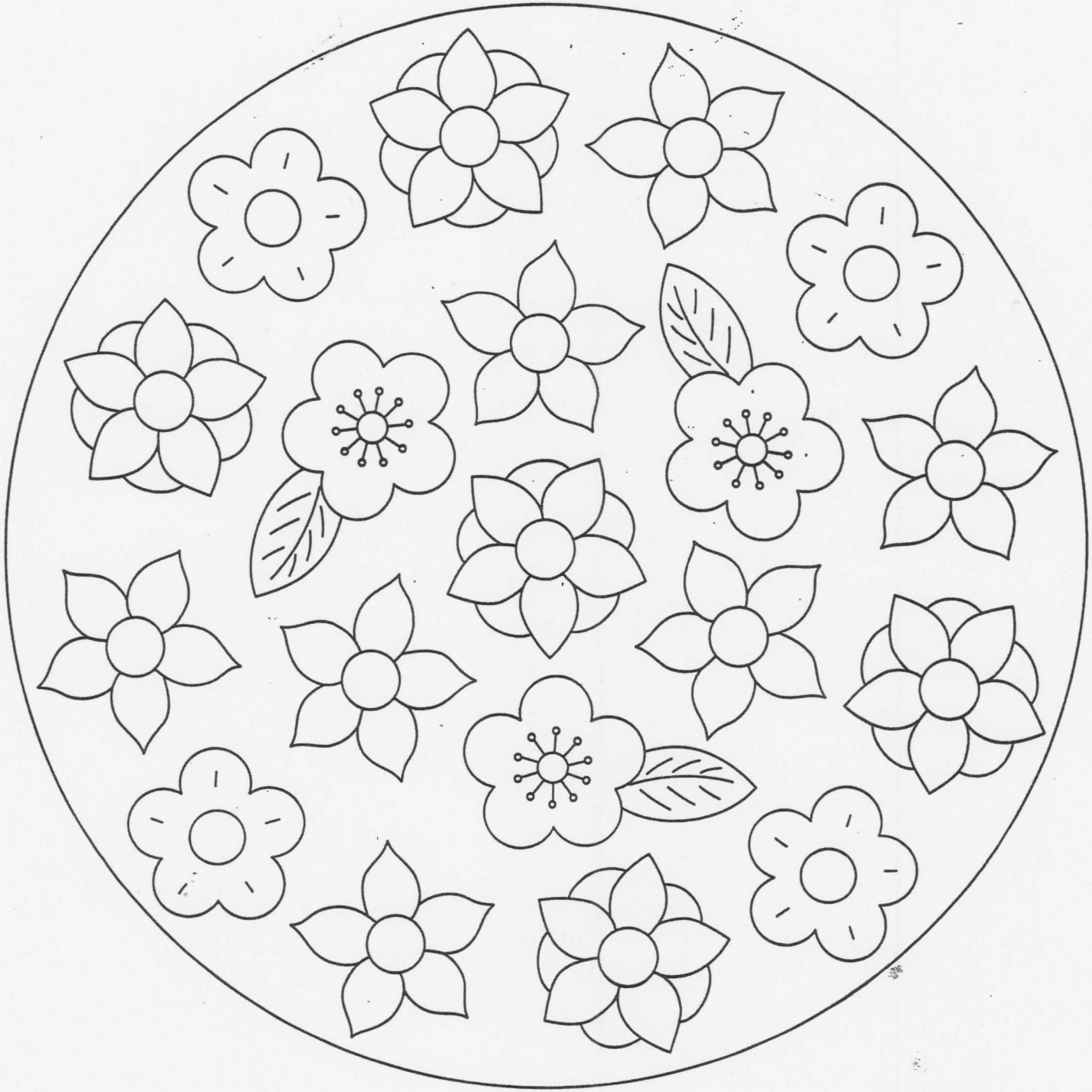
Weihegebet

Maria, Mutter Jesu und meine Mutter, ich vertraue mich dir ganz an und ich weihe mich deinem unbefleckten Herzen, damit du mich beschützt und in allem führst und damit du mich Jesus immer näher bringst.

Ich vertraue mich dir ganz an und ich weihe dir mein Herz und meinen Leib, meine Seele und meinen Geist, alle meine Talente und Gaben, und auch meine Fehler und Schwächen, und alles was mir gehört.

Ich will, dass du mir hilfst, Gott und meine Nächsten immer mehr zu lieben und in allem den Willen Gottes zu tun, damit durch mein ganzes Leben die Liebe Gottes immer mehr sichtbar und erfahrbar wird und ich zum Segen werde für viele Menschen.
Amen.

Frieden für die Welt



Bayerisches Staatsministerium für
Arbeit und Soziales, Familie und Integration

// Zukunftsministerium

Was Menschen berührt.

Stark durch Erziehung.

Acht Sachen, die Kinder stark machen.

STARK DURCH ERZIEHUNG

Erziehung geht alle an!

Erziehung soll Kinder in vielerlei Hinsicht stark fürs Leben machen. Durch sie werden die Grundlagen gelegt, ob Kinder später ein selbstbestimmtes Leben führen können, Herausforderungen meistern, Beziehungen eingehen, Rückschläge verkraften, andere Meinungen akzeptieren und vieles mehr. Deshalb ist sie nicht nur Sache der Eltern, sondern geht letztlich alle etwas an.

Grundvoraussetzung für eine gute Erziehung ist, Kinder von Anfang an mit allem Lebensnotwendigen zu versorgen, damit es ihnen gut geht. Sie brauchen neben Nahrung und Kleidung vor allem Liebe und Geborgenheit. Es gehört jedoch noch mehr dazu, zum Beispiel die Möglichkeit, die Welt offen und ohne Ängste erkunden zu dürfen.

Lernen fürs Leben.

Mädchen wie Jungen sollten sich aktiv mit Themen und Situationen auseinandersetzen, um ihr Wissen zu erweitern und ihr Können auszuloten. Kinder müssen Erfahrungen sammeln, um fürs Leben zu lernen und ihren Platz in der Gesellschaft zu finden. Auf diesem Weg brauchen sie zuverlässige Begleiter.

Das wichtigste Vorbild: die Eltern.

Am wichtigsten sind die Erwachsenen, mit denen Kinder zusammenleben. Ihr Verhalten ist von besonderer Bedeutung. Eltern tragen daher die Hauptverantwortung für das Wohl und die Erziehung ihrer Kinder.

Der „engere Kreis" – Vorbilder fürs Leben:

- Nahe Verwandte (Großeltern, Onkel, Tanten, ältere Geschwister)

GUT ZU WISSEN:

Erziehung ist ein lebendiger und spannender Prozess. Sie ist zwar oft anstrengend, macht aber gleichzeitig viel Spaß. Mit einer starken Erziehung können Kinder ihre Zukunft und die der Gesellschaft besser gestalten.

- Pädagogen/Lehrkräfte (zum Beispiel in Kindergarten, Schule, Hort oder Jugendtreff)
- Nachbarn bzw. andere Erwachsene im Alltag (zum Beispiel Eltern von Freunden)
- Personen aus den Medien

Das brauchen Eltern für eine gute Erziehung:

- Aktive Unterstützung: Eltern brauchen von Zeit zu Zeit auch Entlastung. Schaffen Sie sich Freiräume und tanken Sie auf! Suchen Sie sich Unterstützung. Freunde, Verwandte oder Nachbarn können mit Rat und Tat zur Seite stehen.

- Externe Hilfsangebote: Wenn Sie merken, dass Sie an Ihre Grenzen kommen, nehmen Sie Hilfe von außen in Anspruch. Erziehungsberatungsstellen, Ehe- und Familienberatungsstellen oder Koordinierende Kinderschutzstellen helfen Ihnen gerne weiter (siehe Kapitel „Familien stark machen. Mit Rat und Hilfe“).

Acht Sachen, die Kinder stark machen.

Wie sieht eine „starke Erziehung“ aus? Wir wollen mit dieser Broschüre einen kurzen Überblick über die Faktoren für eine gute Erziehung geben. Deshalb haben wir acht Kernpunkte formuliert, die wesentlich zu einer „starken Erziehung“ beitragen.

ERZIEHUNG IST ...

... Liebe schenken.
... streiten dürfen.
... zuhören können.
... Grenzen setzen.
... Freiraum geben.
... Gefühle zeigen.
... Zeit haben.
... Mut machen.

Erziehung ist ...
Liebe schenken.

Kinder und Jugendliche brauchen das Gefühl von Geborgenheit und Liebe, um Selbstvertrauen zu entwickeln, ihre Stärken und Schwächen kennenzulernen. Doch manchmal fällt es Eltern schwer, ihre Liebe zu zeigen. Wie funktioniert das also mit dem „Liebe schenken"?

Die unmittelbarste Form, Zuneigung zu schenken, ist körperliche Nähe, Wärme und Berührung. Ob eine Umarmung, zärtliches Rückenkraulen, ein netter Blickkontakt, zartes Anstupsen oder Schulterklopfen: Jedes Kind weiß sofort, was das bedeutet.

Kinder brauchen Zeit, Zärtlichkeit und Zuwendung.

Die Liebe zum eigenen Kind ist eigentlich eine Selbstverständlichkeit. Trotzdem sind viele Eltern verunsichert. Sie fragen sich, ob sie ihre Liebe auch genügend zeigen. Zeit zu haben, Interesse zu zeigen, in den Arm zu nehmen und zu trösten, beweist einem Kind, wie lieb es seine Eltern haben. Erzählen Sie Ihrem Kind, dass Sie es gern haben und dass Sie stolz auf es sind – unabhängig von besonderen Leistungen.

Einem Kind Liebe zu schenken bedeutet, es anzunehmen, wie es ist und ihm das auch zu zeigen. Liebe stärkt den Kindern den Rücken.

Je älter die Kinder werden, umso wichtiger werden andere Formen der Zuwendung. Teenager – Jungen wie Mädchen – lassen sich manchmal gerne in den Arm nehmen, auch wenn sie sich mit der Zeit zum Küssen andere suchen. Manche jedoch mögen körper-

liche Berührungen gar nicht mehr. Trotzdem ist Liebe weiterhin der Schlüssel zu einem guten Eltern-Kind-Verhältnis.

GUT ZU WISSEN:

Einem Kind Liebe zu schenken, bedeutet nicht, dass Erwachsene nicht auch einmal ihre Ruhe einfordern dürfen. Achten Sie auf Ihre eigenen Bedürfnisse und Wünsche. Gönnen Sie sich ab und zu eine Auszeit.

Erziehung ist ... streiten dürfen.

Streit kommt in jeder Familie vor. Dabei darf es ruhig mal etwas lauter zugehen. Sich behaupten, „nein" sagen, Spannungen aushalten, die Bedürfnisse anderer erkennen, überzeugen, nachgeben, Kompromisse finden und sich wieder vertragen: Beim Streiten üben Kinder wichtige soziale Fähigkeiten.

Streiten will gelernt sein.

Damit ein Konflikt wieder gelöst werden kann und nicht noch mehr Spannungen entstehen, sollten ein paar Regeln beachtet werden:

- Negative Gefühle erlauben. Kinder dürfen auch negative Gefühle wie Abneigung oder Wut zeigen. Akzeptieren Sie die Gefühlswelt Ihres Kindes.

- Kinder ernst nehmen. Erwachsene sitzen bei einem Streit häufig am längeren Hebel. Verletzen Sie Ihr Kind daher nie durch harte Worte oder Gewalt. Nehmen Sie seine Anliegen und Wünsche ernst.

- Unterschiedliche Meinungen dürfen sein. Solange man dem anderen nicht böse ist, dürfen nach einem Streit auch zwei Meinungen im Raum stehen. Dabei lernen sowohl Ihr Kind als auch Sie, Toleranz zu üben.

- Ruhig mal zanken lassen. Kinder dürfen miteinander streiten, ohne dass gleich Erwachsene dazwischengehen. Wenn Ihr Kind allerdings Schwächeren gegenüber unfair wird, dann sollten Sie es liebevoll, aber deutlich zur Rücksichtnahme auffordern.

- Erwachsene sind wichtige Vorbilder. Kinder lernen viel über eine positive Streitkultur, wenn Eltern auf respektvolle Art und Weise Auseinandersetzungen führen. Kinder leiden unter schwelenden Konflikten, gewalttätigen Auseinandersetzungen oder verletzenden Vorwürfen innerhalb der Familie.

- Transparenz zeigen. Je nach Alter der Kinder können ihnen Erwachsene auch erklären, um was es bei einem Streit geht, ohne sie auf eine Seite zu ziehen. Häufig kann dann ein Kind den Streit besser einordnen und verarbeiten.

- Wieder vertragen. Genauso wichtig wie streiten zu dürfen, ist es auch, sich wieder zu vertragen. Bei einem festgefahrenen Streit können Sie Kindern mit Rat zur Seite stehen. Bei Auseinandersetzungen in der Familie sollte man sich vor dem Schlafengehen am besten wieder versöhnen.

Erziehung ist ...
zuhören können.

Kinder, die täglich neue Erfahrungen machen und sich in der Welt zurechtfinden müssen, brauchen das offene Ohr von Erwachsenen ganz besonders. Zuhören heißt dabei vor allem Aufmerksamkeit schenken und auf die ganz speziellen Anliegen eingehen.

In jeder Familie sollte es im Alltag regelmäßig Gelegenheiten für Gespräche geben. Das kann eingebunden in Alltagsrituale wie beim gemeinsamen Frühstück oder Abendessen sein. Auch beim Zubettbringen sprechen Kinder häufig gerne über das tagsüber Erlebte.

Tipps fürs richtige Zuhören.

Folgende Dinge helfen Ihnen, Ihrem Kind möglichst viel Aufmerksamkeit zu schenken:

- Lassen Sie Ihr Kind ausreden. Manchmal folgen am Ende wichtige Informationen, mit denen man am Anfang gar nicht gerechnet hat.

- Lassen Sie vorschnelle Kommentare oder Ratschläge. Ihr Kind fühlt sich ernst genommen, wenn Sie gemeinsam nach Lösungen suchen.

- Versuchen Sie, zu verstehen. Um Missverständnisse gar nicht erst entstehen zu lassen, sollten Sie sich

vergewissern, ob Sie alles richtig verstanden haben. Fragen Sie also ruhig noch einmal nach, wenn etwas unklar ist.

- Sorgen Sie für eine entspannte Atmosphäre. Ein gutes Gespräch verträgt keine Ablenkung. Also, Fernseher abschalten und das Telefon ruhig klingeln lassen!

- Gehen Sie auf Ihr Kind ein. Wenn Kinder allzu ausführlich von ihren Erlebnissen berichten, dürfen sie in ihrem Redefluss auch gebremst werden. Kinder, die eher ruhig sind, sollten zum Reden ermutigt werden – vor allem wenn sie schweigsamer sind als gewöhnlich.

Erziehung ist … Grenzen setzen.

Grenzen zu setzen und konsequent einzuhalten, ist für viele Eltern die größte Herausforderung in der Erziehung. Kinder sind geborene Meister, wenn es darum geht, die Geduld und Konsequenz der Eltern auf die Probe zu stellen.

Kinder brauchen Grenzen – aus zweierlei Gründen:

- Grenzen schützen vor Gefahren. Sowohl im Haus als auch außer Haus können immer wieder Gefahren und Situationen auftreten, die die Einhaltung von Regeln nötig machen.

- Grenzen geben Sicherheit. Sinnvolle und übersichtliche Regelungen machen ein Zusammenleben

einfacher und geben dem Kind Sicherheit.

Grenzen erkennen – und einhalten.

Manchmal fällt es Erwachsenen schwer, gegen den Willen von Kindern zu handeln. Doch für Kinder ist es auf lange Sicht einfacher, wenn sie wissen, wo ihre Grenzen sind. Dabei sollten bestimmte Spielregeln eingehalten werden:

- Legen Sie Grenzen klar fest. Überlegen Sie sich zunächst genau, warum Sie eine bestimmte Regel aufstellen. Ältere Kinder verstehen ein Gebot oder Verbot besser, wenn Erwachsene ihnen die Gründe erklären.

- Zeigen Sie, wie es geht. Das bedeutet nicht, dass Sie nach dem „Sandmann" mit den Kleinen zu Bett gehen müssen. Aber wenn es etwa um das regelmäßige Zähneputzen geht, sind Sie das beste Vorbild.

- Seien Sie konsequent. Grenzen zu setzen und dann nicht einzuhalten, macht keinen Sinn. Konsequenz zeigt Zuverlässigkeit und gibt Ihrem Kind das Gefühl, ernst genommen zu werden.

- Verhalten Sie sich eindeutig. Kinder wissen, woran sie sind, wenn die Regeln von Eltern und anderen an der Erziehung Beteiligten in wesentlichen Punkten ähnlich sind – auch wenn sie auf unterschiedliche Art und Weise erziehen. Manchmal genügt ein eindeutiges „Nein" oder eine Ermahnung nicht. Sind konsequente Maßnahmen nötig, dann sollten sie in direktem Zusammenhang mit der Situation stehen.

- Halten Sie sich selbst an Grenzen. Auch Erwachsene müssen sich in der Erziehung an Grenzen halten. Tabu sind alle Formen von Gewalt. Dazu gehören nicht nur Schläge, sondern auch seelische Gewalt wie das Verweigern von Liebe und Zuwendung.

GUT ZU WISSEN:

Regeln im Alltag sind notwendig – Flexibilität jedoch auch. Wenn Kinder zum Beispiel mal länger aufbleiben oder etwas später essen, heißt das noch lange nicht, dass das ab jetzt immer so sein muss. Eine Regel kann aufgegeben oder verändert werden, wenn sie so nicht mehr sinnvoll ist.

Erziehung ist ...
Freiraum geben.

Auch Kinder brauchen ihre Freiräume, die sie alleine gestalten. So erfahren sie bereits als Kleinkind, was es heißt, alleine zu essen oder auf die Toilette zu gehen und lernen, damit umzugehen. Später machen sie wertvolle Erfahrungen, wenn sie selbstständig Herausforderungen meistern.

Freiräume sind wichtig, um selbstständig und verantwortungsvoll das Leben zu meistern. Damit Eltern die Balance zwischen Loslassen und Behüten nicht zu schwer fällt, sollten sie an Folgendes denken:

- Freiräume müssen ausgetestet werden. Mädchen und Jungen, die den Familienalltag mitgestalten, lernen eine Menge fürs spätere Leben. Wer immer mal wieder Mama oder Papa über die Schulter schaut, kann bald auch alleine den Tisch decken und Frühstück zubereiten.

- Kinder lernen schrittweise mit Freiheiten umzugehen. Können Erstklässler besser ein wöchentlich ausbezahltes kleines Taschengeld handhaben, kommen Jugendliche gut mit einem eigenen Konto zurecht, auf das die Eltern monatlich ein Taschengeld überweisen. Auch eine Pauschale für Schulsachen und Kleidung kann ein gutes Mittel sein, damit Kinder mit ihrem finanziellen Freiraum verantwortungsvoll umgehen können.

- Hilfestellungen geben Sicherheit beim Austesten neuer Freiräume. Wichtig ist, dem Kind das Gefühl zu geben, man ist da – und trotzdem darf es die Welt entdecken. So kann zum Beispiel die erste Fahrt alleine zu einer Freundin oder einem Freund sehr aufregend sein. Wenn dem Kind

bei einer solchen Gelegenheit ein Handy mitgegeben wird, um jederzeit anrufen zu können, wirkt das beruhigend – auf Kind wie auf Eltern.

Freiraum ist keine Frage des Geschmacks.

In Geschmacksfragen sind sich die verschiedenen Generationen nicht immer einig. Ob es um Hobbys, Frisurentrends oder Freunde geht: Kinder sollten grundsätzlich selber entscheiden dürfen, solange elterliche Regeln nicht überschritten werden.

Kein Freiraum ohne Grenzen.

In der Pubertät verlangen viele Jugendliche plötzlich mehr Freiräume. Selbst die bislang Sanften können rebellisch werden, sich gegen Eltern und Erwachsene auflehnen. Damit sie nicht den Boden unter den Füßen verlieren, brauchen Mädchen und Jungen in dieser Zeit nach wie vor Regeln. Andererseits sollten die Eltern ihnen dabei helfen, eigene Wege zu gehen und erwachsen zu werden.

GUT ZU WISSEN:

Toleranz hat dann ihre Grenzen, wenn es um das Wohl des Kindes geht. Wenn Ihr Kind beispielsweise mit dem Rauchen anfängt oder Alkohol trinkt, trägt das nicht zur gesunden Entwicklung bei und sollte in einem Gespräch thematisiert werden.

Erziehung ist ...
Gefühle zeigen.

Freude, Trauer, Schmerz und Wut – Gefühle gehören zum Leben dazu. In der kindlichen Entwicklung ist es wichtig, Gefühle zu erkennen und mit ihnen entsprechend umzugehen. Diese werden auf ganz unterschiedliche Art und Weise gezeigt. Während die einen ihre Zuneigung durch Kuscheln unter Beweis stellen, malen andere vielleicht lieber ein Bild für einen geliebten Menschen.

Kinder dürfen Gefühle zeigen – positive wie negative. Und jedes Kind darf das auf seine Weise tun, ob laut oder leise. Die Zeiten, in denen Jungen nicht weinen und Mädchen nicht laut herumtoben durften, sind vorbei. Manchmal finden Erwachsene die Gefühlsausbrüche von Kindern unangebracht. Die Kinder sollten darauf hingewiesen werden, dass ihr Verhalten, nicht aber ihre Gefühle unangemessen sind.

Gefühle ernst nehmen.

Ob kleinere oder größere Katastrophen: Kinder stehen nicht so über den Dingen wie mancher Erwachsene. Darauf reagiert man am besten mit Gelassenheit. Manche Mädchen und Jungen behalten lieber für sich, was sie bewegt. Sind sie besonders bedrückt oder still, sollten die Eltern die Ursache suchen und zum Reden ermuntern. Denn auch zurückhaltenden Kindern tut es gut, ihr Herz auszuschütten.

Von den Großen lernen.

Auch in der Gefühlswelt lernen die Kleinen von den Großen. Eltern dürfen daher ihren Kindern gegenüber ruhig Gefühle zeigen und altersgerecht erklären. Vormachen lassen sie sich

ohnehin nichts. Auch Eltern werden manchmal ungerecht. Dann ist es wichtig, sich hinterher zu entschuldigen.

GUT ZU WISSEN:

Ein zugegebener Fehler ist keine Schwäche! Es ist daher immer gut, mit den eigenen Schwächen offen umzugehen. Dadurch lernt ein Kind, dass auch Erwachsene Fehler machen.

Erziehung ist ... Zeit haben.

Spielen, Reden, Lesen, die Welt entdecken – Kinder lernen bei gemeinsamen Aktivitäten in der Familie eine Menge für die Zukunft. Zudem festigt gemeinsam verbrachte Zeit die Eltern-Kind-Beziehung.

Viele Kinder und Jugendliche wünschen sich, dass ihre Eltern mehr Zeit mit ihnen verbringen. So kann es gelingen:

Gemeinsam die Freizeit gestalten.

Zeit zu haben, ist nicht unbedingt mit teuren Aktivitäten verbunden. Ein Besuch im Schwimmbad oder ein

Ausflug mit dem Rad stehen bei Kindern oft hoch im Kurs. Gemeinsame Hobbys und sportliche Aktivitäten bieten eine gute Gelegenheit, die Freizeit zusammen zu verbringen.

Dem Alltag Zeit geben.

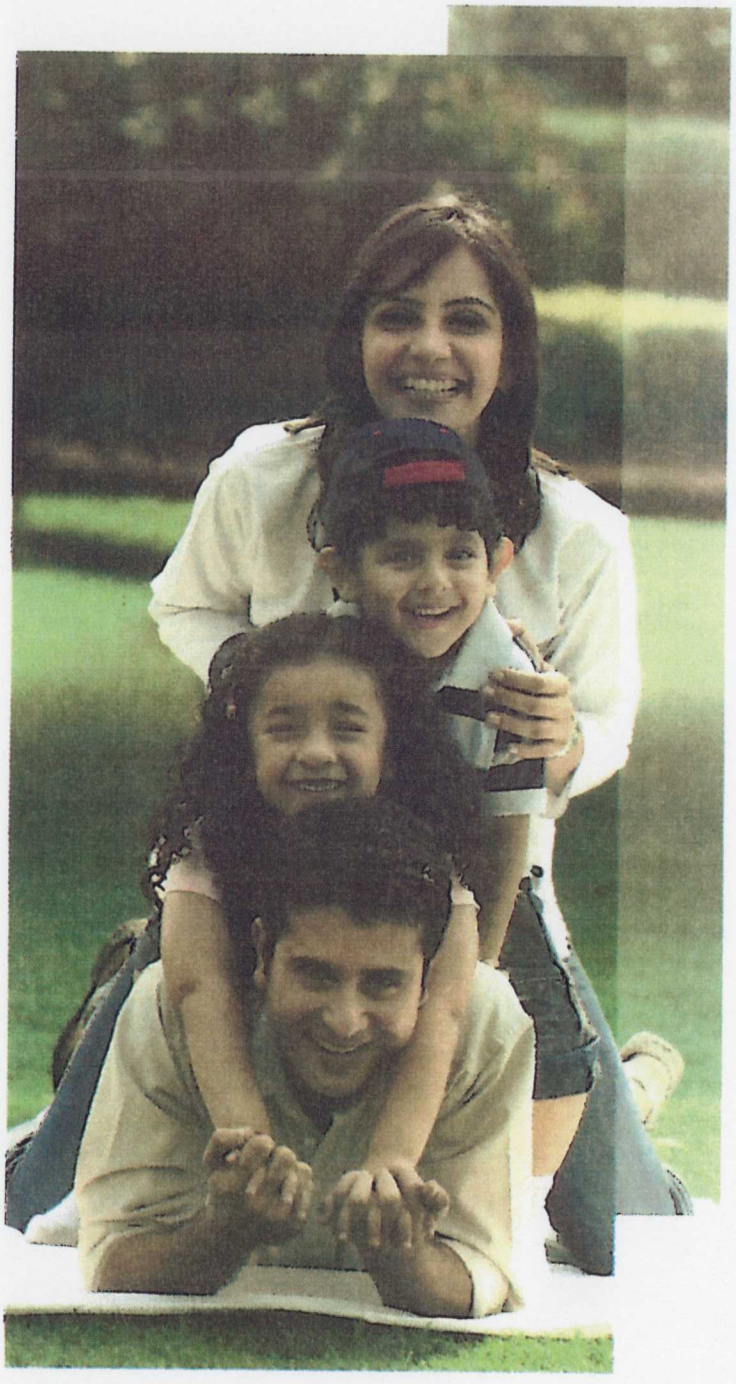
Gerade im Alltag brauchen Kinder Zeit und Aufmerksamkeit. Dabei lässt sich auch das Nützliche mit dem Angenehmen verbinden. Gemeinsame Hausarbeit kann Spaß machen, wenn sie nicht zur lästigen Pflicht wird. Manche Familien schalten „Zeitfresser", wie den Fernseher oder den Computer, für eine Weile ganz aus. Die frei gewordenen Stunden lassen sich mit vielen guten Ideen füllen.

Zeit schenken, wenn es nötig ist.

Eltern sollten ihren Kindern vor allem dann Zuwendung geben, wenn sie diese benötigen. Zum Beispiel wenn die Hausaufgaben mal wieder besonders schwer sind. Rituale wie zum Beispiel die Gutenachtgeschichte vor dem Einschlafen sind für Kinder ebenfalls sehr wichtig.

Wenig Zeit sinnvoll nutzen.

Eltern, die wegen beruflicher Verpflichtungen weniger Zeit für die Familie haben, sollten kein schlechtes Gewissen haben. Entscheidend ist, die verfügbaren Stunden gemeinsam sinnvoll zu nutzen. Wenn die Zeit knapp ist, dürfen zwischendurch auch gerne die Großeltern, Verwandte oder Freunde einspringen. Das bringt Abwechslung ins Leben.



Erziehung ist ...
Mut machen.

Kinder brauchen eine Menge Mut und Selbstvertrauen. Schritt für Schritt lernen sie, Verantwortung zu tragen, sich von anderen nicht so schnell verunsichern zu lassen und sich durchzusetzen.

Damit Jungen wie Mädchen Mut und Selbstvertrauen entwickeln, brauchen sie zweierlei: Zufriedenheit mit dem, was sie geschafft haben und Anerkennung ihrer Leistungen durch andere.

Wie können Sie Ihr Kind ermutigen?

- Kinder brauchen Achtsamkeit. Kinder wollen als Person geliebt werden und nicht nur für ihre Leistungen. Genauso schnell, wie sie sich ermutigen lassen, lassen sie sich nämlich auch verunsichern. Gehen Sie deshalb achtsam mit Ihrem Kind um und versuchen Sie es in den Dingen, die es tut, zu bestätigen – auch, wenn Sie manchmal anderer Meinung sind.
- Kinder brauchen Verantwortung. Wenn Ihr Kind kleine Aufgaben erledigt, wird es ermutigt, mehr Verantwortung zu übernehmen. Passiert dann doch mal ein Fehler, ist es nicht so schlimm. Ihr Kind und Sie sollten Schrammen oder kleine „Unfälle" in Kauf nehmen. Die gehören dazu, wenn man etwas Neues ausprobiert.
- Kinder brauchen Lob. Nicht nur eine vollbrachte Leistung verdient Anerkennung, sondern auch wenn Ihr Kind sich besonders anstrengt. Selbst wenn es dann nicht so klappt, wie Sie oder Ihr Kind es sich vorgestellt haben. Lob sollte jedoch genau dosiert werden, sonst ist es nichts mehr wert.

- Kinder brauchen Erfolgserlebnisse. Wenn es mal nicht so gut läuft, dann geben Sie kleine Hilfestellungen. Das beugt unnötigem Frust vor. Beispielsweise können Sie beim Kauf von Kleidern darauf achten, dass Ihr Kind diese ganz alleine anziehen kann und keine weitere Hilfe benötigt.

Familien stark machen
mit Rat und Hilfe.

Selbst die besten Eltern machen manchmal Fehler. Wer also Kinder erzieht, der sollte nicht zu hohe Ansprüche an sich selbst stellen. Ein überzogener Perfektionismus tut weder den Eltern noch dem Kind gut.

UNSER TIPP:

Eine Portion gesunder Menschenverstand und eine kräftige Prise Humor helfen, den Erziehungsalltag gelassener zu gestalten.

Alle Eltern kommen hin und wieder an ihre Grenzen. Dann brauchen sie jemanden, der ihnen zuhört, Mut macht und Freiraum gibt. Gestehen Sie sich daher ein, wenn Sie mit Ihrer Kraft am Ende sind. Das ist kein Zeichen von Schwäche – im Gegenteil! Je früher Unterstützung geholt wird, desto leichter ist es in der Regel, Lösungen zu finden.

- Gönnen Sie sich ab und zu Urlaub vom Erziehungsalltag. Manchmal reicht es schon, einmal in der Woche ein paar Stunden für sich zu haben. Sei es, um spazieren zu gehen, einen Kurs zu besuchen oder sich mit Freunden zu treffen.

- Pflegen Sie Ihre Partnerschaft. Eltern, die sich verstehen und achtsam miteinander umgehen, haben viel mehr Energie für die ganze Familie.

- Gehen Sie auf andere zu, wenn Sie Unterstützung brauchen. Nachbarn, Verwandte oder Freunde, aber auch Beratungsstellen helfen gerne.

NÜTZLICHE LINKS:

In Bayern:
www.elternbriefe.bayern.de
www.elternimnetz.de
www.erziehungsberatung.bayern.de
www.familienbildung.bayern.de
www.familienhandbuch.de
www.familienstuetzpunkte.bayern.de
www.koki.bayern.de
www.stmas.bayern.de

Auf Bundesebene:
www.bke-elternberatung.de
www.bzga.de
www.familien-wegweiser.de

Bayern.
Die Zukunft.

www.stark-durch-erziehung.de

Die Kampagne „Stark durch Erziehung" will alle, die an der Erziehung junger Menschen beteiligt sind, unterstützen und stärken. Das Thema soll verstärkt ins Gespräch gebracht werden. Die Broschüre kann in 16 verschiedenen Fremdsprachen unter www.stark-durch-erziehung.de heruntergeladen werden. Wir danken dem Jugendamt Nürnberg für die Entwicklung des Projekts, das mit Mitteln des Staatsministeriums für Arbeit und Soziales, Familie und Integration gefördert wurde.

Zertifikat seit 2005
audit berufundfamilie

Dem Bayerischen Staatsministerium für Arbeit und Soziales, Familie und Integration wurde durch die berufundfamilie gemeinnützige GmbH die erfolgreiche Durchführung des audits berufundfamilie® bescheinigt: www.beruf-und-familie.de

---

BAYERN | DIREKT

Wollen Sie mehr über die Arbeit der Bayerischen Staatsregierung erfahren? BAYERN DIREKT ist Ihr direkter Draht zur Bayerischen Staatsregierung. Unter Telefon 089 12 22 20 oder per E-Mail unter direkt@bayern.de erhalten Sie Informationsmaterial und Broschüren, Auskunft zu aktuellen Themen und Internetquellen sowie Hinweise zu Behörden, zuständigen Stellen und Ansprechpartnern bei der Bayerischen Staatsregierung.

Bayerisches Staatsministerium für
Arbeit und Soziales, Familie und Integration

Winzererstr. 9, 80797 München
E-Mail: oeffentlichkeitsarbeit@stmas.bayern.de
Gestaltung: trio-group münchen
Bildnachweis: shutterstock.com
Druck: Druckerei Schmerbeck GmbH
Gedruckt auf umweltzertifiziertem Papier
(FSC, PEFC oder vergleichbares Zertifikat)
Stand: Dezember 2016
Artikelnummer: 1001 0594

Bürgerbüro: Tel.: 089 1261-1660, Fax: 089 1261-1470
Mo. bis Fr. 9.30 bis 11.30 Uhr, Mo. bis Do. 13.30 bis 15.00 Uhr
E-Mail: Buergerbuero@stmas.bayern.de

Hinweis: Diese Druckschrift wird im Rahmen der Öffentlichkeitsarbeit der Bayerischen Staatsregierung herausgegeben. Sie darf weder von Parteien noch von Wahlwerbern oder Wahlhelfern im Zeitraum von fünf Monaten vor einer Wahl zum Zwecke der Wahlwerbung verwendet werden. Dies gilt für Landtags-, Bundestags-, Kommunal- und Europawahlen. Missbräuchlich ist während dieser Zeit insbesondere die Verteilung auf Wahlveranstaltungen, an Informationsständen der Parteien sowie das Einlegen, Aufdrucken und Aufkleben parteipolitischer Informationen oder Werbemittel. Untersagt ist gleichfalls die Weitergabe an Dritte zum Zwecke der Wahlwerbung. Auch ohne zeitlichen Bezug zu einer bevorstehenden Wahl darf die Druckschrift nicht in einer Weise verwendet werden, die als Parteinahme der Staatsregierung zugunsten einzelner politischer Gruppen verstanden werden könnte. Den Parteien ist es gestattet, die Druckschrift zur Unterrichtung ihrer eigenen Mitglieder zu verwenden.