Mütter- und Väterberatung
Bezirk Baden

Landstrasse 55 | 5430 Wettingen
Tel 056 437 18 40
office@mvb-baden.ch
www.mvb-baden.ch

Das hilft für die ersten Tagen im Kindergarten

- **Stehen Sie früh genug auf**, damit Sie und Ihr Kind nicht in Zeitdruck kommen. Sie beide müssen erst ausprobieren, wie es morgens möglichst reibungslos klappt und wie lange sie dazu brauchen.
- Räumen Sie Ihrem Kind ein **Mitspracherecht beim Znüni** ein. Das erhöht die Wahrscheinlichkeit, dass Ihr Kind es auch wirklich mit Appetit verspeist.
- **Kommen Sie am Anfang der Bringzeit**, dann sind noch nicht so viele Kinder im Kindergarten. Es ist noch nicht so laut und unübersichtlich für Ihr Kind und die Wahrscheinlichkeit, von einem anderen Kind zum Spielen aufgefordert zu werden, ist höher.
- **Der Abschied von Ihnen fällt Ihrem Kind leichter**, wenn es sein **Kuscheltier** oder seine Lieblingspuppe in den Kindergarten mitnehmen darf. Besonders wichtig ist es aber, dass Sie ihm den Abschied von Ihnen und die Integration im Kindergarten auch wirklich **zutrauen**. Andernfalls würde es Ihre Unsicherheit spüren und dadurch selbst verunsichert.

Copyright MVB

Landstrasse 55 | 5430 Wettingen
Tel 056 437 18 40
office@mvb-baden.ch
www.mvb-baden.ch

- Halten Sie intensiven **Kontakt zu den Erzieherinnen**. Informieren Sie sie über wichtige Ereignisse, die im vergangenen Jahr stattgefunden haben (z. B. Trennung der Eltern, Geburt eines Geschwisterchens, neuer Lebenspartner der Mutter/des Vaters). Erkundigen Sie sich ggf., wie lange

  Ihr Kind tatsächlich noch weint, wenn Sie den Kindergarten verlassen haben. Wollen Sie wissen, ob Ihr Kind im Kindergarten Probleme hat, fragen Sie immer auch bei der Erzieherin nach. Ihr Kind kann Ihnen zwar zu verstehen geben, dass etwas nicht stimmt, ist aber oft noch nicht in der Lage, über seine Gefühle oder die Gründe dafür zu sprechen.
- **Seien Sie konsequent**. Diskutieren Sie nicht jeden Morgen, warum und ob Ihr Kind wirklich in den Kindergarten muss. Wenn Sie ihm den Kindergarten angekündigt haben, dass Sie nun gehen werden, dann tun Sie dies auch. Vermeiden Sie dramatische Abschiede und lassen Sie sich nicht darauf ein, sich immer noch ein paar Minuten länger festhalten zu lassen. Vermeiden Sie doppeldeutige Botschaften, etwa sich zu verabschieden, aber dann an der Türe stehen zu bleiben, weil Sie sich selbst nicht trennen können.

- Führen Sie ein **Abschiedsritual** ein. Verabschieden Sie sich „kurz und schmerzlos“ mit einem Kuss und ein paar aufmunternden Worten („Tschüss, ich gehe jetzt und hole dich mittags wieder ab. Viel Spaß bis dahin!“) oder spielen Sie noch einige Minuten mit ihm, je nachdem, was bei Ihrem Kind am besten ankommt. Bleiben Sie dann aber konsequent dabei. Bitte nie heimlich davonschleichen!
- Wenn Sie **beim Abschied selbst Tränen in den Augen** haben, sollten Sie diese vor Ihrem Kind verbergen. Es könnte sonst das Gefühl bekommen, dass der Kindergarten doch etwas Entsetzliches sein muss, wenn sogar Mama weinen muss. Fällt der Abschied von Ihnen jeden Morgen problematisch aus, weil Sie vielleicht selbst Schwierigkeiten haben loszulassen, hilft es oft, wenn der Papa oder eine Oma das Kind in den Kindergarten bringt. Der Abschied von Mama zu Hause fällt Ihrem Kind meist weniger schwer.

- Erleichtern Sie Ihrem Kind selbstständiges An- und Ausziehen z. B. auf der Toilette und beim Turnen durch **geeignete Kleidung**: Pullis ohne viele Knöpfe, Schuhe mit Klettverschluss, Hosen mit Gummibund (keine Latzhosen oder Jeans mit Knöpfen).

- In den ersten Wochen ist Ihr Kind nach dem Besuch im Kindergarten oft müde, weinerlich oder überreizt. **Bitte sorgen Sie nachmittags für Ruhe.** Versuchen Sie nicht, gleich mittags die Frage „Na, wie war es denn im Kindergarten?“ zu stellen. Warten Sie lieber, bis es von sich aus erzählen will, etwa wenn Sie abends noch eine Weile an der Bettkante sitzen und über den vergangenen Tag sprechen.

Lesen sie weiter über die Dauer der Eingewöhnungszeit…

Copyright MVB Bezirk Baden

Mütter- und Väterberatung
Bezirk Baden

Landstrasse 55 | 5430 Wettingen
Tel 056 437 18 40
office@mvb-baden.ch
www.mvb-baden.ch

Die Eingewöhnungszeit in den Kindergarten dauert oft länger als erwartet!

- Der Prozess der Eingewöhnung dauert oft länger, als Eltern und auch Erzieherinnen es erwarten. Dass ein **Kindergarten-Neuling bis Weihnachten braucht, um sich einzugewöhnen**, ist völlig normal. Nach einer Untersuchung des Staatsinstitutes für Frühpädagogik in München berichteten Erzieherinnen für einen beträchtlichen Anteil der neu eingetretenen Kinder **noch nach zehn Monaten** von Verhaltensweisen, die sie Problemen im Zusammenhang mit der Eingewöhnung zuschreiben. Es zeigte sich auch, dass die **Eingewöhnungszeit**, die ein Kind im Kindergarten benötigt, **unabhängig vom Alter** ist und überwiegend von seinem Temperament abhängt.

Weitere Informationen:

http://www.elternwissen.com/erziehung-entwicklung/kindergarten/art/tipp/so-gelingt-der-start-indenkindergarten.html

Wettingen, Januar 2021

Copyright MVB