Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche
Fachberatung sexualisierte Gewalt
Schulpsychologie
Prumbomweg 3, 58540 Meinerzhagen
Tel.:02354/5833
www.awo-beratungsstelle-meinerzhagen.de

„Hingeschaut“

Elternbrief 05/23

Cartoon Renate Alf

Thema:

Wie Kinder lernen können, sich allein zu beschäftigen

Wie Kinder lernen können, sich allein zu beschäftigen

Sicher kennen so manche Eltern das Problem, dass sie ihrem Kind generell viel Zeit widmen, und dennoch scheint es nie genug zu sein – das Kind reagiert unzufrieden, wenn es sich mal für einen kleinen Moment allein beschäftigen soll, oder folgt den Eltern sogar überall hin. Woran kann das liegen und wie kann das Alleinspiel gefördert werden?

Allgemein kann die Frage dahingehend beantwortet werden, dass alle Kinder lernen können, sich altersentsprechend eine gewisse Zeit allein zu beschäftigen. Wichtig ist dabei eine realistische Einschätzung: So gelten als Richtwerte 5-10 Minuten für Kinder bis zu einem Jahr, 1-3-Jährige können bereits 15-30 Minuten schaffen. Aber keine Sorge, wenn Ihr Kind auf dem Weg dahin noch Ihre Unterstützung braucht – natürlich gibt es auch diesbezüglich individuelle Unterschiede! Die meisten Kinder beschäftigen sich bereits als Baby gewisse Zeiten allein, ohne dass es den Erwachsenen manchmal bewusst ist: Liegt ein Baby auf seiner Decke und schaut einfach in seine Umgebung oder hält es ein Spielzeug nur in Händen oder Mund, dann erkundet es auf diesem Weg für sich die Umwelt. Das ist kein Zeichen von Langeweile, so dass die Eltern es nicht „bespaßen“ oder gar auf den Arm nehmen müssen.

Zur Förderung der Spielfreude gilt: Weniger ist mehr. Kinder brauchen weder viele noch große Spielzeuge, sondern haben oft mehr Spaß an den Kleinigkeiten, z.B. nutzen Sie den Verpackungskarton eines Geschenks spontan als Bett für Teddy. Daher ist es hilfreich, wenn sie Ihrem Kind die Möglichkeit geben, mit (ungefährlichen altersangemessenen) Alltagsgegenständen zu spielen und zu basteln (z.B. Tücher und aussortierte Kleidung in eine „Verkleidungskiste“ packen). Oder sie stellen gemeinsam eine Bastelkiste zusammen mit Materialien wie Kastanien, Papprollen, Stoffreste, Papier etc.

Beim gemeinsamen Spiel: Seien Sie lieber der „Mitspieler“ als der „Animateur“, d.h. fördern und folgen Sie den Ideen des Kindes, damit es auch weiterhin seinen eigenen Ideenreichtum und die Fantasie nutzen wird. Und achten Sie darauf, Ihrem Kind die ungeteilte Aufmerksamkeit beim gemeinsamen Spiel zu schenken (z.B. nicht auf das Handy gucken), andernfalls wird es umso mehr Zeit mit Ihnen einfordern.

Wenn ein Kind beim Alleinspiel nicht weiterkommt oder nach kurzer Sie als Spielpartner dazu holen möchte, könnten Sie fragen, was es selbst tun

könnte, damit z.B. das Dach auf dem gebauten Turm bleibt. Oder geben Sie eine kleine Anregung für das weitere Alleinspielen, wie: „Du hast ein prima Bett für deine Puppe gebaut. Vielleicht hätte sie gern noch ein buntes Mobile darüber zum Einschlafen?“. Dann könnte Ihr Kind sich überlegen, wie und womit ein Mobile entstehen könnte.

Eine Alleinspielzeit können Sie am besten schrittweise einführen, vor allem wenn ihr Kind sich noch sehr unsicher ohne Elternnähe fühlt. Zunächst könnten Sie sich im selben Raum aufhalten, dann bei geöffneter Tür in Sicht - und Hörweite des Kindes, danach im Nebenraum in Hörweite usw. Ebenso kann man die Zeit kleinschrittig steigern (alles jeweils altersangemessen). Wichtig ist gerade bei unsicheren Kindern, dass Eltern Bescheid geben, dass Sie nun den Raum verlassen, wo sie sind und dass Sie gleich wiederkommen werden. Beim Zurückkommen freut sich Ihr Kind über ein kurzes Lob für das Alleinbleiben. Geben Sie Ihrem Kind generell während des Lernprozesses häufiger eine kurze positive Botschaft, wenn es eine Zeit lang schafft, sich allein zu beschäftigen.

Manchmal kann es auch einen guten Grund für ein Kind geben, sich plötzlich nur noch in der Nähe eines Elternteils aufzuhalten, obwohl es vorher vielleicht durchaus allein gespielt hat, z.B. nach einer Trennung oder einem Todesfall in der Familie. Zeitweilige Verlust- oder Trennungsängste sind dann eine normale Reaktion eines Kindes. Mehr Nähe gibt dem Kind dann Sicherheit, um mit der neuen Situation klarzukommen. Sollte diese auftauchende Trennungsangst jedoch über längere Zeit bestehen bleiben, können Sie sich gern Unterstützung bei der AWO-Beratungsstelle holen.

Sonja Höller

Noch ein kleiner Hinweis: Kennen Sie schon unseren Eltern-Onlinekurs zur Stärkung der Erziehungskompetenz, den wir für Eltern von Kindern jeder Altersstufe entwickelt haben? Sie finden ihn auf unserer Homepage:

Meine Kinderseite:

Muttertagskarte selber basteln

Wer ein Herz verschenken möchte, kann es ganz einfach aus seinen Händen formen und auf Papier übertragen. Eine tolle und einfache Idee für die perfekte Muttertagskarte.

Dafür benötigst du:
2 bunte Blätter in DIN A4,
sowie Bleistift, Schere und Klebestift

So einfach geht es:

1) Falte das A4 Papier, welches du für die Hand verwenden möchtest, einmal in der Mitte.

2) Lege nun die Hand so auf das Papier, dass mit dem Zeigefinger und Daumen ein halbes Herz geformt wird und beide Fingerspitzen die Faltkante berühren. Dann fahre die Umrisse mit dem Bleistift nach.

3) Nun kannst du die Hand ausschneiden und das Papier auseinanderfalten. Das kleine Herz legst du für das Deckblatt beiseite.

4) Falte das andere A4 Papier zu einer Klappkarte und klebe die Hände auf die Innenseite.

5) Zum Schluss klebst du das Herz auf die Vorderseite der Karte. Nun Fehlen nur noch ein paar liebe Worte für Mama ☺.

Idee: www.famigros.migros.ch

50 Jahre AWO in Meinerzhagen

Jubiläum und Sommerfest
am 17. Juni 2023, 11.00 – 18.00 Uhr

GUMMISTIEFELWEITWURF

13.00 bis 14.00

Mit dem **Meinerzhagener Kinderchor**
und dem **Chor MIXTOUR**

Musik mit den **Meinhardusmusikanten**

Schatzsuche – Schminken – Tattoos
4Gewinnt – Buttons u.v.a.m.
für Kinder
(Kindertagespflege/Erziehungsberatungsstelle/AWO Kita's)

Gespräche und Informationen !

Grillstand und **Kaffeestube**

Große Verlosung mit attraktiven Preisen
1 Woche Borkum für eine Person im
Haus „Alter Leuchtturm" (14.-21.10.2023 - Einzelzimmer)
Verlosung um 17.00 Uhr

KINDERFLOHMARKT

ORT : AWO Treff an der Stadthalle

Veranstalter: AWO Ortsverein Meinerzhagen sowie die Einrichtungen des AWO-Unterbezirkes Hagen-Märkischer Kreis (Kindertagespflege-Erziehungsberatungsstelle und Kindertagesstätten in Meinerzhagen)