

## **Tipps für den sanften Übergang: So gelingt der Start in den Kindergarten**

Erfahren Sie, wie Eltern den Übergang in Kindergarten oder Krippe für ihre Kinder erleichtern können. Tipps von Experten aus Füssen.

Der Übergang von zu Hause in den Kindergarten kann sowohl für Kinder als auch für Eltern herausfordernd sein. Eine Expertin aus Ostallgäu hat wertvolle Tipps parat, um diesen Prozess zu erleichtern und emotionale Sicherheit zu bieten.

### **Die Bedeutung der Eingewöhnung für die ganze Familie**

Wenn ein Kind in den Kindergarten oder die Krippe kommt, steht eine bedeutende Veränderung an, die nicht nur das Kind, sondern die gesamte Familie betrifft. Elisabeth Frank-Keller von der Erziehungs-, Jugend- und Familienberatung Ostallgäu betont, dass diese Phase ein entscheidender Übergang ist. Die Unterstützung durch die Eltern ist hierbei unerlässlich, um den Kindern die Eingewöhnung zu erleichtern.

### **Vorbereitung ist der Schlüssel**

Die Schulung der emotionsmäßigen Resilienz eines Kindes ist entscheidend. Kinder müssen erst lernen, ihre Umwelt zu begreifen und die Tagesabläufe zu verstehen. Aus diesem Grund ist es wichtig, dass Eltern vor der Eingewöhnung eine positive Grundstimmung schaffen. Dazu können folgende Maßnahmen ergriffen werden:

- Erzeugen von Vorfreude durch Bilderbücher über den Kindergarten, positive Geschichten und gemeinsame Erkundungstouren zur Kita.
- Das Mitbringen eines vertrauten Gegenstands, wie einem Kuscheltier, kann dem Kind helfen, sich sicherer zu fühlen.
- Ein fester Tagesablauf, bei dem das Kind regelmäßig zur gleichen Zeit und von der gleichen Person in die Kita gebracht wird, kann Stabilität bieten.

## **Langsame Eingewöhnung und elterliche Unterstützung**

Eine schrittweise und wohlüberlegte Eingewöhnung ist hilfreich. Elisabeth Frank-Keller empfiehlt, dass das Kind anfangs in Begleitung eines Elternteils in die Gruppe kommt und die Aufenthaltsdauer langsam ausgeweitet wird. Dies gibt dem Kind die Möglichkeit, in seinem eigenen Tempo Vertrauen zu den neuen Bezugspersonen aufzubauen. Während des Aufenthalts sollte ein Elternteil präsent sein, jedoch nicht aktiv ins Spielgeschehen eingreifen, damit das Kind die Sicherheit spürt, aber auch neue Kontakte knüpfen kann.

## **Rituale und emotionale Begleitung**

Um den Abschied in der Kita zu erleichtern, können kleine Rituale entwickelt werden, die dem Kind eine Orientierung bieten. Diese Rituale helfen, den Übergang zu strukturieren und miteinander umzugehen. Auch die Eltern stehen oft vor der Herausforderung, ihre eigenen Emotionen während der Verabschiedung zu regulieren. Es ist wichtig, dass sie dem Kind Sicherheit ausstrahlen und sich für die eigenen Gefühle unterstützen, um eine positive Atmosphäre zu schaffen.

## **Die Rolle der Nachbesprechung**

Nach dem Kindergartenbesuch benötigen Kinder Zeit, um ihre

Erfahrungen zu verarbeiten. Ein ruhiger Nachmittag nach der Kita kann helfen, den Erlebten Platz zu geben und Emotionen zu verarbeiten. Diese Phase der Reflexion ist ebenso wichtig wie die Vorbereitung auf das neue Umfeld.

Mit diesen Tipps und einer positiven Haltung können Eltern ihren Kindern helfen, die Eingewöhnung in den Kindergarten zu meistern und dabei eine stabile Grundlage für deren emotionale Entwicklung zu schaffen.

Details

**Besuchen Sie uns auf: [n-ag.de](https://www.n-ag.de)**