

Liebe Eltern,

vielleicht möchten auch Sie Ihr Kind am liebsten vor allen Gefahren und schlimmen Dingen in der Welt gut beschützen. **Das Beste, was Sie Ihrem Kind mitgeben können, ist jedoch, es liebevoll und unterstützend in die Selbstständigkeit zu begleiten und so auf das Leben vorzubereiten.** Unterstützen Sie es dabei, Vertrauen in sich und die Welt sowie ein Gefühl von Sicherheit zu entwickeln.

Je älter ihr Kind wird, desto mehr Dinge lernt es allein und ohne Hilfe zu erledigen. **Selbstständigkeit ist ein wichtiger Meilenstein in der persönlichen und sozialen Entwicklung Ihres Kindes.** Ab seinem ersten Geburtstag wird es immer mehr selbst tun wollen, im darauffolgenden Jahr steigert sich das noch, **bis das Kind um seinen vierten Geburtstag herum in den Grundlagen des Alltags selbstständig ist:** Es kann sich anziehen, sich die Zähne putzen, die Hände waschen, essen und allein zur Toilette gehen.

Ein großer Schritt in die Selbstständigkeit Ihres Kindes ist der Eintritt in den Kindergarten bzw. die Kita. Hier hält es sich (meist) an fünf Tagen der Woche mehrere Stunden ohne elterliche Betreuung in einer bisher unbekannten Umgebung auf, in der es sich zurechtfinden muss. Das Kind hat viel Kontakt zu Altersgenossen, die sich vielleicht ganz anders verhalten als die Geschwister. Es gibt anderes Spielzeug, neue Materialien zum Spielen und Experimentieren. Hinzu kommt der Kontakt zu den Erzieherinnen und Erziehern, die dem Kind oft mehr Selbstständigkeit und Eigenständigkeit abfordern als die eigenen Eltern.

Hier lernt das Kind, Konflikte selbstständig zu lösen, und erfährt, dass andere auch Bedürfnisse haben. Es lernt, sich unter den vielen Spiel- und Beschäftigungsmöglichkeiten für eine zu entscheiden. Das kann ganz schön anstrengend sein, deshalb brauchen viele Kinder nach dem Eintritt in den Kindergarten plötzlich wieder einen Mittagsschlaf. **Auch für Sie ändert sich was: Sie merken nun, dass Ihr Kind sein eigenes Leben hat.** Nutzen Sie die kinderfreie Zeit für sich und lassen Sie Ihr Kind ein Stück weit los.

In der Checkliste auf der folgenden Seite haben wir Ihnen Tipps zusammengestellt, wie Sie die Selbstständigkeit Ihres Kindes fördern können.

Herzliche Grüße

Ihr Kita-Team

Checkliste:

So unterstützen Sie die Selbstständigkeit Ihres Kindes

- ☐ **Ermutigen Sie Ihr Kind!** Loben Sie es und bestärken Sie es darin, etwas noch einmal zu probieren.
- ☐ **Seien Sie verlässlich und liebevoll**, u. a. durch liebgewonnene Rituale beim Abschied oder wenn das Kind ins Bett geht. Durch diesen sicheren Rückhalt geben Sie Ihrem Kind die beste Ausgangsposition, um selbstständig zu agieren.
- ☐ **Schaffen Sie Gelegenheiten, in denen Ihr Kind selbstständig agieren kann**, z. B. ein Butterbrot schmieren oder sich die Hände waschen.
- ☐ **Stellen Sie Regeln auf.** Diese sollten natürlich altersgemäß sein und nachvollziehbar. So bekommt Ihr Kind eine Art Leitplanke, die es bei der Orientierung in der Welt unterstützt.
- ☐ **Nehmen Sie Ihr Kind so an wie es ist**, mit all seinen Stärken und Schwächen, auch wenn es sich vielleicht anders entwickelt, als Sie es sich wünschen.
- ☐ **Gewähren Sie Ihrem Kind Freiräume** – natürlich altersgemäße. So lernt es selbst Verantwortung zu übernehmen.
- ☐ **Unterstützen Sie die Eigeninitiative Ihres Kindes.** Heute möchte es sich selbst anziehen? Lassen Sie das zu, auch wenn es dadurch länger dauert.
- ☐ **Fördern Sie, dass Ihr Kind eigene Entscheidungen trifft.** Das kann der Belag auf dem Butterbrot sein oder die Farbe der Mütze, die Sie kaufen. So lernt Ihr Kind, selbst zu entscheiden.
- ☐ **Helfen Sie nur im Notfall.** Geben Sie Ihrem Kind genug Zeit, etwas allein im eigenen Tempo auszuprobieren, und machen Sie keinen Druck.
- ☐ **Bleiben Sie ruhig, flexibel und vertrauen Sie Ihrem Kind.** Ihr Kind findet beispielsweise eine andere Lösung als Sie: Das selbstgewählte Outfit besteht etwa tagelang aus der Piratenverkleidung von Karneval oder aus einer wilden Farbkombination, bei der es Ihnen die Fußnägel hochrollt? Oder das Badezimmer steht nach dem Händewaschen komplett unter Wasser? Das passiert, wenn man noch lernt. Lassen Sie Ihr Kind üben. Nur so kann es besser werden.
- ☐ **Bleiben Sie aufmerksam.** Wenn es nötig ist, setzen Sie Grenzen (z. B. bei scharfen Gegenständen oder im Straßenverkehr) und erklären Sie, warum Sie das tun. Auch das ist Teil des Prozesses, selbstständig zu werden.
- ☐ **Kinder entwickeln sich im eigenen Tempo.** Manche etwas schneller, andere langsamer, das ist kein Grund zur Besorgnis. Bei den U-Terminen beim Kinderarzt werden die wichtigsten Meilensteine jeweils abgefragt und überprüft.