

# ÜBERGANGSSITUATIONEN BEI KINDERN



## Liebe Eltern,

wir möchten Ihnen gerne einige Aspekte von Übergangssituationen näherbringen und Ihnen einige Tipps für die aktive Umsetzung im Alltag geben.

Spielgruppe, Kindertagesstätte, Tagesfamilie, Babysitter haben alle etwas gemeinsam: Kinder und Eltern sollen sich trennen. Auch wenn es nur für eine kurze Zeit ist, Abschied nehmen ist in der Regel nicht einfach. Das braucht Mut!

Diese verschiedenen Übergangssituationen sind von starken Emotionen begleitet. Vorfreude und Neugier auf das Kommende sind direkt mit Gefühlen wie Verlust und Abschiednehmen verbunden. Bei Kindern kann es dabei zu Stressreaktionen kommen, die sich in weinen, sich weigern oder schreien äussern können.

Aber die Trennungserfahrung ist für die Entwicklung des Kindes zur Selbstständigkeit nötig. Das Kind gewinnt Selbstvertrauen und das Vertrauen zu seinen Eltern wird ebenfalls gestärkt. Dadurch, dass die Eltern weggehen, aber garantiert immer wiederkommen, verliert es die Angst, verlassen zu werden. Diese Trennungsangst gehört zur gesunden Entwicklung des Kindes. Sie verschwindet mit der Zeit und durch gemachte Erfahrungen.

Sie als Eltern lernen dabei, dass Ihr Kind Sie nicht mehr ständig braucht und auch ohne Sie neue Erfahrungen machen kann. Ihr Kind lernt, sich auch auf andere Bezugspersonen einzulassen und Kontakte zu anderen Kindern zu knüpfen. Eine sichere Bindung zwischen Eltern und Kind ist die Grundvoraussetzung für die Entwicklung der Autonomie. Und genau diese sichere Bindung kann Kinder in Übergangssituationen beruhigen und ermutigen.

## Ein Beispiel aus unserer Beratung:

Eine Mutter verabschiedet ihr Kind mit folgendem Hinweis: «Zwischen unseren Herzen gibt es ein unsichtbares Band. Auch wenn du mich nicht siehst, ist dieses Band immer da. Ich zeichne dir ein kleines Herz auf deine Hand und so vergisst du nicht, dass ich an dich denke und dich ganz fest gern habe. Und wenn du mich vermisst, schau deine Hand an!» Mit diesem Herz kann den Kindern aufgezeigt werden, dass Mutter/Vater oder eine Bezugsperson sie immer begleitet, auch wenn sie nicht vor Ort sind.



## Einige Tipps um Ihrem Kind den Übergang zu erleichtern

Vorbereitung von zu Hause aus: 1 – 2 Tage vor dem Tag und gleich am Morgen den Ablauf besprechen; z.B. so:

- wir stehen um ... Uhr auf, essen Frühstück usw.
- wir gehen um ... Uhr los in die Spielgruppe (KITA, zur Tagesmutter usw.)
- dort verabschiede ich mich für ... Stunden von dir
- als erstes gibt es den Morgenkreis indem ihr euch begrüsst und ...
- anschliessend kannst du mit den anderen Kindern spielen, basteln ...
- dann esst ihr gemeinsam Znüni
- und nachher kannst du nochmal spielen
- zum Schluss gibt es den Abschlusskreis
- und danach bin ich schon wieder da um dich abzuholen

Eine weitere Idee wäre auch mit Büchern die Situation zu erarbeiten (z.B. «Mein erster grosser KITA-Tag») oder den Ablauf zu Hause in Form eines Rollenspiels nachzuspielen mit Kuscheltieren/Puppen.

Ausserdem ist es sehr wichtig, ihrem Kind die Vorteile aufzuzählen, die es erwarten wie z. B. neue Freunde/Kollegen, neue spannende Aktivitäten und Spielsachen.

Wir machen  
uns stark für Kinder,  
Jugendliche und Familien  
im Kanton  
Schwyz!