

# Tiger POST

## Wer – Wie – Was

Nov. 22

Liebe Eltern!

Vom Kleinkind bis zum Jugendlichen durchlaufen Kinder verschiedene

Entwicklungsphasen. Neugierig wollen sie die Welt entdecken. Dabei stoßen sie aber auch auf Grenzen. Und auf Situationen, in denen es zu Konflikten und Enttäuschungen kommen kann. Wenn aber Kinder lernen damit umzugehen, können sie sich zu einer starken Persönlichkeit entwickeln. Erfahren Sie hier, wie Sie als Eltern zu einer solchen Entwicklung beitragen können.

Geben Sie Ihren Kindern Geborgenheit und Sicherheit! Sich geliebt und anerkannt zu fühlen, gibt Kindern das Vertrauen, auch dann geborgen zu sein, wenn mal etwas schief läuft.

Vertrauen Sie auf Ihr Kind und trauen Sie ihm etwas zu! Denn dann wächst in ihm der Mut, die eigenen Kräfte auszuprobieren. Ihr Kind bekommt Vertrauen in sich selbst. Und meistert selbst schwierige Situationen eigenständig

Für Kinder ist es wichtig, dass sie jederzeit zu ihren Eltern kommen können, wenn sie Probleme haben. Ob sie was ausgefressen oder eine schlechte Note geschrieben haben: Haben Sie ein offenes Ohr! Denn das gibt Ihren Kindern Halt. Dann ziehen sie sich nicht zurück und suchen Zuflucht bei „Trostpflastern“, sondern lernen, ohne Angst auch in schwierigen Situationen um Unterstützung zu bitten

Kinder sind neugierig, wollen die Welt entdecken. Geben Sie Ihren Kindern den nötigen Freiraum, selbst etwas auszuprobieren! Denn dabei lernen sie die eigenen Fähigkeiten und Grenzen kennen.

Sicherlich: Das richtige Maß an Freiraum zu finden, ist nicht einfach. Werden Kinder zu sehr behütet, trauen sie sich auch später nur wenig zu. Erfahren sie dagegen keinerlei Grenzen und haben das Gefühl, alles machen zu können, werden sie davon überzeugt sein, für andere gar nicht zu zählen. Anerkennung und Trost suchen sie dann auf anderem Weg. Und dabei können später auch Suchtmittel eine Rolle spielen.

Schenken Sie Ihren Kindern das Gefühl, Fehler machen zu dürfen! Wenn Sie zu früh eingreifen, glauben Kinder, es selbst nicht zu können.

Kinder brauchen das Gefühl:  
**Die Eltern interessieren sich für das, was ich tue! Und sie brauchen die Gewissheit: Es ist jemand da, wenn etwas schief geht. Dann werden sie auch den Mut haben, größere Herausforderungen anzunehmen.**

Kinder haben einen angeborenen Bewegungs- und Entdeckungsdrang. Manchmal geht er durch häufiges Fernsehen und Spielen am Computer verloren. Fördern Sie die Bewegung Ihrer Kinder von klein auf! Wenn Sie mit ihnen regelmäßig draußen an der frischen Luft etwas unternehmen, können Sie ihr Kind in seiner gesamten Entwicklung unterstützen. Bewegung wirkt sich nicht nur auf den Körper positiv aus, auf Kreislauf und Atmung, auf Knochen und Muskeln. Auch Konzentrationsfähigkeit und Entwicklung der Sprache werden gefördert. Natürlich auch das Selbstbewusstsein.

Ängstliche Kinder brauchen den Zuspruch der Eltern. Machen Sie ihnen Mut und freuen Sie sich mit ihnen auch über kleine Erfolge! Dann werden die Kinder nicht so schnell aufgeben. Das hilft ihnen dabei, Selbstvertrauen und Selbstbewusstsein zu entwickeln.

(Text: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung)

Bitte auf unsere Internetseite schauen:  
[www.kita-wahrenholz.de](http://www.kita-wahrenholz.de)

Verantwortlich für Text und Layout:  
Marion Weseloh