



Dein Partner für sozial-emotional starke Kinder

Unser Präventionspartner:

BARMER

„Ich will allein, aber mit Dir“

Dein Kind in täglichen Routinen begleiten



Der Alltag mit Kindern steckt voller kleiner Aufgaben und manchmal auch aus Herausforderungen. In diesem Video erfährst Du, wie Du Dein Kind beim Anziehen, Zähneputzen und ins Bett gehen bewusster unterstützen kannst. So werden diese Momente zu kleinen Inseln der Verbundenheit. Die Impulse aus dem Praxisheft helfen Dir dabei, langfristig noch mehr Gelassenheit und Nähe in Eure Routinen zu bringen.

Hallo. Ich bin Mika.
Ich bin 2,5 Jahre alt und gehe in die Kita.
Manchmal finde ich das Anziehen
und den Abschied morgens ganz
schön schwer.

Aber Momo, mein Lieblingsmensch
zu Hause, hilft mir dabei.



Momo sagt immer vorher,
was als **Nächstes** passiert:

„Jetzt ziehen wir uns an,
dann gehen wir los.“

**Ich weiß, was kommt,
und das macht mich sicher.**



Momo erklärt mir genau, was ich
tun soll – **Schritt für Schritt** – bis ich
es allein kann.

„Erst den Arm hier,
dann den anderen.“

**So wird das Anziehen
für mich leichter.**



Manchmal bin ich sauer und werfe die
Schuhe rum. Mein Lieblingsmensch hilft
mir: Er sagt, **was ich machen kann** – nicht,
was ich nicht darf:

„Stell den Schuh auf den Boden
und steig mit dem Fuß rein.“

**Ich fühle mich verstanden
und kann besser mitmachen.**



Wenn ich etwas tue oder erzähle, ist Momo immer **aufmerksam**.

Ich fühle mich wichtig und glücklich.



Am liebsten mag ich, wenn Momo erklärt, **was wir gerade machen**:

„Jetzt hast Du Deine roten Schuhe angezogen. Ich hole jetzt auch meine.“

So verstehe ich besser und kann leichter mitmachen.



Manchmal darf ich **mitentscheiden**, welche Jacke ich anziehe:

„Magst Du die rote oder die grüne Jacke?“

Ich fühle mich stark und wichtig.



Wenn wir dann fertig sind, **freut sich** Momo sehr und sagt:

„Super gemacht, Miķa! Du hast die Schuhe allein angezogen! Jetzt bist Du bereit für den Tag.“

Das macht mich glücklich und mutig für den Tag.



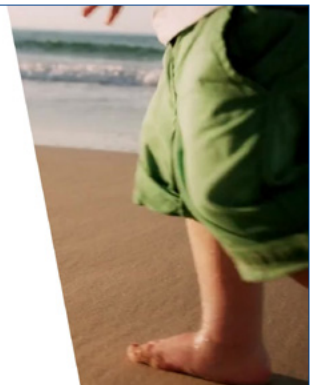
Alltagsroutinen sind wichtige Momente, um mit Deinem Kind in Kontakt zu sein.

Aus Herausforderungen können so positive Lern- und Beziehungsmomente werden.



Dein Kind lernt, selbständig zu sein und weiß dabei:

„Ich schaffe das und Du bist bei mir!“



Vertiefende fachliche Informationen findest Du unter

www.papilio.de/elternschaetze

Dort warten weitere Tipps und Übungen auf Dich, wie Du Dein Kleinkind in seiner Entwicklung unterstützt.

Papilio-Elternschätze:

Kinder unter drei Jahren in ihrer Entwicklung stärken

wurden in Kooperation mit der BARMER im Rahmen des Gemeinschaftsprojektes Papilio-U3, einem Programm zur Förderung der psychosozialen Gesundheit von Kindern unter drei Jahren in der Kita, entwickelt.

www.papilio.de/u3

Papilio
Dein Partner für
sozial-emotional starke Kinder

Unser Präventionspartner:

BARMER