

KrippenKinder

Praxiswissen für den U3-Alltag

Frühkindliche Sexualität

Neugier und schöne Gefühle

Jetzt auch
digital!

Sexuelle Bildung

Bewusst begleiten –
Kinder stärken

Pro & Contra

Mittagsschläfchen mit
Musik?

Pflege

Wickeln im Stehen

Adultismus-Check

Die Haltung hinter
unseren Worten

Persönlich, professionell
und praxisnah!

Klett *Kita* AKADEMIE

Unsere Fernkurse 2025

Sie können jederzeit starten!



Qualifizierte Gruppen- leitung in der Kita (m/w/d)

In diesem Fernkurs lernen Sie, Ihre Rolle als Gruppenleitung sicher und souverän auszufüllen. Stärken Sie Ihre Führungs- und Kommunikationskompetenz, gestalten Sie den Kita-Alltag mit Balance und entwickeln Sie ein klares Verständnis Ihrer Aufgaben und Verantwortung.

Preis
600,00 €*
Kursumfang
4 Monate

Neu!



Fachkraft für Schulkind- betreuung (m/w/d)

In diesem Fernkurs lernen Sie viel über die Bildung und Betreuung von Grundschulkindern, die Zusammenarbeit mit der Schule und mit Eltern und praktische Impulse zur Förderung des Miteinanders im Hortalltag. Dieser Fernkurs ist auch für Quereinsteiger:innen geeignet.

Preis
600,00 €*
Kursumfang
4 Monate



Fachkraft für Konzeptions- arbeit in der Kita (m/w/d)

In diesem Kurs lernen Sie Inhalte einer Kita-Konzeption kennen, und Methoden, wie Sie Konzeptionsinhalte mit Ihrem Team weiterentwickeln. Dabei werden Inhalte aus verschiedenen Bildungsplänen aufgezeigt und wie Sie diese in Ihrer Kita-Konzeption umsetzen. Mit Schreibhilfen, Methoden und Praxistipps zur Leitfaden-Erarbeitung.

Preis
199,00 €*
Kursumfang
1 Monat

Bildnachweise:
Gettyimages



Für mehr Informationen
jetzt scannen!

Jetzt anmelden unter
www.klett-kita.de/akademie !

Lernen macht Spaß, vor allem mit unseren Fernkursen, Onlinekursen und Webinaren!

Wir, die Klett Kita Akademie, möchten Ihnen als Ihr professioneller Fort- und Weiterbildungspartner die Möglichkeit bieten, Ihre persönlichen und beruflichen Ziele in sorgfältig geplanten Fort- und Weiterbildungen zu erreichen.



Unsere Fernkurse sind staatlich zertifiziert (ZFU)

Die Klett Kita Akademie bietet staatlich zertifizierte Fernkurse (ZFU) an. Das bedeutet, dass Sie einen qualifizierten und geprüften Fernkurs erhalten. Zudem steht dieses hochwertige Qualitätssiegel auch auf Ihrem Fernkurszertifikat, das Sie nach Ihrer bestandenen Prüfung erhalten.



Naturpädagogik in der Kita

Laufen auf Waldböden, Riechen von Kräutern, Schnitzen mit Holz und Schmetterlingen beim Wachsen zusehen: Die Natur bietet Kindern so viel! Natur und Umwelt sind wichtige Erfahrungsfelder im Leben von Kindern. Sie geben Sprachanlässe, Bewegungsgelegenheiten und ganzheitliche Erlebnisse, die in Innenräumen nur eingeschränkt möglich sind.

Preis
450,00 €*
Kursumfang
3 Monate



Qualifizierte Kita-Leitung

Als Kita-Leitung haben Sie viele Aufgaben, und auch viele Möglichkeiten, Ihre Kita so zu leiten, dass die Qualität für alle Beteiligten stimmt. Dieser Kurs richtet sich an neue oder angehende Kita-Leiter:innen. Durch zahlreiche Impulse und Praxisbeispiele erwerben Sie die Kompetenzen einer kompetenten und souveränen Kita-Leitung.

Preis
1.800,00 €*
Kursumfang
12 Monate



Anleiter:in von Auszubildenden in der Kita

Der Fernkurs Anleiter:in für Auszubildende in der Kita gibt den Lernenden einen Einblick in die Ausbildungsformen, in die Anforderungen als Anleitung sowie in die inhaltliche und organisatorische Struktur von Praktika. Außerdem werden Kommunikationsformen vorgestellt, die als Praxisanleitung von Vorteil sind.

Preis
450,00 €*
Kursumfang
3 Monate

UNSICHTBARMACHEN WAR NOCH NIE HILFREICH

www.krippenkinder.de
[www.facebook.com/
krippenkinder](https://www.facebook.com/krippenkinder)



Foto: © Julius Reque/GettyImages



Foto: © MNStudio/GettyImages



Foto: © Tassii/GettyImages

Mit dem Mund Gegenstände erforschen, am Tisch genussvoll mitessen und ein bisschen matschen, Wohlbefinden im Bad, das erste Entdecken des eigenen Körpers und das Spielen damit: Die Erfahrungswelt von Kindern unter drei Jahren ist natürlicherweise auch von ersten sexuellen Eindrücken geprägt. Sie spielen bei der kindlichen Entwicklung eine wichtige Rolle. Und obwohl uns das bewusst ist, kommt immer wieder Unsicherheit auf. Wie umgehen mit für Erwachsene vielleicht irritierenden Beobachtungen? Wie umgehen vor allem mit dem Kind, das sich selbst doch lustvoll und positiv wahrnehmen und erleben soll?

In dieser Ausgabe bekommen Sie einen kurzen Überblick über die entwicklungspsychologischen Hintergründe der frühkindlichen Sexualität und anschließend Empfehlungen dazu, was Sexualerziehung heute wirklich bedeutet: im U3-Bereich, in Bezug auf Missbrauchsprävention, Genderneutralität und darüber hinaus. Und während in manchen Bundesländern einige Parteien die Meinung verbreiten, die gute alte Sexualkunde hätte in Krippe, Kita und Schule überhaupt nichts verloren, sind wir genau der gegenteiligen Meinung: Denn Verschweigen, Tabuisieren und Unsichtbarmachen führt nachgewiesenermaßen zu mehr Missbrauch. Ein sensibler, differenzierter freundlicher Blick auf das Thema tut not!

Wir wünschen Ihnen einen freundlichen und gesunden Jahresbeginn!

Ganz herzlich

Ihr KrippenKinder-Team

SCHWERPUNKT

- 8 Weiß, rund, kalt: Schneeball**
Den Winter im Atelier begrüßen
- 10 Die Lust am eigenen Körper**
Frühkindliche Sinnlichkeit
und Sexualität
Margret von Allwörden
- 14 Sensibel begleiten – Kinder stärken**
Über kindliche Neugier und
professionelles Handeln
Laura Grün

KÖRPER & WOHLBEFINDEN

- 28 „Au ja!“ statt „Och nö!“**
Bewegungsimpulse aus der
Psychomotorik
Moon Jung Bea
- 32 Pflanzen für den Gruppenraum?**
Warum Zimmerpflanzen eher nicht
in die Krippe gehören
Tina Scherer
- 34 Stehwickeln**
Mehr als eine Technik
Carina Neumann

KrippenKinder – jetzt auch digital!

Die aktuelle Ausgabe bequem als
PDF erhalten und auf dem Tablet
mit in die Krippe nehmen?
Für Abonnent:innen kostenlos!
Einfach per Link oder QR-Code
E-Mail-Adresse hinterlassen!



Seite 10

*Sich in seinem Körper wohlfühlen – wichtig für
die sexuelle Entwicklung*



Seite 14

*Den eigenen Körper und auch den anderer Kinder erforschen:
ganz normal im Krippenalter*

Foto: © FluxFactory/Gettyimages

DIES & DAS

6 NEWS UND MELDUNGEN

PRO UND CONTRA

20 Mittagsschlaf mit Musik

Eine gute Idee oder belastend für die Kinder?

*Moon Jung Bea und
Bernadette Fritsch*

GENAU HINGESCHAUT

22 „Dafür bist du noch zu klein!“

Adulthood und Sprachbildung
Linda Wendt

RUND UMS JAHR

38 Eisperimente

Forschen mit Wasser und Eis
Angelica Back und Andreas Egler

40 MEDIEN

MEINE SEITE

41 Monotasking

Ein Schritt nach dem anderen
Bernadette Fritsch

42 Vorschau und Impressum



Foto: © StefaNikolic/Gettyimages

Seite 22

Auf Augenhöhe und achtsam: die Sprachbildung
adulthoodsensibel begleiten



Foto: © Oscar Wong/Gettyimages

Seite 32

Pflanzen im Gruppenraum: worauf Sie achten müssen



Foto: © Maria Korneeva/Gettyimages

Seite 41

Ein Schritt nach dem anderen: Monotasking statt
Multitasking – und weniger Stress im Alltag

ONLINE

[www.klett-kita.de/
krippenkinder-online-bereich](http://www.klett-kita.de/krippenkinder-online-bereich)



Den Körper spüren

Kleine Ideen für zwischendurch

Die Schatzinsel

Eine Bewegungsidee aus der
Psychomotorik

Sexualpädagogische Konzepte erstellen und weiterentwickeln

Sexualpädagogische Konzepte gehören zur pädagogischen Praxis. Doch was gehört eigentlich in diese Konzepte? Und welche Rolle spielen hier die Fachkräfte selbst?

Dieses Online-Seminar ist aufschlussreich für alle, die ein sexualpädagogisches Konzept erstellen, weiterentwickeln oder ein bestehendes Konzept überdenken möchten.

Erfahren Sie mehr:

- psychosexuelle Entwicklung
- kindliche Sexualität und Erwachsenensexualität
- Unterschied Körpererkundungsspiele und sexuelle Übergriffe unter Kindern
- Rolle der Fachkräfte: Haltung und Selbstreflexion
- Inhalte des sexualpädagogischen Konzepts
- Geschlechtersensible und vielfaltsgerechte Konzeptgestaltung
- Chancen des sexualpädagogischen Konzepts – das Konzept als Stütze und Reflexion
- Umsetzung des sexualpädagogischen Konzepts

Fortbildung zu finden unter: www.paediko-akademie.de/products/sexualpaedagogische-konzepte-erstellen-und-weiterentwickeln-1712?variant=51725728547082



Foto: © 10 000 Hours/Gettyimages



Foto: © StudioMikara/Gettyimages

Tipp aus der Redaktion

Ein Wunder-Tee gegen Erkältungen

So wunderschön der Winter auch ist – jetzt haben wir es oft mit einer Erkältungswelle zu tun. Da kann es nicht schaden, dem Immunsystem eine kleine Unterstützung zu bieten. Was eignet sich da besser als eine heiße Tasse Wunder-Tee, an der man sich auch noch die Hände wärmen kann?

Zutaten:

- Pfefferminztee (antimikrobiell und schleimlösend)
- Zitronensaft (Vitamin C)
- Ingwer (antioxidativ, antibakteriell, wärmend, schleimlösend, durchblutungsfördernd, entzündungshemmend und schmerzlindernd)
- Honig (antibakteriell, wundheilend, lindert Reizungen im Hals, wirkt schleimlösend, antioxidativ)
- Eine Prise Zimt (antioxidativ, entzündungshemmend und antimikrobiell)

5 Fakten zur frühkindlichen Sexualität

1. Schon während der Schwangerschaft

Wie der Greif- oder der Saugreflex ist auch der Erregungsreflex beim Baby bereits im Mutterleib vorhanden. Beim männlichen Fötus kann im Ultraschall beobachtet werden, wie sich das Glied ab und zu versteift.

Quelle: www.wireltern.ch/artikel/vor-der-geburt-bis-zum-2-lebensjahr

2. Masturbation

Schon ab dem 3. Lebensmonat berühren Babys ihre Genitalien spielerisch und genießen diese Sinneseindrücke. Das ist Bestandteil einer gesunden psychosexuellen Entwicklung.

Quelle: www.spektrum.de/news/selbstbefriedigung-wie-kinder-ihren-koerper-erkunden/1977838

3. Ohne Scham geboren

Schamgefühle entstehen erst ab etwa 3–4 Jahren. Vorher sind Berührungen und Nacktheit für Kinder selbstverständlich und unbefangen.

Quelle: www.herder.de/kizz/kinderentwicklung-erziehung/schamgefuehl-wenn-es-peinlich-wird/

4. Doktorspiele sind Entwicklung

Kleine Kinder erkunden sich (auch gegenseitig) – so wie Bauklötze oder Blätter. Das ist Teil normaler Neugier und dient dem Kennenlernen des Körpers und der Geschlechtsmerkmale.

Quelle: www.liga-kind.de/fk-310-enders/

5. Fachkräfte benötigen Wissen

Studien belegen: Viele pädagogische Fachkräfte fühlen sich unsicher beim Thema frühkindliche Sexualität. Fachwissen hilft, Tabus und Missverständnisse zu verhindern.

Quelle: www.kindergartenakademie.de/fachwissen/sexualpaedagogik-in-der-kita-grundlagen-der-kindlichen-sexualitaet/

von Petra* Görgen



Foto: © TwentySeven/Gettyimages

Save the Date – Didacta 2026

Europas größte Bildungsmesse findet vom 10. bis zum 14. März 2026 in Köln statt. Tragen Sie sich den Termin am besten jetzt schon in den Kalender ein. Denn die Fachmesse gibt einen umfassenden Einblick in das gesamte Bildungswesen von der frühkindlichen Bildung über die schulische/außerschulische Bildung bis hin zur beruflichen Aus- und Weiterbildung.



Foto: © Kouichi Chiba/Gettyimages



WEISS, RUND, KALT: SCHNEEBALL

Den Winter im Atelier begrüßen

■ von Monika Klages, mit Dank an Andrea Maibaum

Wie machst du einen Schneeball?

Johanna zeigt, wie sie vorgeht: Schnee in die Hände nehmen, zusammenpressen – mit nicht zu viel und nicht zu wenig Kraft. Und dann rollen. „Und dann sind meine Hände kalt!“, meint Johanna.



Schneebälle malen mit Trick

Runde Ausstechförmchen aus der Küche in weiße Fingerfarbe tunken und dann damit auf schwarzes oder dunkelblaues Tonpapier drucken. „Rund!“, erklären Johanna und Groku.

Ein ganzes Bild mit Schneebällen

Das klappt mit einfachen Moosgummistempeln (dazu wurde einfach rund ausgeschnittenes Moosgummi auf stabile Pappe geklebt). Die Kinder probieren, wie viel Farbe sie aufnehmen müssen und mit wie viel Druck sie am besten stempeln. Diese Schneebälle sehen schon viel realistischer aus.



Noch mehr Schneeball-Ideen

Schönes vor dem Fenster: Draußen eine Kerze oder ein LED oder Grablicht aufstellen, Schneebälle drum herumlegen und nach oben hin immer enger zusammenlegen, sodass nur noch wenig Licht aus der Pyramide/dem Schneeballhaufen dringt.

Schneebälle zum Essen: Runde Formen aus Mürbeteig ausstechen, nach dem Backen mit Puderzucker oder weißem Zuckerguss bestäuben/bestreichen.

Schneeballschlacht drinnen: Schneebälle aus Zeitungspapier rollen, Zielwerfen in einen Korb üben.

Die Lust am eigenen Körper

Frühkindliche Sinnlichkeit und Sexualität

FRÜHE KÖRPERERFAHRUNGEN PRÄGEN DAS SELBSTBILD, das Wohnen im eigenen Körper und das sexuelle Erleben für immer. Darum ist es entscheidend, wie Eltern und Bezugspersonen beim Pflegen, Vorlesen, Schmusen den Körper des Kindes berühren – und was für sie selbst Körperlichkeit und Sexualität bedeutet.

■ von Margret von Allwörden

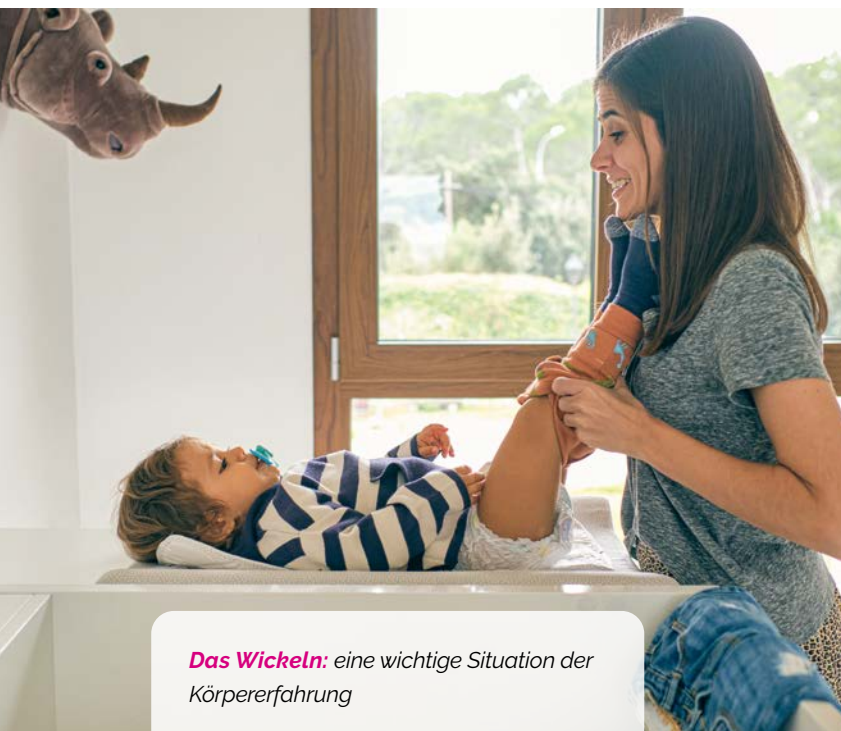
Nach Emmi Pikler ist die Pflege in der ersten Zeit des Lebens die wichtigste Situation der Begegnung. Individuelle Entwicklung, Autonomie, Liebe und Respekt für die eigene Person und andere Menschen gründen darauf. Das Kind lernt in der Pflege, ob ihm Schutz und Unterstützung zuteilwerden kann, ohne dass es sich ausgeliefert fühlt. Es erlebt, ob es Freude macht, in Berührung und Beziehung zu sein, ob es in seiner Haut für den anderen interessant und wohltuend ist, ob es wahrgenommen und respektiert wird. Alles, was mit seinem

Körper geschieht, ist von Bedeutung. Wie das Kind berührt und angefasst wird, wirkt sich auf sein Leben, auf seine Persönlichkeit aus, formt sein Selbstbild. In den Pflegesituationen lernt das Kind auszudrücken, was es wünscht, was ihm angenehm oder unangenehm ist. Es lernt mitzuteilen, ob es sich wohlfühlt, nachdem es gewickelt, gebadet oder gefüttert wurde.

Für kleine Kinder ist der ganze Körper Lustobjekt

Kinder lieben es, nackt zu sein, von der Windel befreit, und sie genießen es, eingecremt zu werden, keine Stelle bleibt unberührt. Dabei kann es zu Situationen kommen, die die wickelnde Person verunsichern und irritieren. Jungen haben manchmal eine Erektion und Mädchen machen Beckenbewegungen, um über die Reibung zu lustvollen Gefühlen zu kommen. Das kann uns irritieren, weil es der Erwachsenen-Sexualität ähnlich ist. Aber für kleine Kinder ist der ganze Körper Lustobjekt.

Wenn es nackt ist, kann das Kind überall seinen Körper berühren und erforschen, auch seine Genitalien. Es sieht mit den Händen und ertastet sich ein Bild seines Körpers. Es ist in diesem Alter bereits ein sexuelles Wesen, und es ist wichtig, ihm Zeit zu lassen, seinen Entdeckungen nachzugehen. Die Mutter, der Vater, die Erzieherin, der Erzieher sollten die sinnlichen



Das Wickeln: eine wichtige Situation der Körpererfahrung



Erfahrungen eines Kindes ermöglichen und nicht verhindern, und sie sollten darauf achten, wie unterschiedlich einzelne Kinder auf Zärtlichkeit und Berührung reagieren, was ihnen gefällt und was sie nicht mögen.

Der Erwachsene hat die Verantwortung für die Gestaltung dieses Körperkontakts. Wichtig ist, dass Kinder früh lernen, dass es ist Ordnung ist, Nein zu sagen.

Während die Kinder zunächst ihre Geschlechtsteile mit den Händen ertasten und erkunden, entdecken sie im zweiten Lebensjahr, dass sie sich selbst lust-

volle Gefühle bereiten können. Sie stimulieren sich mit den Händen oder schaukeln auf einer Unterlage, um Reibung zu erzeugen. Man kann beobachten, dass Kinder ab dem 17. Lebensmonat sich zum Orgasmus stimulieren. Das kann bei Erwachsenen Unsicherheit auslösen und Befangenheit. „Ist das normal?“ Das Kind unterscheidet nicht zwischen Zärtlichkeit, Sinnlichkeit und Sexualität. Es erforscht die Landkarte seines Körpers, es geht auf Entdeckungsreise: „Wo sind die empfindlichen Stellen, wo fühlt es sich gut an, wenn ich mich sanft berühre, und

KLEINE KINDER ERFORSCHEN LUSTVOLL IHREN GANZEN KÖRPER

wo, wenn fester?“ Es ist darauf bedacht, dass es ihm gut geht, dass es lustvolle Gefühle erlebt.

Kleine Kinder kennen noch keine Tabus

Ein Beispiel aus der Praxis: Die Leiterin einer Krippe berichtete, dass ein Kind intensiv masturbieren würde, und fragte, wie man damit umgehen solle. Immer wieder legte sich der zweieinhalbjährige Junge auf ein Polster, das er sich aus einer Decke zusammengerollt hatte. Er bewegte sich konzentriert hin und her und atmete heftig, bis er einen roten Kopf bekam. Dann ruhte er sich ein bisschen aus und spielte allein oder mit den anderen Kindern weiter. Auf Angebote der Erzieherin – Vorlesen zum Beispiel – reagierte er freudig, aber sie bedeuteten keine Alternative für ihn.

Die Erwachsenen waren verunsichert durch sein Verhalten, während die Kinder es gar nicht als etwas Besonderes wahrnahmen. Für sie verletzte der Junge ein Tabu, das die Kinder gar nicht kannten.

Im Gespräch mit der Mutter sagte sie, dass ihr Sohn auch zu Hause manchmal masturbiere, sie fand das nicht bedenklich. Die Erzieherinnen haben ihn daraufhin gelassen, und nach kurzer Zeit hörte er damit auf und wandte sich intensiv anderen Spielen zu. Eine Weile schleppte er noch die kleine Decke mit sich herum.

Nach dieser Geschichte gab es im Team Gespräche über frühkindliche Sexualität und Sinnlichkeit. Je nachdem, wie in der eigenen Familie mit sexuellen Tabus umgegangen wurde – worüber man nicht spricht, wo man sich nicht anfasst, was als unanständig gilt –, löst das Darüber-Reden Hemmungen und Scham aus. Es ist wichtig, sich bewusst zu machen, dass man Botschaften, die man in der Kindheit bekommen hat, nicht unreflektiert an Kinder weitergeben sollte. Der offene Austausch mit den Eltern ist für pädagogische Fachkräfte bei diesem Thema unbedingt nötig.

Sinnliche Erlebnisse im Alltag: Motor für das Spürbewusstsein

Kindliche Sexualität ist nicht nur Genitalität, sie hat vielfältige Ausdrucksformen. Der Mund ist für Babys eine Quelle der Lust, das Saugen, Nuckeln, Prusten und Spuckebläschen-Machen. Sie streicheln sich zart mit dem Schmusetuch zwischen Oberlippe und Nase, einer besonders empfindlichen Region unseres Körpers. Sie genießen es, zu riechen und zu schnüffeln, die Nase in Mamas Pullover.

All diese Erfahrungen sollten im Alltag Raum haben. Sie bereiten den Kindern eine sinnliche Freude.

Schau- und Zeigelust

Mit ungefähr zwei Jahren erreichen Kinder oft ein Bewusstsein für das eigene Geschlecht. Sie entwickeln eine Schau- und Zeigelust, sie wollen sich vergleichen und sind oft stolz auf ihr Geschlecht. Aber welche Sprache haben wir dafür? Es gibt in unserer Sprache wenige Bezeichnungen für Geschlechtsorgane, die nicht vulgär, verniedlichend oder steril sind. Fragen Sie die Eltern, welche Wörter dafür den Kindern

vertraut sind. Und noch oft fehlt das Bewusstsein in Gesellschaft und Alltag, dass nicht jedes Kind eine deutliche Geschlechtsidentität entwickelt und entwickeln wird – und dass auch das normal ist und sein darf. Früher war man oft der Ansicht, in diesem Alter bräuchten Kinder Identifikationspersonen ihres eigenen Geschlechts, die sie nachahmen können. Heute weiß man, dass Vorsicht vor einfachen Männer- und Frauenklischees angebracht ist, beispielsweise in Bilderbüchern, aber auch im alltäglichen Sprachgebrauch. Dafür sind Kinder in diesem Alter besonders empfänglich.

Ekel, Scham und Verzicht

Mit etwa zwei Jahren entwickeln Kinder auch zum ersten Mal Scham und Ekelgefühle. Wovor sie sich ekeln, lernen sie durch

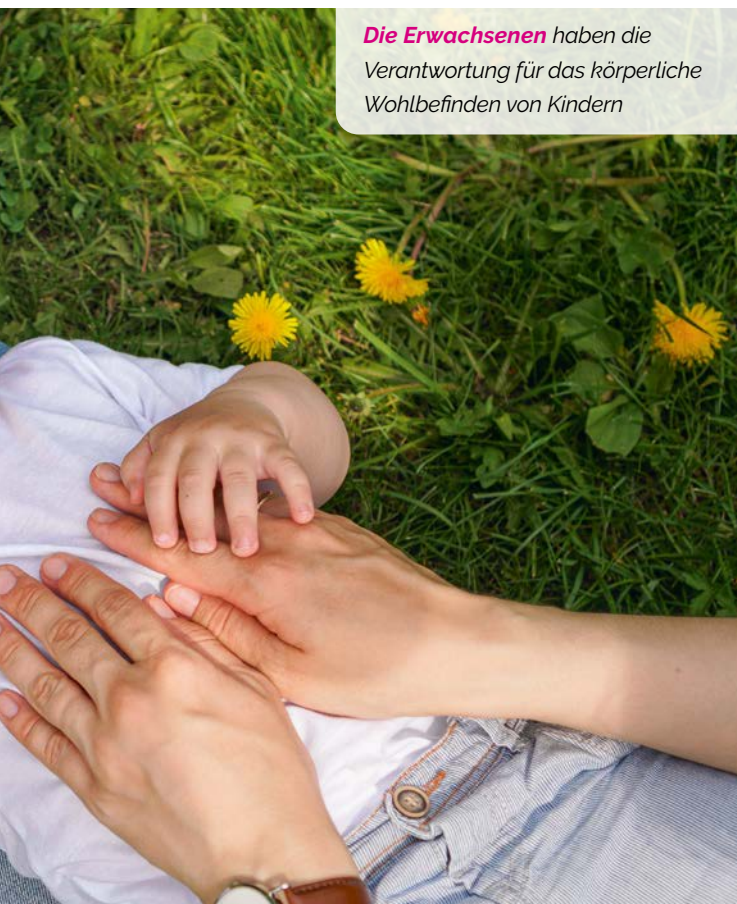
KINDLICHE SEXUALITÄT HAT VIELFÄLTIGE AUSDRUCKSFORMEN



ihre direkte Umgebung und durch gesellschaftliche Übereinkünfte und Gewohnheiten. Die können in verschiedenen Kulturen unterschiedlich sein. Erst in diesem Alter kann ein Kind verstehen, dass die Mutter oder Erzieherin sein Interesse an den eigenen Ausscheidungen akzeptiert, dass es in Ordnung ist, einem anderen Kind zuzuschauen – „Da kommt die Wurst!“ –, dass die Mutter oder Erzieherin aber auch auf der Toilette allein sein möchte und die Klotür zumacht, weil es ihr unangenehm ist, wenn jemand zuschaut. Genauso kann der Erwachsene sehen, wie viel Spaß es macht, die Finger durch den Kartoffelbrei zu ziehen, und dennoch vermitteln, dass ihm selbst aber beim gemeinsamen Mittagstisch der Appetit dabei vergeht. Denn Kinder beginnen in diesem Alter auch, ihre Bedürfnisse und ihre Lust aufzuschieben zu können, weil sie jetzt erkennen, dass andere Menschen vielleicht anders fühlen und Dinge anders sehen als sie. Sie sind „einsichtig“. Es ist ihnen bewusst, dass sie Beziehungen mitgestalten können, sie wollen das auch, es ist sehr bedeutsam für sie. Darum sind sie bereit, sich auf gemeinsame Lösungen einzulassen und um der wichtigen, guten Beziehung willen eigene Wünsche aufzuschieben. In diesem Alter sind die Kinder sich ihrer Möglichkeiten bewusst, Beziehung bewusst zu gestalten.



Interesse an den eigenen Ausscheidungen gehört auch zur Körpererkundung



Die Erwachsenen haben die Verantwortung für das körperliche Wohlbefinden von Kindern

Fotos: © Vagengeim/stock.adobe.com (u.); © andriano_cz/Getty Images (o.r.)



Rückenmassagen zum Entspannen und Wohlfühlen:

Passend zum Artikel finden Sie im Online-Bereich dieser Ausgabe kleine Ideen für die genussvolle Körperwahrnehmung.



Margret von Allwörden † war Spielpädagogin aus Leidenschaft. Seit den 1980er-Jahren gab sie Seminare, beriet Kindergärten und beschäftigte sich intensiv mit frühkindlicher Entwicklung, insbesondere mit Emmi Pikler. Sinnliche Erfahrungen sowie freie Entfaltungsräume für Kinder waren in ihrer Arbeit von großer Bedeutung. Dieser Artikel erscheint postum mit Einverständnis der Familie.

Sensibel begleiten – Kinder stärken

Über kindliche Neugier und professionelles Handeln



SEXUELLE BILDUNG IST TEIL DES ALLTAGS IN DER KRIPPE. Wie Fachkräfte Kinder in ihrer sexuellen Entwicklung kompetent und feinfühlig begleiten, erläutert hier die Gründerin und Leitung des Instituts für Sexuelle Bildung.

■ von *Laura Grün*

Sexuelle Bildung im Krippenalltag

Kinder entdecken die Welt mit allen Sinnen. Schon in den ersten Lebensjahren zeigen sie Neugier, Entdeckerfreude und das Bedürfnis nach Nähe und Kontakt. Im Krippenalltag begegnen Erzieher:innen Aspekten der kindlichen Sexualität

regelmäßig: beim Wickeln, beim Kuscheln oder wenn Kinder wahrnehmen, wie sich Berührungen an unterschiedlichen Körperstellen anfühlen.

Viele Fachkräfte befinden sich dabei in einem Spannungsfeld zwischen Unsicherheit und Scham. Einerseits möchten

sie Kinder optimal begleiten, andererseits schwingen eigene Erfahrungen, gesellschaftliche Erwartungen oder Tabus mit. Diese Ambivalenz erlebe ich häufig in meiner beruflichen Praxis: Eine Erzieherin beschrieb, wie ein fast dreijähriges Kind beim Kuscheln immer wieder die Hand auf ihre Brust legte und deutlich Nähe suchte – und sie fragte: „Ab wann ist das zu viel, und wie kann ich das gut rahmen?“.

An solchen Beispielen wird deutlich, wie wichtig eine professionelle und vor allem einheitliche Haltung im Team ist. Pädagogische Fachkräfte müssen sich darauf verständigen, wie sie intime und sensible Situationen grenzwahrend gestalten. Ziel ist es nicht, Nähe grundsätzlich zu unterbinden, sondern Grenzen klar, konsistent und kindgerecht zu kommunizieren. Ein grenzwahrender Satz wie „Meine Brust gehört zu meinem ganz persönlichen Bereich, da möchte ich nicht angefasst werden. Und genauso darfst auch du entscheiden, wo Berührungen für dich okay sind“ vermittelt eine zentrale Botschaft: Du darfst über deinen Körper bestimmen. Ergänzt durch den Hinweis „Wenn jemand dein Nein nicht akzeptiert, kannst du dir bei mir immer Hilfe holen“ wird aus einer alltäglichen Situation ein starkes präventives Signal.

Gerade dieses Beispiel zeigt, dass frühkindliche sexuelle Bildung nicht in besonderen Projekten, sondern in alltäglichen Situationen stattfindet. Ob

beim Kuscheln, Wickeln oder Spielen – die Haltung der Fachkräfte ist entscheidend. Sie kann Kinder in ihrer Entwicklung stärken oder Scham und Tabus begünstigen.

Sexuelle Entwicklung verlässlich begleiten

Im Krippenalter zeigen sich entscheidende Schritte der sexuellen Entwicklung: Kinder suchen Nähe und Körperkontakt und gehen darüber in Beziehung. Gleichzeitig bewohnen sie ihren Körper immer bewusster, bauen Lust- und Genussfähigkeit aus und entwickeln Autonomie. Sie erfahren sich als eigenständige Wesen und beginnen, Genitalien sowie Geschlechtsunterschiede zu erkunden. Für pädago-

gische Fachkräfte bedeutet das, diese Prozesse mit einer sexualfreundlichen Haltung zu begleiten und Kindern Orientierung zu geben. Sprache, eine sensible Raumgestaltung und klare Regeln tragen wesentlich dazu bei, dass Kinder ihre Erfahrungen in einem geschützten Rahmen machen können.

Sprache stärkt Prävention

Ein zentraler Bestandteil der sexuellen Bildung im Krippenalter ist die Förderung von Sprachfähigkeit. Kinder benötigen klare Begriffe für ihren Körper – auch für Vulva, Vagina, Penis und Hoden. Werden stattdessen Verniedlichungen, Umschreibungen oder diffuse Formulierungen wie „da unten“ verwendet, entsteht der Eindruck, dass über den Genitalbereich nicht sachlich gesprochen werden darf. Dadurch kann Scham entstehen, und Scham hindert Kinder daran, bei unerwünschten Berührungen Nein zu sagen oder sich Hilfe zu holen.

Eine klare Sprache schafft hingegen Normalität: Kinder, die die richtigen Begriffe für ihren Körper kennen, erleben Selbstwirksamkeit und können sich im Fall von Unsicherheiten oder Grenzverletzungen eher mitteilen. Gleichzeitig signalisiert eine sexualfreundliche Haltung der Fachkräfte, dass kindliche Fragen und Bedürfnisse ernst genommen werden. Der Alltag bietet dafür zahlreiche Anlässe – etwa beim Bilderbuchanschauen, in Rollenspielen oder in Gesprächen während des Wickelns können Körperteile selbstverständlich und sachlich benannt werden.

Wickeln: Nähe, Schutz und Selbstbestimmung

Wickeln gehört zu den alltäglichen, zugleich sensiblen Situationen in der Krippe. Kinder erleben hier intensive Nähe, sind körperlich sehr präsent – und brauchen Schutz ihrer Intimsphäre. Wickeln kann eine reine Versorgungssituation bleiben oder ein Moment sein, in dem Geborgenheit, Grenzwahrung und Selbstbestimmung spürbar werden.

Ein wichtiger Grundsatz lautet: Das Kind entscheidet mit. Schon kleine Fragen wie „Bist du bereit?“ oder „Darf ich dir die Hose ausziehen?“ signalisieren: Dein Körper gehört dir. Auch wenn andere Kinder zuschauen möchten, können Fachkräfte Orientierung geben: „Das ist nur möglich, wenn das Wickelkind zustimmt – und der Blick bleibt bitte respektvoll.“

Wickelsituationen sind immer auch Momente intensiver Beziehungsgestaltung. Damit Kinder dabei sowohl Intimität als auch Sicherheit erfahren, spielt die Gestaltung des Wickelbereichs eine entscheidende Rolle. Ein vollständig einsehbarer Wickeltisch oder eine Kommode im Durchgang bieten keinen geschützten

Rahmen, gleichzeitig sollte es jedoch nicht zu einer völligen Isolation kommen. Geeignete Sichtschutzlösungen – etwa eine Seitenwand oder ein Baldachin – ermöglichen Gebor-

DER WICKELBEREICH SOLLTE GLEICHZEITIG GESCHÜTZT UND TRANSPARENT SEIN

genheit und Schutz, ohne Transparenz zu verlieren. So lassen sich Nähe, Grenzwahrung und Kinderschutz in Balance bringen.

Darüber hinaus sind Wickelsituationen wertvolle Momente, um Sprache zu fördern. Wenn Fachkräfte beispielsweise sagen: „Ich wische jetzt deinen Penis ab“, werden Genitalien zu einem normalen Teil des Körpers. Gerade beim Übergang aus der Windelphase beginnen viele Kinder, Penis oder Vulva neugierig zu erkunden. Eine sachliche Rückmeldung mit freundlicher Stimme wie „Ich sehe, du fasst deine Vulva an. Das ist okay, wenn es sich schön anfühlt“, unterstützt sie darin, ein positives Körpergefühl zu entwickeln.

Wenn Kinder sich intensiver selbst stimulieren, gilt es, gemeinsam mit ihnen passende Orte zu finden. Mitten im Gruppenraum ist es nicht ideal, auch wenn andere Krippenkinder dies noch nicht wahrnehmen. Rückzugsorte wie ein Snoozelraum oder eine Kuschelecke bieten dagegen einen geschützten und gemütlichen Rahmen. Kinder brauchen Orientierung darin, dass Intimität oder Nacktheit nicht in jedem Kontext passend ist, sondern Orte der Geborgenheit und des Schutzes brauchen. Das unterstützt Kinder dabei, ein Bewusstsein für eine persönliche Intimsphäre zu entwickeln, und sensibilisiert gleichzeitig für die Grenzen anderer.

WO IST ES IN ORDNUNG, NACKT ZU SEIN, WO NICHT?

Körpererkundung und Identität im Spiel

Auch wenn intensivere Körpererkundungsspiele häufig erst im Kindergartenalter auftreten, zeigen bereits Krippenkinder erste Formen sexueller Neugier, etwa indem sie sich gegenseitig betrachten, Unterschiede erkunden oder einander im Spiel berühren. Diese Verhaltensweisen sind Ausdruck normaler Entwicklung.

Entscheidend ist, wie Fachkräfte solche Situationen rahmen. Eine ruhige, beschreibende Haltung wie „Ich sehe, ihr schaut euch gerade an. Das ist in Ordnung, solange ihr das beide möchtet“ signalisiert Akzeptanz und setzt zugleich klare Grenzen.

Damit dies gelingt, brauchen Kinder einfache Regeln, die – ähnlich wie in anderen Alltagssituationen – Orientierung geben: Ein „Nein“ ist verbindlich, nichts gehört in Körperöffnungen, und Erwachsene oder deutlich ältere Kinder haben in solchen Spielen nichts zu suchen. Diese Grundsätze verdeutlichen, dass Neugier legitim ist, jedoch innerhalb klarer Grenzen stattfindet. Fachkräfte tragen die Verantwortung, Machtgefälle wahrzunehmen, Situationen einzuschätzen und einzuschreiten, wenn Grenzen überschritten werden.

Die in der Praxis oft auftretende Unsicherheit darüber, was zugelassen werden kann und was nicht, zeigt, wie zentral eine einheitliche Haltung im Team ist. Nur wenn Fachkräfte

Fotos: © gllaxia (l), FluxFactory (m)/Gettyimages



Kinder müssen ein Bewusstsein
dafür entwickeln, dass Intimität und
Nacktheit Orte der Geborgenheit und
des Schutzes brauchen



Interesse am Körper anderer Kinder
ist in Ordnung – aber die Erwachsenen
müssen darauf achten, dass keine
Grenzen verletzt werden

einheitlich und sachlich reagieren, erfahren Kinder: Ich bin okay, mein Körper gehört mir – und die Grenzen anderer sind ebenso zu achten.

Spielen mit Geschlechterrollen

Ähnlich verhält es sich bei Spielen, in denen Kinder mit Geschlechterrollen experimentieren. Bereits im Krippenalter nehmen Kinder geschlechtsbezogene Ausdrucksformen und Verhaltensweisen in ihrem Umfeld wahr und entwickeln daraus erste Vorstellungen von Rollenbildern. Darauf aufbauend beginnen sie, ihren eigenen Geschlechtsausdruck auszubilden – ein gefestigtes Bewusstsein für die eigene Geschlechtsidentität entsteht jedoch meist erst im Kindergartenalter. In der Krippe steht daher eher das spielerische Ausprobieren im Vordergrund. Wenn Jungen Kleider tragen oder Mädchen die Rolle des Papas übernehmen möchten, ist das ein normaler und wichtiger Teil dieses Erkundungsprozesses. Aufgabe der Fachkräfte ist es, diese Ausdrucksformen wertschätzend zu begleiten, sie nicht vorschnell zu interpretieren und Kinder darin zu unterstützen, eine positive Geschlechtsidentität zu entwickeln.

Auch die Gestaltung der Materialien im Alltag spielt eine Rolle: Welche Rollenbilder zeigen Bilderbücher, Puppen oder Verkleidungsdecken? Kinder profitieren von vielfältigen Mög-

lichkeiten – etwa wenn Frauen als Bauarbeiterin oder Pilotin sichtbar sind oder Rollenzuschreibungen bewusst durchbrochen werden. Ebenso prägend wirkt die Haltung der Fachkräfte selbst: Wenn männliche Erzieher fürsorglich wickeln oder trösten und Erzieherinnen handwerkliche Aufgaben übernehmen, erleben Kinder Vielfalt unmittelbar und authentisch.

Elternarbeit mit Klarheit und Haltung

Das Thema Sexualität ist für viele Eltern sensibel, da es stark von eigenen Prägungen beeinflusst ist. Entsprechend reagieren sie manchmal mit Unsicherheit oder Sorge, etwa wenn Kinder beiläufig von Körpererkundungsspielen erzählen. In

solchen Momenten ist oft unklar, in welchem Rahmen diese Erfahrungen stattfinden, und es kann für Eltern schnell emotional werden.

Ein sexualpädagogisches Konzept schafft hier Klarheit. Es formuliert die gemeinsame Haltung der Einrichtung, nimmt Bezug auf den Bildungs- und Erziehungsauftrag und beschreibt transparent, wie

Aspekte kindlicher Sexualität im Alltag begleitet werden. Damit wird deutlich: Hier wird nicht nach individuellem Bauchgefühl entschieden, sondern auf Grundlage fachlicher Standards gehandelt. Für eine gelingende Elternarbeit ist es wichtig, die Sorgen und Fragen der Eltern ernst zu nehmen, in einen

FÜR DIE ELTERNARBEIT IST EIN SEXUALPÄDAGOGISCHES KONZEPT HILFREICH

Foto: © Miljan Živković (r)/stock.adobe.com



Wenn auch Männer fürsorglich wickeln oder trösten, erleben Kinder Vielfalt jenseits traditioneller Rollenzuschreibungen

Dialog zu gehen und gleichzeitig mit einer einheitlichen Haltung als Team für die gemeinsamen Leitlinien einzustehen.

Zugleich eröffnet das Konzept wertvolle Gesprächsanlässe. Schon im Aufnahmegespräch kann es genutzt werden, um die Haltung der Einrichtung transparent zu machen. In jährlichen Entwicklungsgesprächen sollte die sexuelle Entwicklung des Kindes als selbstverständlicher Aspekt angesprochen werden – so können Scham und Tabus abgebaut und die kindliche Sexualität normalisiert werden. Wichtig ist, diese Gespräche in einem geschützten Rahmen zu führen; Tür-und-Angel-Situationen sind hier nicht geeignet. Elternabende, insbesondere wenn sie durch Fachpersonen begleitet werden, bieten die Chance, das Thema fachlich fundiert aufzugreifen und Eltern zu entlasten. Viele erleben dies als Bereicherung, weil sie nicht nur die Haltung der Einrichtung besser verstehen, sondern zugleich eigene Fragen klären und Wissen gewinnen können.

Reflexion als Schlüssel zur Handlungssicherheit

Während Eltern vor allem Orientierung und Nachvollziehbarkeit erwarten, geht es für Fachkräfte um Handlungssicherheit. Diese entsteht zum Beispiel im Prozess einer solchen Konzeptentwicklung: zunächst durch die Reflexion eigener Prägungen, Werte und Erfahrungen im Zusammenhang mit Sexualität. Denn sie wirken unbewusst in den pädagogischen Alltag hinein und können dazu führen, dass Fachkräfte aus Scham, Unsicherheit oder Überidentifikation reagieren. Sich dieser Einflüsse bewusst zu werden, ist ein wichtiger Schritt hin zu einer professionellen Haltung.

Darüber hinaus stärkt der Prozess das Fachwissen – etwa zur kindlichen sexuellen Entwicklung, zur Abgrenzung von Erwachsenensexualität und zur Einschätzung von Grenzverletzungen zwischen Kindern. Ebenso wichtig ist der Austausch im Team: Unterschiedliche Sichtweisen werden sichtbar, diskutiert und in gemeinsame Handlungsleitlinien überführt. So entsteht Schritt für Schritt eine gemeinsame Sprache.

Unterstützend wirkt die Begleitung durch eine erfahrene Fachperson. Sie schafft einen geschützten Rahmen, strukturiert den Prozess und bringt Impulse ein, die neue Perspektiven eröffnen und blinde Flecken aufdecken können. Ohne diese Begleitung bleibt der Prozess häufig nur an der Oberfläche oder das Team wirkt schnell überfordert angesichts knapper zeitlicher Ressourcen im Krippenalltag. So lässt sich ein lebendiges Konzept entwickeln, welches Orientierung gibt und langfristig Sicherheit schafft – für Fachkräfte ebenso wie für Kinder und Eltern.

Das Angebot an Büchern und Materialien spielt eine wichtige Rolle bei der Entwicklung der Geschlechtsidentität



Fazit: Sexualpädagogik als Qualitätsbaustein

Sexuelle Bildung gehört selbstverständlich zum Alltag in der Krippe. Kinder erleben Nähe, erkunden ihren Körper und entwickeln erste Identitätsvorstellungen – all das braucht eine bewusste, sexualfreundliche Begleitung. Entscheidend ist die Haltung der Fachkräfte: Klare Sprache, konsistente Regeln und eine wertschätzende Begleitung stärken Kinder und leisten einen wichtigen Beitrag zur Prävention sexualisierter Gewalt. Ein sexualpädagogisches Konzept schafft dafür den Rahmen. Es bündelt Fachwissen, fördert Reflexion und sorgt für einheitliches Handeln im Team. Zugleich vermittelt es Eltern Transparenz und Orientierung. So wird Sexualpädagogik zu einem wichtigen Baustein pädagogischer Qualität – zum Nutzen von Kindern, Fachkräften und Familien.



Laura Grün, Soziale Arbeit B. A., Sexualpädagogin (gsp), ist Gründerin und Leitung des Instituts für Sexuelle Bildung – einem Fort- und Weiterbildungsinstitut für Fachkräfte aus Kita, Schule und sozialen Einrichtungen. Mit langjähriger Erfahrung in der Sexualpädagogik begleitet sie heute Teams bei der Entwicklung von sexualpädagogischen Konzepten sowie von Gewaltschutzkonzepten und macht Sexualpädagogik zu einem festen Bestandteil professioneller Bildungsarbeit. www.institut-sexuellebildung.com

Für Ihre professionelle Kita-Praxis



Kita einfach besser machen

In 9 alltagstauglichen Etappen zeigt das Buch, wie ihr eure Einrichtung mit Struktur, Herz und einer wirksamen Systematik weiterentwickeln könnt. So entsteht mehr Leichtigkeit im Alltag, mehr Tiefe in der pädagogischen Arbeit und mehr echte Verbindung – zu den Kindern, zu den Familien und im Team.

- Bildungslandschaft am Wendepunkt:
in 9 Schritten pädagogische Qualität entwickeln
- zukunftsfähige Pädagogik sicher implementieren
- zahlreiche Praxisbeispiele, Reflexionsfragen,
Hintergrundwissen und erprobte Methoden

Laura Henriette Grimm, Hergen Sasse
Kita einfach besser machen
In 9 Schritten zu mehr Qualität

17 x 24 cm, 176 Seiten
(D) 24,95 € | ISBN 978-3-96046-423-5

**Jetzt
neu!**



Laura Henriette Grimm, Hergen Sasse
Kita einfach besser machen
In 9 Schritten zu mehr Qualität
32 Methodenkarten für die Teamarbeit

DIN A5 quer, 32 Karten
(D) 19,95 € | ISBN 978-3-96046-424-2

Jetzt bestellen:
www.klett-kita.de
oder in Ihrer Buchhandlung

Mittagsschlaf mit Musik

Eine gute Idee oder belastend für die Kinder?

GEMÜTLICH MIT LEISER ENTSPANNUNGSMUSIK in die Ruhe finden und schneller einschlafen: Ist Hintergrundmusik eine gute Idee? Oder nimmt sie Kindern die vielleicht letzte Möglichkeit, irgendwann im Tagesablauf auch einmal echte Hör-Ruhe zu genießen? Unsere Expertinnen sind sich da nicht einig.



PRO

Entspannungsmusik hat eine nachgewiesene Wirkung

Studien haben gezeigt, dass gut konzipierte Entspannungsmusik – insbesondere mit langsamen Rhythmen, sanften Melodien und gleichmäßiger Struktur – nicht nur das Selbstvertrauen stärken, sondern auch die Menge des „Stresshormons“ Cortisol verringern kann. Forschende vermuten, dass dieser positive Effekt auf das Herz-Kreislauf-System durch die sich wiederholenden, eingängigen Melodien entsteht. So kann die Entspannungsmusik die Herzfrequenz senken und die Atmung verlangsamen – und Babys helfen, friedlich in den Schlaf zu finden. Kurz: Es ist längst erwiesen, dass Musik Stress und Ängste abbaut, das Wohlbefinden fördert und zu einer gesunden Entwicklung des Kindes beiträgt (vgl. Zenin 2016).

Für das Mittagsschläfchen in der Krippe ist aber noch etwas anderes wichtig: Vor allem Kleinkinder im Alter von 1 bis 2,5 Jahren benötigen in der Kita einen Mittagsschlaf UND ein begleitendes Ritual, das diesen Übergang erleichtert. Das regelmäßige Hören von Entspannungsmusik kann hier unterstützen: Kinder verknüpfen die Klänge automatisch mit Ruhe, Geborgenheit und einem verlässlichen Signal wie „Jetzt ist Schlafenszeit“.

Wichtig ist, dass Erzieherinnen und Erzieher passende Entspannungsmusik auswählen und diese konsequent leise

einsetzen. Auch die Qualität der Musik und der Abspielgeräte spielt eine Rolle.

Mein Fazit: Entspannungsmusik kann vielen Kindern beim Einschlafen helfen und die Schlafqualität verbessern. Und Schlaf ist in diesem Alter so wichtig! Warum also nicht auf diesen auditiven Helfer setzen? Musik ersetzt natürlich keine festen Schlafrituale, aber sie kann sie sinnvoll ergänzen und dabei Geborgenheit vermitteln.

MUSIK KANN TEIL VON VERTRAUTEN RITUALEN SEIN



Moon Jung Bea ist Diplom-Pädagogin, Erziehungsberaterin, Autorin und Erzieherin.

QUELLE

Zenin G. (2016): The power of music. Enhancing young children's wellbeing. Retrieved from Care for Kids. <https://www.careforkids.com.au/childcarenews/2016/february/23/music.html> (abgerufen am 9.2.2024).

CONTRA

Manchmal brauchen wir auch Stille

Vorab: Ich liebe Musik. Sie kann beruhigen, bewegen und beschwingen. Gerade weil sie so viel in uns auslösen kann – und das auf ganz individuelle Weise –, finde ich es nicht richtig, zum Mittagsschlaf durchweg Musik laufen zu lassen.

Wenn Erzieher:innen zum Schlafengehen Musik einsetzen wollen, dann besser als kleines Ritual am Anfang. Eine beruhigende Melodie – ein bis zwei Minuten – kann für den Übergang in die neue Situation bestimmt für viele Kinder hilfreich sein. Spielt die pädagogische Fachkraft immer dieselbe Melodie ab, zum Beispiel mit einer Spieluhr, entsteht eventuell so etwas wie der Sandmännchen-Effekt – dann werden die Kinder schon müde und fangen an zu gähnen, nur weil sie die gewohnte Tonabfolge hören.

In der folgenden Einschlafphase sollte dann auf die Musik verzichtet werden. Oder sie läuft nur ganz leise im Hintergrund – falls sich ganz leise im Hintergrund laufen – falls sich alle Kinder einig sind, dass sie besser damit zur Ruhe kommen. Hier bietet sich die Chance, die Kinder zu partizipieren

und herauszufinden, was ihnen guttut. Denn was manche entspannt und leicht zum Einschlafen bringt, kann andere stören und ablenken. Dieses individuelle Verhältnis zu Musik fängt schon bei der Lautstärke an. Wer leicht auf Reize reagiert oder hochsensibel ist, nimmt Lautstärke ganz anders wahr.

**EIN ANFANGSRITUAL GENÜGT:
BEIM SANDMÄNNCHEN-EFFEKT
WERDEN DIE KINDER SCHON MÜDE
UND FANGEN AN ZU GÄHNEN,
NUR WEIL SIE DIE GEWOHNTE
TONABFOLGE HÖREN.**

Mein Fazit: Ruhe ist zum Genießen da. Es ist wichtig für die Kinder, das schon früh zu lernen und als Schatz mit in ihr Leben zu nehmen. Denn in der Ruhe tanken wir Kraft und hören uns selbst zu.

Bernadette Fritsch ist Redakteurin bei den Fachzeitschriften *KrippenKinder* und TPS.



KAMINFEUER STATT MUSIK

Der Hype um die Einschlaf-Hintergrundgeräusche

White Noise, ASMR, binaurale Töne, natürliche Geräusche wie Meeresrauschen oder sogar das Brummen von Geschirrspüler oder Waschmaschine: Mit welchem Geräusch schlafen Sie am liebsten ein? Gute-Nacht-Playlists könnten bei Erwachsenen mit spezieller Musik oder Klängen vielleicht die Entspannung fördern und das Einschlafen erleichtern. Der Effekt wird vermutet, ist aber wissenschaftlich derzeit nicht belegt.

White, Pink and Brown Noise (Noise heißt Lärm oder Rauschen): Eine Mischung von für den Menschen hörbaren Frequenzen, die als Rauschen abgespielt von anderen, aber als störend empfundenen Geräuschen (LKW usw.), ablenken soll: sogenannte Maskierungsgeräusche.

ASMR (Autonomous Sensory Meridian Response) setzt auf besondere Geräusche wie sie beispielsweise bei der Massage, beim Wäschezusammenlegen, Tastaturtippen oder Flüstern entstehen, um damit ein Kribbeln und/oder Wohlfühlgefühl auszulösen.

Binaurale Töne: Über Kopfhörer verschmelzen unterschiedliche Töne auf den beiden Ohren zu einem dritten Ton. Das soll die Gehirnströme positiv beeinflussen.

„Dafür bist du noch zu klein!“

Adultismus und Sprachbildung

AUF DIE EIGENE SPRACHE GEGENÜBER DEM KIND ACHTEN – na klar, das machen wir doch längst.

Und trotzdem schleichen sie sich ein, vielleicht unbewusst: adultistische Äußerungen wie „Dafür bist du noch zu klein“ oder „Später, wenn du mal groß bist ...“. Dann hilft Selbstreflexion über das eigene Großwerden – und dieser Artikel als Erinnerungshilfe.

■ von Linda Wendt



Kennen Sie das: Sie haben es eilig und eines Ihrer Kinder braucht sehr lange, bis es die Jacke oder Schuhe angezogen hat. Vielleicht werden Sie ungeduldig und es fallen Sätze wie: „Beeil dich, sonst müssen die anderen Kinder auf dich warten!“, „Zieh deine Jacke an!“ oder „Jetzt trödel nicht immer so!“. Vielleicht haben Sie es auch so eilig, dass Sie diese Aufgaben für das Kind übernehmen und sagen: „Ich mache eben deine Schuhe zu, das geht schneller.“

Viele von uns kennen aber auch die Sätze „Rede nicht mit vollem Mund“, „Du kommst jetzt sofort, sonst wird das Essen kalt!“ oder „Wir haben gerade erst Mittag gegessen, du bekommst jetzt nichts mehr“ aus der eigenen Kindheit.

ADULTISMUS IST TIEF IN GESELLSCHAFTLICHEN STRUKTUREN VERANKERT

Sie sind tief im Unterbewusstsein verankert und wirken oft handlungsleitend.

Adultistische Muster in der eigenen Sprache

Situationen wie die oben beschriebenen begegnen uns fast täglich. Die Äußerungen fallen häufig nebenbei und erfolgen ohne böse Absicht. Es lässt sich vermuten, dass man gerade in eher organisatorischen Situationen wie dem Wickeln, dem Ankleiden oder beim Essen in solche Glaubenssätze verfällt. Und doch können sie Beispiele für Adultismus sein: eine Haltung, in der Erwachsene meist unbewusst über die Köpfe von Kindern hinweg

entscheiden und ihre Impulse oder Bedürfnisse übergehen. Sprache entfaltet im Alltag der Betreuung insbesondere von jungen Kindern aber eine tiefgreifende Wirkung auf kindliche Entwicklungs- und Bildungsprozesse. Grund genug, unsere Sprache unter die kritische Lupe zu nehmen.

Es ist wichtig, solche Muster zu erkennen, denn Sprache wirkt prägend. Wie wir mit Kindern sprechen, beeinflusst maßgeblich, wie Kinder Sprache lernen, sich selbst erleben und entwickeln.

WAS IST ADULTISMUS?

Adultismus beschreibt ein Machtungleichgewicht zwischen Erwachsenen und Kindern, das auf dem Altersunterschied beruht (vgl. Liebel 2020, S. 22). Erwachsene bestimmen oft über Orte, Zeiten und Themen, während Kinder aufgrund ihrer Abhängigkeit in fürsorglichen Beziehungen dieser Macht ausgeliefert sind. Das kann auf die Kinder sowohl unterstützend als aber auch begrenzend oder unterdrückend wirken.

Was ist Adultismus und warum betrifft er uns alle?

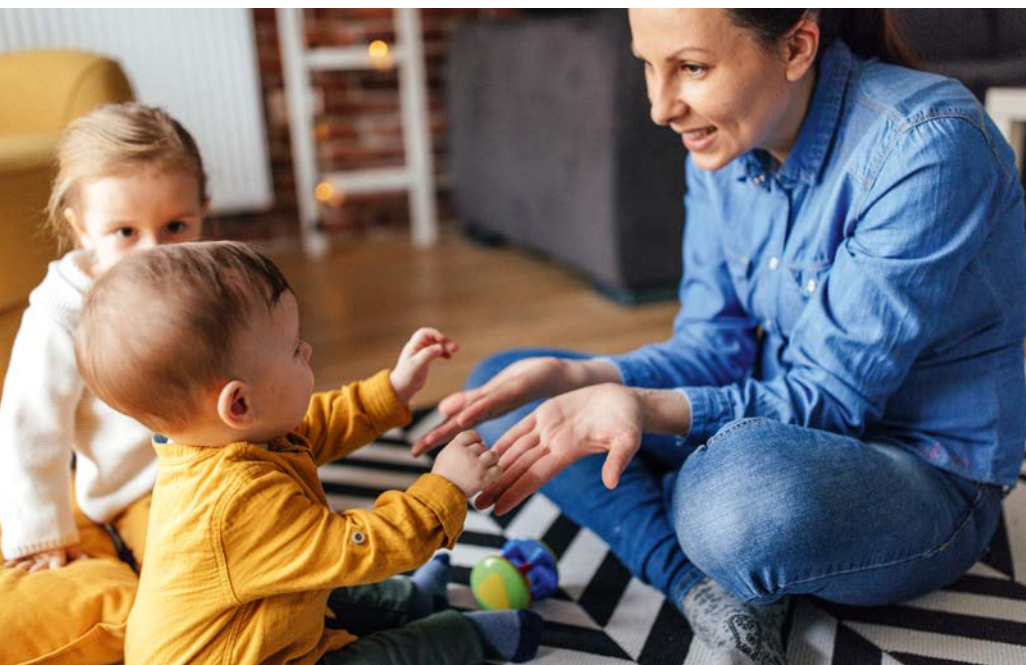
Gerade im U3-Bereich, in dem Kinder noch stark auf nonverbale Kommunikation angewiesen sind, kommt der sprachlichen Begleitung durch Fachkräfte eine besondere Bedeutung zu. Redewendungen und Sätze wie oben entspringen oft einem bewusst oder unbewusst adultistischen Verhalten von Erwachsenen. Haben Sie sich selbst schon einmal bei einer solchen Aussage erwischt? Was genau ist Adultismus und aus welcher inneren Haltung heraus entsteht er?

Adultismus als Form der Diskriminierung

Richter betont, dass adultistische Strukturen bereits früh wirksam werden und als erste Diskriminierungsform erlebt



Foto © Raylipscombe/Getty Images



werden können (Richter 2013, S. 6). In Bezug auf Sprachbildung im U3-Bereich kann Adultismus die Art und Weise beeinflussen, wie Fachkräfte mit Kindern kommunizieren, sei es durch Bevormundung, fehlende Mitbestimmung oder übermäßige Kontrolle (vgl. ebd., S. 7).

Diese Form des Adultismus, also die Diskriminierung von Kindern aufgrund ihres Alters, ist tief in gesellschaftlichen Strukturen verankert und bleibt oft unbemerkt. Adultismus unterscheidet sich von anderen Diskriminierungsformen dadurch, dass fast alle Erwachsenen selbst davon betroffen waren, sei es in der Familie, in der Kita oder in der Schule. Diese frühe Erfahrung von Ungleichbehandlung kann die Wahrnehmung und Akzeptanz weiterer Diskriminierungsformen im späteren Leben prägen (vgl. ebd., S. 6). Denn ob eine er-fahrene Ungleichbehandlung als Diskrimi-nierung erkannt wird, hängt stark davon ab, inwieweit die betroffene Person gelernt hat, ihre Erfahrungen zu reflektieren. Ohne diese Auseinandersetzung kann es passieren, dass diskriminierende Strukturen verinnerlicht und später selbst weitergegeben werden.

Warum ist alltagsintegrierte Sprachbildung so wichtig?

Gerade weil adultistisches Verhalten häufig unbewusst geschieht, beeinflusst es zentrale Bildungsprozesse und insbesondere die sprachliche Entwicklung. Kinder erwerben Sprache nicht in isolierten Lernsituationen, sondern im alltäglichen Miteinander. Sie lernen beim Spielen, beim Essen oder beim Wickeln, also in ganz normalen Situationen, die von Beziehung und Kommunikation geprägt sind. Besonders wichtig ist dabei,

wie Sie dabei mit den Kindern sprechen. Als Fachkraft übernehmen Sie hier die Rolle des Sprachvorbildes, des Erwachsenen, der Bildung begleitet und gestaltet.

Je wertschätzender, aufmerksamer und dialogischer die Kommunikation gestaltet ist, desto besser können Kinder Sprache aufnehmen und anwenden.

Adultismus und Sprachbildung

Alltagsintegrierte Sprachbildung im U3-Bereich ist entscheidend für die sprachliche Entwicklung der Kinder. Dabei spielen soziale Interaktionen, in die das Kind eingebunden ist, und Ihr Verhalten als pädagogische Fachkraft eine zentrale Rolle (vgl. Hormann, Koch & Neugebauer 2021, S. 15). Studien zeigen, dass Erwachsene in Gesprächen mit Kindern bestimmte

Mittel einsetzen, wie zum Beispiel gezielte Fragen oder das bewusste Herausfordern von Widersprüchen, um die Kinder zum Sprechen anzuregen und ihre sprachlichen Fähigkeiten zu fördern (vgl. ebd., S. 16). Hier wird auch der Zusammenhang zum Thema Adultismus deutlich: Wenn

Erwachsene Kindern nicht auf Augenhöhe begegnen, sie nicht ernst nehmen oder ihnen sprachlich wenig zutrauen, kann das ihre sprachliche Entwicklung negativ beeinflussen. Sprachbildung braucht also nicht nur Zeit und Gelegenheit, sondern auch eine Haltung, die das Kind als würdigen Gesprächspartner anerkennt. Denn nur in Beziehungen, in denen Kinder sich gesehen, gehört und respektiert fühlen, kann Sprache lebendig wachsen. Alltagsintegrierte Sprachbildung ist also nicht nur eine Fördermaßnahme, sondern muss als Teil einer anerkennenden dialogischen Praxis verstanden werden.

ADULTISMUS PASSIERT OFT UNBEWUSST



— GENAU HINGESCHAUT —

zu sagen, könnte man fragen: „Erzähl mir mehr: Was hat das Feuerwehrauto gemacht?“. So fühlt sich das Kind ernst genommen und es erhält Raum, Sprache selbst zu erproben. Diese einfache Frage führt dazu, dass das Kind die korrekten Worte in einem natürlichen Gesprächsfluss lernt.

Zudem sollte zwischen Erzieherin oder Kindertagespflegeperson und Kind darauf geachtet werden, **im Dialog zu sprechen**. Dem Kind werden somit keine Anweisungen, sondern dialogische Impulse gegeben. Dabei könnte man ein „Jetzt sag mal Danke!“ durch Fragen wie zum Beispiel „Wie findest du das Geschenk?“ oder „Was möchtest du der Clara sagen?“ ersetzen. Damit bekommt das Kind die Möglichkeit, sich selbst auszudrücken und eigene Worte zu finden.

Auch das **Benennen und Spiegeln von Gefühlen** ist ein wichtiger Bestandteil einer zugewandten, sprachförderlichen Haltung. Wenn Sie als pädagogische Fachkraft zum Beispiel sagen: „Du siehst traurig aus. Bist du enttäuscht, weil das Spiel zu Ende ist?“, lernt das Kind, Gefühle sprachlich auszudrücken, und fühlt sich verstanden. Dieses „Verstehen und Verstandenwerden“ stärkt nicht nur die emotionale Entwicklung, sondern auch die sprachliche Kompetenz.

Kinder sollten zudem **entwicklungsgerecht in Entscheidungen einbezogen werden**, wie das folgende Beispiel zeigt: „Möchtest du zuerst dein Buch anschauen oder lieber etwas essen?“. Solche **Wahlmöglichkeiten** fördern nicht nur die Selbstständigkeit, sondern regen Kinder auch dazu an, Sprache als Ausdruck ihrer Bedürfnisse und Wünsche zu erleben.

Nonverbale Kommunikation: Auch die Körpersprache zählt

Sprache beinhaltet aber auch Gestik, Mimik, Laute, Gebärde, Körperhaltung und Bewegung, mit denen sich das Kind bereits verständigt, bevor es die verbale Sprache nutzt (vgl. Zimmer 2019, S. 14). Daher sollte man bei der Kommunikation die Körpersprache mit einsetzen. Darunter versteht man, eine zugewandte, mitfühlende Körperhaltung mit eindeutiger

Praxisnah: So gelingt sprachförderliches Verhalten ohne Adulthood

Sprachförderung in Krippe und Kindertagespflege gelingt dann, wenn sie auf Augenhöhe stattfindet. Das bedeutet, dass die sprachliche Begleitung nicht belehrend, abwertend oder übergriffig geschieht, sondern wertschätzend, dialogisch und an dem Interesse des Kindes orientiert. Im Folgenden werden mehrere Beispiele vorgestellt, wie gelingende Kommunikation mit höherer Sensibilität praktiziert werden kann.

Zunächst ist es von Bedeutung, **aufmerksam zuzuhören** und **echtes Interesse zu zeigen**. Statt ein Kind beim Erzählen zu unterbrechen oder seine Worte zu korrigieren, kann man durch gezielte Nachfragen die korrekte Formulierung einfühlsam unterstützen. Anstelle von „Nein, das heißt nicht Tatütata, sondern Feuerwehr!“

DAS KIND ALS WÜRDIGER GESPRÄCHSPARTNER: SELBSTVERSTÄNDLICHKEIT BEI DER SPRACHBILDUNG

KURZ UND KNAPP ZUSAMMENGEFASST

Dos und Don'ts der alltagsintegrierten Sprachbildung ohne Adulthood

- Auf Augenhöhe kommunizieren
- Das Kind als würdigen Gesprächspartner verstehen
- Aufmerksam zuhören
- Echtes Interesse zeigen
- Nicht unterbrechen
- Nicht korrigieren, sondern gezielt nachfragen
- Im Dialog sprechen statt anweisend
- Benennen und Spiegeln von Gefühlen
- Altersgerecht in Entscheidungen einbeziehen



Gestik, Mimik und Stimmgebung einzunehmen, damit die Kinder das Gesagte besser deuten können.

Alltagsmomente wie das Essen, Spielen oder der gemeinsame Ausflug bieten zahlreiche Gelegenheiten, mit echter Zuwendung zu sprechen. Dabei sollte Sprache – die Körpersprache UND die verbale Sprache – nicht nebenbei oder funktional, sondern aufmerksam und dialogisch sein. Kinder, die so begleitet werden, erleben sich als kompetente Gesprächspartner mit eigenen Ausdrucksformen, Interessen und Kommunikationsstilen.

Sprachförderung ohne Adultismus bedeutet, Kinder nicht als „unfertige“ Erwachsene zu betrachten, sondern als eigenständige Persönlichkeiten, denen man mit Respekt, Interesse und bedachter Kommunikation begegnet.

RELEXIONSÜBUNG FÜR DIE PRAXIS

Unsere Sprache im Alltag hat großen Einfluss darauf, wie Kinder sich erleben und wie sie Sprache selbst erlernen. Diese kleine Übung lädt dazu ein, den eigenen Sprachgebrauch eine Woche lang achtsam zu beobachten.

Notieren Sie eine Woche lang typische Sätze, die Sie im Kontakt mit Kindern sagen, z. B. beim Anziehen, Essen, Spielen oder Wickeln. Achten Sie dabei besonders auf folgende Fragen:

- Mit welchen Sätzen regen Sie ein echtes Gespräch an?
- Wo geben Sie Anweisungen und wo stellen Sie Fragen?
- Wo ermöglichen Sie dem Kind eigene Ausdrucksformen?
- Wie häufig spiegeln Sie Gefühle oder bieten Sie Wahlmöglichkeiten?

Ziel der Übung: Diese Übung ist keine Bewertung, sondern eine Einladung zur bewussten Auseinandersetzung mit Sprache. Oft sagen wir Dinge ganz automatisch. Ein kurzer Blick kann helfen, sprachliche Gewohnheiten zu erkennen und neue Impulse für eine wertschätzende, dialogische Kommunikation zu gewinnen.

Tipp

Tauschen Sie sich im Team oder mit der Fachberatung aus: Oft öffnen sich durch das Teilen von Beispielen ganz neue Perspektiven.

Fazit: Kinder ernst nehmen heißt, mit ihnen zu wachsen

Sprachbildung beginnt nicht bei Methoden oder Materialien, sondern in achtsam gestalteten Beziehungen zwischen Kind und erwachsener Bezugsperson. Wenn Kinder sich gesehen, gehört und ernst genommen fühlen, entstehen sichere Räume, in denen Sprache lebendig wird. Das setzt voraus, dass pädagogische Fachkräfte bereit sind, eigene Routinen und Sprachmuster zu hinterfragen.

Adultismus in der Sprachbildung zu erkennen, bietet Raum zur Reflexion und Weiterentwicklung. Wer Kindern auf Augenhöhe begegnet, wächst nicht nur mit ihnen, sondern auch an ihnen. Denn reflektierte Kommunikation ist immer ein gegenseitiger Lernprozess.



Linda Wendt studiert Soziale Arbeit/Sozialpädagogik an der Hochschule Düsseldorf. Ihre Interessen liegen besonders in den Themenfeldern Adultismus und frühkindliche Bildung.

LITERATUR

Hormann, O., Koch, K. & Neugebauer, L. (2021): Spracherwerb und Sprachunterstützung im Elementarbereich: Ein Überblick. In: Salisch et al.; Fühlen Denken Sprechen. Alltagsintegrierte Sprachbildung in Kindertageseinrichtungen. Münster: Waxmann.

Liebel, M. (2020): Unerhört. Kinder und Macht. Weinheim/Basel: Beltz Juventa.

Richter, S. (2013): Adultismus: die erste erlebte Diskriminierungsform? Theoretische Grundlagen und Praxisrelevanz. Verfügbar unter: https://www.kitafachtexte.de/fileadmin/Redaktion/Publikationen/KiTaFT_richter_2013.pdf.

Zimmer, R. (2019): Handbuch Sprache und Bewegung (9. Gesamtauflage). Freiburg: Herder.

Ministerium für Kinder, Familie, Flüchtlinge und Integration des Landes Nordrhein-Westfalen (o. D.): Alltagsintegrierte Sprachbildung in der Kindertagespflege. Wichtige Hinweise für Kindertagespflegepersonen. Verfügbar unter: https://www.kita.nrw.de/system/files/media/document/file/Flyer_Sprachbildung_Kindertagespflege_2021%20.pdf.

HÖR-TIPP

In Episode 16 des Podcasts *Kindheit erleben* spricht Kathrin Hohmann über erzieherische Macht und Adultismus. Die Folge bietet praxisnahe Impulse zur Reflexion und lädt dazu ein, die eigene Haltung im Umgang mit Kindern bewusst zu hinterfragen.

Der Link zum Podcast:

<https://open.spotify.com/episode/2O2etMAraBOgxar1waS4g6>



Adultismus

Pädagogik auf Augenhöhe



Nimm mich ernst!

Pädagogische Fachkräfte haben die Verantwortung, ein gleichwürdiges Miteinander zu gestalten. Dieses Buch ist eine Einladung, das Verhältnis von Kindern und Erwachsenen neu zu denken und Wege zu einem Alltag ohne Machtgefälle zu finden.

- Machtgefälle identifizieren und abbauen
- pädagogische Haltung reflektieren anhand von 9 Beispielsituationen aus der Kita
- praxiserprobte Methoden für eine inklusive und partizipative Kita-Praxis

**Jetzt
neu!**

Sandra Richter
Nimm mich ernst!
Adultismus erkennen und abbauen

17 x 24 cm, 144 Seiten
(D) 19,95 € | ISBN 978-3-96046-422-8

**Jetzt bestellen: www.klett-kita.de
oder in Ihrer Buchhandlung**

„Au ja!“ statt „Och nö!“

Bewegungsimpulse aus der Psychomotorik

KINDER SIND BEWEGUNGSMENSCHEN – nur Ihre nicht? Und nicht gerade jetzt im Winter? Im U3-Bereich gibt es viele Möglichkeiten für mehr Bewegungsförderung. Die Psychomotorik ist eine davon. Sie arbeitet mit einfachen Alltagsmaterialien und hat sich neben der Bewegungsförderung auch die Verbesserung der seelischen Befindlichkeit auf die Fahne geschrieben. Unsere Autorin Moon Jung Bea hat Praxisanregungen für Sie.

■ von Moon Jung Bea

Was genau ist das?

Heute ist die Psychomotorik ein bekanntes Konzept zur Entwicklungsförderung. Das Ziel der Psychomotorik: durch gezielte Bewegungsideen (Motorik) das Wohlbefinden von Körper, Seele (Psyche) und Geist zu fördern oder wiederherzustellen. Mit den Worten des „Mit-Erfinders“ der Psychomotorik Ernst J. Kiphard hat die Psychomotorik den Zweck, „über die Motorik eine leib-seelische Harmonisierung und Stabilisierung der Gesamtpersönlichkeit zu erreichen“ (zitiert nach Zimmer 2022, S. 39).

Kiphard, selbst Artist und Sportpädagoge, veröffentlichte psychomotorische Übungseinheiten, die drei große Bereiche umfassen: den Wahrnehmungsbereich, den Bewegungsbereich und den emotional-sozialen Bereich. Die positiven Auswirkungen bewegungsorientierter Fördermaßnahmen auf Kinder wurden in der praktischen Arbeit vielfach beobachtet. Daraus entwickelte sich die Psychomotorik nicht nur als rehabilitatives, sondern auch als pädagogisches Konzept zur Entwicklungsförderung (vgl. ebd., S. 18).



Erfahrungen in/bei/mit Bewegung
sind besondere Erfahrungen: Sie bleiben lange im Gedächtnis und regen vielfältige Entwicklungsprozesse an

Wie funktioniert Psychomotorik?

Bei Kindern ist ein ganzheitliches Zusammenspiel von Denken, Fühlen, Handeln, Wahrnehmen und Sichbewegen besonders stark ausgeprägt – diese Bereiche sind untrennbar miteinander verbunden und beeinflussen sich wechselseitig. Kinder nehmen Sinneseindrücke mit dem ganzen Körper wahr, drücken ihre Gefühle durch Bewegung aus und reagieren auf äußere Spannungen mit körperlichem Unwohlsein. Umgekehrt können freudige Bewegungserlebnisse zu einer

ZIELE DER PSYCHOMOTORIK

- **Die Entwicklung der Gesamtpersönlichkeit** über Bewegung und Wahrnehmung zu unterstützen: Dies zeigt sich in der Erweiterung der Handlungsmöglichkeiten und der Verbesserung motorischer Fähigkeiten des Kindes.
- **Die Stärkung seines Selbstbewusstseins:** Bewegungsangebote sollten möglichst allen Kindern Erfolgserlebnisse und Könnenserfahrungen ermöglichen. Durch Bewegung kann das Kind seine Handlungen weiterentwickeln, seine Umwelt beeinflussen und dadurch Veränderungen wahrnehmen.

Die Rolle der pädagogischen Fachkraft

Als Fachkraft sollten Sie dem Kind stets das Gefühl vermitteln, dass Sie ihm etwas zutrauen. Kinder sollen erleben, dass sie Aufgaben selbstständig bewältigen können – gegebenenfalls mit minimaler Unterstützung. In den Übungen kann das Kind zwar sprachlich angeleitet und zu bestimmten Bewegungsaufgaben aufgefordert werden, z. B. „Welcher Ball fliegt am höchsten?“, „Wer kann den Zeitungsball weit werfen?“ usw. Allerdings stehen in der Psychomotorik bei den methodisch-didaktischen Prinzipien vor allem die Selbsttätigkeit, Kreativität und Selbststeuerung des Kindes an erster Stelle. Fachkräfte stellen keine höhere Hierarchiestufe dar, sondern begleiten das Kind eher als Beobachtende und Ideengebende.



körperlich wie psychisch empfundenen Entspannung und Gelöstheit führen (vgl. Zimmer 1993, S. 23). Erfahrungen in Bewegung sind besondere, sind primäre Erfahrungen. Sie werden unmittelbar und direkt durch das eigene Tun, die eigene Aktivität, den Einsatz des Körpers und der Sinne, durch das Erproben und Experimentieren gewonnen. Hier können Kinder das verwirklichen, was man als Selbsttätigkeit und Eigenaktivität bezeichnet und was als die intensivste Form der Aneignung von Erfahrungen gelten kann.





Zeitungen als Bewegungsmaterial: In der Psychomotorik kommen oft ungewohnte Materialien zum Einsatz

Beispiele aus der Praxis

In der Psychomotorik wird oft viel Wert auf Sinneserfahrung und ein ausgewähltes Material gelegt. Dieses Material soll und kann direkt aus der alltäglichen Umwelt der Kinder he-

DOS DER PSYCHOMOTORIK

- Kindern die Möglichkeit zum **Erkennen der eigenen Stärken** geben
- Kindern die Möglichkeit zur **Selbstmotivation** geben (zum Wecken der eigenen schöpferischen Fähigkeiten)
- **Keine Hierarchie** aufbauen (kein Adultismus, auf Augenhöhe mit dem Kind agieren)
- Übermäßiges oder unangemessenes **Lob weglassen** (Wenn ein Kind merkt, dass es schon für einfache Dinge gelobt wird, kann es den Eindruck gewinnen, dass man wenig von ihm erwartet.)
- Lob nicht im Vergleich mit anderen, sondern als **individuellen Fortschritt** beschreiben
- Nach der Bewegung das verwendete **Material** den Kindern nach Interesse auch im freien Spiel zur Verfügung stellen – die Kinder können dann im Spiel weitere eigene Ideen entwickeln.

rausgegriffen sein. Toll, wenn das Material oder Spielzeug zudem schon aus einem Projekt oder aus einer vorhergehenden Aktion bekannt ist. Verbinden Sie beispielsweise Gestaltungsideen mit Bewegung und setzen Sie ein Material, etwa Zeitungspapier, in beiden Bereichen ein. Hier sind drei Beispiele für psychomotorische Bewegungseinheiten mit Alltagsmaterialien.

1. Zeitungspapier

Zeitungspapier ist interessant: Es hat einen bestimmten Geruch, es knistert, es ist groß. Allein schon durch Zerreißen, Falten, Zerknüllen und Werfen können die Kinder viele unterschiedliche Sinnes- und Bewegungserfahrungen sammeln. Da die Kinder in Gruppen oder Teams spielen, machen sie auch Erfahrungen mit Absprachen, Regeln und Fair Play. So können Sie Zeitungspapier einsetzen:

- **Laufspiele mit der Zeitung:** Die Kinder halten ein Zeitungsblatt an zwei Ecken fest und laufen damit. Alternativ wird die Zeitung mit Wäscheklammern an der Kleidung befestigt – z.B. als Umhang, Rock oder Schürze.
- **Zeitung zerreißen:** Die Kinder zerreißen das Zeitungspapier langsam oder schnell und imitieren dabei die Geräusche mit dem Mund: „Rrrrrtsch“, „Krrraa!“ usw. Wer möchte anschließend mit allen Schnipseln geduscht werden?
- **Zeitungsbälle:** Zerrissenes Zeitungspapier wird zusammengeknüllt und zu Bällen geformt. Diese sind weich und leicht, sodass niemand verletzt wird. Die Kinder können die Bälle über den Boden rollen, sich in die Bälle hineinlegen oder damit Zielwerfen üben (alle zielen auf einen Gegenstand am Boden).

2. Bettlaken

Mit einem Bettlaken können Kinder rennen, ziehen, schwingen oder gemeinsam etwas oder jemanden tragen. So werden Kraft, Koordination und Teamarbeit gefördert. Die Kinder spüren den Stoff, verstecken sich darunter und machen vielfältige sensorische Erfahrungen.

- **Versteckspiel:** Solange Musik läuft, bewegen sich die Kinder frei im Raum. Sobald die Musik stoppt, verstecken sie sich schnell unter dem Bettlaken. Wenn die Musik erneut beginnt, kommen sie wieder heraus und bewegen sich weiter.
- **Bettlaken ziehen:** Ein Kind sitzt auf dem Bettlaken und hält sich gut fest. Zwei andere Kinder ziehen das Laken langsam und vorsichtig.



Gestaltung und Kreativität mit Bewegung, Emotionen und Körpergefühl verbinden: Die Psychomotorik verfolgt einen Ansatz, bei dem sich unterschiedliche Erfahrungsbereiche ergänzen

- **Höhlen bauen:** Aus Möbelstücken wie zusammengestellten Tischen und Stühlen sowie Decken können Höhlen gebaut werden.

3. Getränkeboxen

Die Kinder greifen Flaschen (Feinmotorik), heben sie an, stellen sie ordentlich in die Kiste – das trainiert die Hand-Auge-Koordination, den Pinzettengriff und die Kraftdosierung. Beim Sortieren nach Farbe, Form oder Größe üben die Kinder, Gegenstände zu unterscheiden, zu vergleichen und systematisch zu ordnen.

- **Transportspiel:** Eine Kiste ist mit leeren Flaschen gefüllt, die andere ist leer. Ein Kind transportiert die Flaschen nacheinander von der vollen zur leeren Kiste. Die Kisten stehen in etwas Abstand zueinander.
- **Farbsortieren:** Leere Flaschen in zwei Farben liegen auf dem Boden. Das Kind nimmt jeweils eine Flasche, läuft zu den farblich markierten Kisten (z. B. rot und grün) und sortiert sie entsprechend.
- **Zielwerfen:** Mit Sandsäckchen, kleinen Bällen oder Deckeln wird in Getränkeboxen geworfen – aus unterschiedlichen Distanzen.

Fazit

Gerade psychomotorische Bewegungserfahrungen fördern nicht nur motorische Fähigkeiten, sondern sie stärken auch emotionale und soziale Kompetenzen wie Selbstvertrauen, Selbstwirksamkeit, Emotionsregulation und Selbstmotiva-

tion. Beides – Bewegung und eine stabile seelische Gesundheit – sind heute wichtiger denn je. Pädagogische Fachkräfte können psychomotorische Bewegungseinheiten regelmäßig einplanen, da sie mit wenig Material auskommen und einfach umzusetzen sind.



Moon Jung Bea ist Diplom-Pädagogin, Erziehungsberaterin, Autorin und Erzieherin.

LITERATUR

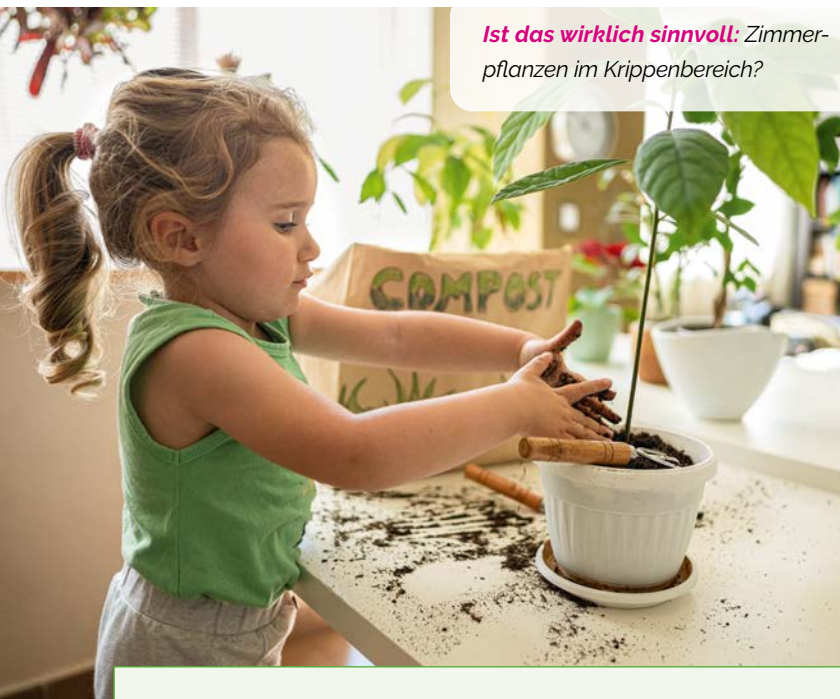
- Krus, A./Jessel, H. (2023): Das schweigende Wissen in der Psychomotorik. In: Motorik, 46. Ausgabe 3. Ernst Reinhard Verlag.
- Zimmer, R. (1993): Handbuch der Bewegungserziehung. Herder
- Dies. (2021): Bewegung erleben in der Kita. Herder.
- Dies. (2022): Handbuch Psychomotorik. Herder

Pflanzen für den Gruppenraum?

Warum Zimmerpflanzen eher nicht in die Krippe gehören

ZIMMERPFLANZEN MACHEN SO GUTE LUFT! Und sie sind so dekorativ! Und die Kinder können beim Gießen schon mit Verantwortung übernehmen. Das stimmt. Allerdings bergen Zimmerpflanzen eine ganze Menge Gefahren für Kinder unter drei Jahren. In der Krippe darum besser nicht – auch wenn die Gesetzeslage etwas schwammig ist.

■ von Tina Scherer



Von wegen: der Hype um die Raumluftverbesserung

Klar, Zimmerpflanzen sind toll. Gerade jetzt im Winter sorgen sie dafür, dass die trockene Heizungsluft in Innenräumen befeuchtet wird. So können Zimmerpflanzen tatsächlich dazu beitragen, die Infektionsgefahr zu verringern. Gut befeuchtete Schleimhäute in Nase und Mund können Erreger nämlich besser abwehren.

Manche grünen Gewächse können sogar nachweislich schädliche Gase, sogenannte flüchtige organische Verbindungen (englisch: volatile organic compounds, kurz VOC) aus der Luft entfernen. Dazu gehören beispielsweise Formaldehyd (Bogenhanf) oder Benzol (Efeutute). Für Erwachsene, in deren Haushalten keine Kinder und keine Haustiere leben, vielleicht praktisch. Leider sind die meisten Luftverbesserer aus dem Pflanzenreich aber auch giftig – und haben damit in Kita, Krippe und Tagespflege nichts verloren.

Die 5 besten Luftverbesserer (alle giftig!)

- **Einblatt, Friedenslilie (Spathiphyllum)**, verschiedene Arten: können Aceton, Benzol, Formaldehyd, Trichlorethylen, Xylol, Toluole, Ammoniak aus der Raumluft entfernen, erhöhen die Luftfeuchtigkeit und liefern frischen Sauerstoff. Das Einblatt ist wie alle Aronstabgewächse aber giftig.
- **Efeutute (Epipremnum aureum)**: Formaldehyd, Benzol, Trichlorethylen, Toluol, Xylol kann diese Zimmerpflanze aufnehmen und außerdem Gerüche neutralisieren, außerdem soll sie die Luft so verbessern, dass sie Augenreizungen lindern kann. Allerdings kann der Kontakt äußere Hautreizungen verursachen und die Blätter sind giftig.
- **Gummibaum (Ficus elastica)**: pflegeleicht, filtert CO₂ aus der Luft, außerdem Benzol, Formaldehyd, Trichlorethylen. Wie alle Ficus-Arten ist auch der Gummibaum giftig. Nichts für Latex-Allergiker, sein Pflanzensaft enthält Latex.
- **Bogenhanf (Sansevieria trifasciata)**, auch als Schwiegermutterzunge bekannt: pflegeleicht, braucht wenig Licht, entfernt bis zu 107 bekannte Luftschadstoffe wie Chloroform, Formaldehyd, Benzol, Trichlorethylen, Xylol aus der Luft. Giftig!
- **Aloe vera**: reinigt besonders effizient die Atemluft von Formaldehyd und Benzol, produziert auch während der Nacht Sauerstoff: der Saft der Blätter enthält Aloin und ist damit leicht giftig, kann aber auf oberflächliche Wunden aufgetragen werden.

Gefahren von Zimmerpflanzen für Kinder unter drei Jahren

„In Aufenthaltsbereichen der Kinder dürfen sich keine Pflanzen befinden, von denen besondere Verletzungs- und Gesundheitsgefahren ausgehen“, formuliert die DGUV eher schwammig ihre Empfehlung (§ 29, Abs. 2). Warum nur „besondere Verletzungsgefahr“? Für Kinder unter drei Jahren kann – salopp gesagt – schon ein Griff in die Blumenerde und anschließendes Aufnehmen in den Mund lebensgefährlich sein.

Zimmerpflanzen bergen eine ganze Reihe von Gefahren:

- **Giftige Pflanze(n)teile**, Gefahren bei Hautkontakt mit Pflanzensäften oder über orale Einnahme
- **Umstürzen** großer Pflanzen oder Pflanzkübel/Verletzungsgefahr
- Verletzungsgefahr durch **Stacheln oder Dornen**
- Gefahr durch **ausgestoßene Gase** der Pflanzen (siehe unten)
- **Aspiration** oder **Verschlucken** von Erde, Substrat oder Pflanzenteilen
- Infektionsgefahr durch Kontakt mit **Blumenerde** (Einatmen von Schimmelsporen, gesundheitsschädliche Bakterien in Blumenerde, die auch nur durch Hautkontakt wirken können)
- **Strangulationsgefahr** bei Hänge- oder Rankpflanzen

Wenn Zimmerpflanzen Giftstoffe in die Luft abgeben

Ein Forscherteam der University of Georgia fand in einer Studie heraus, dass Zimmerpflanzen die Raumluft nicht unbedingt nur verbessern, sondern tatsächlich auch verschlechtern können – und zwar durch genau die Stoffe, die doch eigentlich aus der Raumluft abgezogen werden sollen: flüchtige organischen Verbindungen (VOC). Diese können neben Geruchsbelästigung auch zu Reizungen an Haut und im Atemsystem führen und Symptome, die nicht unmittelbar einer Krankheit zugeordnet werden können, provozieren, aber auch krebserzeugende, erbgutverändernde und fortpflanzungsgefährdende Wirkung haben.

Einige der VOCs sind Bestandteile von Pestiziden, die bereits in der Gärtnerei auf verschiedene Arten aufgetragen werden. Und nicht nur die Pflanzen selbst, auch die im Boden lebenden Mikroorganismen sowie die Plastiktöpfe können VOCs enthalten.

Pilze und Bakterien in der Blumenerde

Blumenerde enthält naturgemäß immer Bakterien und Pilze. Viele davon sind wichtig, sie helfen beim Umbau von organischen Stoffen in für die Pflanze verwertbare Nährstoffe. Es gibt aber auch **Bakterien** im Boden, die beim Menschen Probleme verursachen können, zum Beispiel Stämme von *Nocardia*, die eine Infektion der Lunge oder des ganzen Körpers verursachen, *Legionella*, die ebenfalls eine Lungeninfektion bewirken können, und *Clostridium*, das z. B. Tetanus verursacht.

Oft finden sich auf der Oberfläche von Pflanzerde von Zimmerpflanzen weiße **Schimmelpilze**, die „eigentlich“ ungefährlich sind. Menschen mit chronischen Atemwegserkrankungen, Autoimmunerkrankungen oder Allergien können allerdings Symptome von Haut- und Schleimhautreizungen oder gleich Asthma entwickeln, auch wenn das eher selten vorkommt.

Wenn es trotzdem sein soll

Zu Ihrem Raumkonzept gehören unbedingt Pflanzen? Oder Sie wünschen sich Begrünung für den Personalraum, den Eingangsbereich? Es gibt auch Zimmerpflanzen, die, vor allem wenn sie aus Bio-Gärtnereien bezogen werden, als unproblematisch gelten. Für eine Verwendung im Innern von Kita, Krippe & Co. können Sie außerdem noch folgende Vorichtsmaßnahmen beachten:

- Vor dem Aufstellen **umtopfen** in Töpfe aus Terrakotta oder Steingut (kein Kunststoff)
- Blumenerde **im Freien** in den Topf geben, dabei Mundschutz und Handschuhe tragen
- Vor dem Umtopfen die Pflanze gründlich **abspülen**
- Pflanzen mit Güte- oder **Ökosiegel** einkaufen (EU-Öko-Siegel, Demeter oder GGN Certified Floriculture)
- Für Kinder unter drei Jahren **unzugänglich** aufhängen oder aufstellen, z. B. in sicher hängenden Blumenampeln

3 Zimmerpflanzen, die als ungiftig und wenig oder nicht allergen gelten

Grünlilie (*Chlorophytum comosum*): nicht allergen, kann Formaldehyd, Kohlenmonoxid, Toluol, Benzol aus der Raumluft aufnehmen, leicht giftig sind nur die (in sehr geringer Menge vorkommenden) Samen

Goldfruchtpalme (*Dypsis lutescens*): kann Xylol und Toluol aus der Raumluft aufnehmen, ungiftig, trägt als Zimmerpflanze kaum/selten Früchte (daher geringe Aspirationsgefahr), Verletzungsgefahr ist evtl. bei den spitzen Wedeln gegeben. Verwechslungsgefahr mit anderen Palmenarten!

Zimmerfarne sind echte Luftbefeuchter, brauchen aber selbst viel Feuchtigkeit (ansprühen, nicht ins Sonnenlicht stellen), können Formaldehyd, Toluol, Xylol aus der Raumluft aufnehmen, beispielsweise:

- Schwertfarn (*Nephrolepis*)
- Nestfarn (*Asplenium nidus*)
- Streifenfarn (*Asplenium*)

QUELLEN

Studie: Volatile Organic Compounds Emanating from Indoor Ornamental Plants. University of Georgia. Aufgerufen unter: www.research.net/publication/23974112_Volatile_Organic_Compounds_Emanating-from-Indoor_Ornamental_Plants

Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung Spitzenverband, (DGUV), Vorschrift 82, Unfallverhütungsvorschrift Kindertageseinrichtungen



Stehwickeln

Mehr als eine Technik

WICKELN GEHÖRT ZUM KRIPPENALLTAG. Doch in der Pflegesituation steckt mehr, als das Kind mit einer frischen Windel zu versorgen. Eine besondere Methode: das Stehwickeln.

Was es hier zu beachten gibt und welcher Mehrwert sich dabei bietet.

■ von Carina Neumann

Pflegesituationen gehören zu den alltäglichen Abläufen im Krippenalltag und werden von Erwachsenen häufig als reine Routinen wahrgenommen. In der Pädagogik nach Emmi Pikler (1902 bis 1984) erhalten sie jedoch eine zentrale Bedeutung. Pflegesituationen sind nicht nur hygienische Notwendigkeiten, sondern vor allem Momente intensiver Begegnung und Beziehungsarbeit. Jedes Wickeln, Anziehen und Füt-

tern bietet eine wertvolle Möglichkeit für einen Interaktionsraum. In diesen Situationen können Kinder Respekt, Zuwendung und Verlässlichkeit erfahren. Vor diesem Hintergrund hat sich in der Pikler-Pädagogik auch das Wickeln im Stehen als eine Form etabliert, die den aktiven Beitrag des Kindes in den Mittelpunkt rückt und mit den Prinzipien Achtsamkeit, Selbsttätigkeit und dialogische Begleitung übereinstimmt.

Foto: © FotoDuets/Getty Images

Partizipiert und selbstwirksam beim Wickeln

Sobald Kinder beginnen, sich hochzuziehen und daraufhin sicher stehen zu können, zeigen sie häufig, dass sie das Wickeln im Liegen – zumindest phasenweise – ablehnen. Dieses Verhalten hängt damit zusammen, dass sie ihre neu erworbenen motorischen Fähigkeiten erproben und in Alltagssituationen einbringen möchten. Es verdeutlicht ebenso ihren wachsenden Wunsch, selbstständig zu sein und aktiv mitzugestalten. Nach den Grundsätzen der Pikler-Pädagogik wird jedoch auch das Wickeln im Liegen nicht als rein passiver Vorgang verstanden, sondern stets als ein dialogischer Prozess umgesetzt. Von Anfang an warten die Erwachsenen Bewegungen ab, kündigen ihre Handlungen an und ziehen die Eigenaktivität des Kindes mit ein – etwa wenn das Baby die Beine hebt oder die Arme durch die Ärmel führt.

Mit dem sicheren Stand erweitert sich der Handlungsspielraum des Kindes. Das sogenannte „Stehwickeln“ macht es für Kinder – die selbstständig und sicher stehen können – möglich, sich aktiv an der Pflegesituation zu beteiligen. Kinder können Kleidungsstücke selbstständig an- oder ausziehen, Bewegungen gezielt mitgestalten oder kleine Aufgaben wie das Reichen einer Windel übernehmen. Auch durch Gestik und Blickkontakt bringen sie ihre Bereitschaft und ihre Bedürfnisse zum Ausdruck. Auf diese Weise erleben sie Selbstwirksamkeit und sammeln wertvolle Erfahrungen von Mitbestimmung. Dies ermöglicht einen wesentlichen Beitrag zur Entwicklung von Autonomie im Kleinkindalter.

Ganz auf Augenhöhe

Die aufrechte Haltung des Kindes schafft einen Begegnungsraum auf Augenhöhe. Die Kommunikation wird unmittelbarer, Blickkontakt ist leichter möglich und der Dialog erhält so eine besondere Intensität. Einzelne Schritte sprachlich zu begleiten („Ich öffne jetzt deine Windel“, „Jetzt ziehe ich die Hose hoch“ oder „Möchtest du die Hose allein hochziehen?“) schafft Transparenz, gibt Orientierung, vermittelt dem Kind Sicherheit und bezieht es aktiv mit ein. Es erlebt, dass nichts über seinen Kopf hinweg geschieht. Diese Klarheit stärkt das Vertrauen und lässt Geborgenheit entstehen.

Was man zum Stehwickeln braucht

Damit das Stehwickeln gelingen kann, sind bestimmte Rahmenbedingungen notwendig. Alle Ma-

terialien sollten vorbereitet und griffbereit sein, um Unterbrechungen zu vermeiden. Das Stehwickeln kann entweder am Boden auf einer Unterlage – Kind stehend und Fachkraft auf einem Hocker – oder auf einem Steckwickeltisch mit Wickelaufsatz stattfinden. Die Umgebung muss jedoch stets Sicherheit gewährleisten: Rutschfeste Böden, Handläufe und Geländer bieten Halt. Ideal ist ein Platz, an dem sich das Kind an zwei Seiten abstützen kann, zum Beispiel an Wänden, Möbeln, Regalen oder Gittern. Auch die Hand der Fachkraft kann zeitweise zusätzlich zur Stabilität beitragen, jedoch sollten die Hände der pädagogischen Fachkraft eher dazu dienen, das Kind zu pflegen.

Eine ruhige Atmosphäre und der Verzicht auf Ablenkungen sind weitere Voraussetzungen. Nach der Pikler-Pädagogik ist Spielzeug während des Wickelns nicht erforderlich,



Die Kinder entscheiden, ob sie im Stehen oder im Liegen gewickelt werden



Ein geschützter Bereich ist auch beim Stehwickeln wichtig

zeitliche Investition. Aktiv beteiligte Kinder erleben Pflegesituationen weniger als Unterbrechung, sondern vielmehr als vertrauten und positiven Bestandteil des Tages. Fachkräfte sind daher gefordert, bewusst Tempo herauszunehmen und den Moment als Beziehungszeit zu gestalten.

Wichtig:

Es gibt Situationen, in denen ein kurzes Hinlegen dennoch erforderlich ist, beispielsweise wenn das Kind stark verschmutzt ist oder empfindliche Haut hat. Dann kann die Fachkraft das Kind darum bitten, sich kurz hinzulegen. Die meisten Kinder zeigen in diesem Moment, dass sie bereit sind zu kooperieren – getragen von der zuvor aufgebauten, vertrauensvollen Beziehung. In jedem Fall steht das Wohlbefinden des Kindes an erster Stelle.



Wenn das Kind ein Bein leicht aufstellen kann, ist das Wechseln der Windel leichter

Fazit

Das Wickeln im Stehen nach Pikler ist mehr als eine Technik oder Methode. Es ist Ausdruck einer Haltung, die das Kind als kompetentes, aktives Gegenüber ernst nimmt. Pflegesituationen werden so zu Momenten, die nicht nur der Körperpflege dienen, sondern auch Autonomie, motorische Entwicklung und Beziehungsqualität bewusst unterstützen. Fachkräfte sind eingeladen, diese Praxis bewusst, reflektiert und flexibel einzusetzen – jedoch stets orientiert an den individuellen Bedürfnissen der Kinder. Auf diese

Weise werden alltägliche Routinen zu wertvollen Gelegenheiten, in denen Kinder Respekt, Sicherheit und Zuwendung erfahren.

da das gemeinsame Tun im Mittelpunkt steht. Entscheidend ist die Haltung der Fachkraft: Achtsamkeit bedeutet, innerlich präsent zu sein, Handlungen anzukündigen, Gesten des Kindes wahrzunehmen und das eigene Tempo an den Rhythmus des Kindes anzupassen. Regelmäßige Reflexion im Team kann helfen, gemeinsame Standards zu entwickeln und die Qualität von Pflegesituationen kontinuierlich zu sichern.

Organisatorische Herausforderungen

Im Krippenalltag kann es zunächst herausfordernd sein, ausreichend Zeit für das Stehwickeln einzuplanen. Der Ablauf wirkt langsamer, da die Fachkraft jedes Kind individuell begleitet. Mit wachsender Routine zeigt sich jedoch: der Gewinn an Beziehung, Vertrauen und Kooperation rechtfertigt diese



Carina Neumann ist Kindheitspädagogin B. A., Bildungsmangagerin M. A., Expertin für beziehungsvolle und feinfühliges Kleinkindpädagogik, Pikler-Kleinkindpädagogin i. A.

DEN UMGANG MIT GEFÜHLEN LERNEN

**Wie fühlt es sich an, wenn ich übergücklich bin und was passiert,
wenn ich ganz viel Wut im Bauch habe?**

Dieses Kartenset mit 32 einfühlsamen Geschichten lädt Kinder dazu ein, ihre Gefühle zu entdecken, zu verstehen und darüber zu sprechen. Jede Karte enthält Impulse für Gespräche und eine passende Spielidee, um Emotionen spielerisch zu begleiten. Liebe, Freude, Trauer, Angst, Wut – alle Gefühle haben Platz und dürfen erlebt werden.



Brigitte Wilmes-Mielenhausen
Gefühle erleben in der Kita

32 Geschichten über Gefühle
für Kita-Kinder

DIN A5 quer, 32 Karten,
(D) 16,95 € | ISBN 978-3-96046-363-4



Jetzt bestellen:
www.klett-kita.de oder in Ihrer Buchhandlung

Eisperimente

Forschen mit Wasser und Eis

DER WINTER IST LANGWEILIG? Nicht, wenn Sie mit den Kindern draußen Eis entdecken und es drinnen gemütlich erforschen. Oder wenn Sie kleine Wunder daraus entstehen lassen ...

■ von Angelica Back und Andreas Egler

MATERIAL

Für die Skulpturen

- Wasser
- Wasserfarben
- Pinsel
- Malbehälter
- Kleine Schüssel (Plastik oder Metall)
- Leere Joghurtbecher
- Steine

Gestalten: Eis-Skulpturen

Was Wasser so alles kann: Einen Sandkasteneimer mit Wasser füllen. Blüten oder abgestorbene schöne Pflanzenteile (auch Stöckchen) mit ins Wasser geben. Den Sandkasteneimer nicht ganz bis an den Rand füllen, sondern mindestens zwei bis drei Finger breit

Platz lassen. Über Nacht oder über mehrere Tage bei Frost gefrieren lassen. Den Eimer von außen etwas anwärmen und die entstandene Skulptur stürzen.

Gestalten: Eis-Laternen

Die Kinder füllen einen Joghurtbecher mit Wasser und färben es mit Wasserfarben in einer Farbe ihrer Wahl ein. Das gefärbte Wasser gießen die Kinder in eine Schüssel, die zum Anfrieren nach draußen (oder in die Tiefkühltruhe) kommt. Ist das Wasser gefroren, nehmen Sie die Schüssel heraus. Im Joghurtbecher mischen die Kinder eine weitere (andere) Farbe an. Dieses Wasser gießen die Kinder auf das Eis. Nun stellen die Kinder einen Joghurtbecher dazu, den sie mit Steinen füllen, um ihn zu beschweren. So kommt die Schüssel erneut in die Kälte,



damit die nächste Schicht Eis friert. Ist auch diese Schicht gefroren, können die Kinder eine weitere Farbe mischen und das gefärbte Wasser dazugießen. Dabei den Joghurtbecher nicht herausnehmen. Je nach Wunsch oder Größe Ihrer Laterne können Sie noch eine weitere Schicht ergänzen. Zum Schluss die komplett gefrorene Wasserschüssel herausnehmen, den Joghurtbecher herausnehmen und ein Teelicht hineinstellen. Stellen Sie die Leuchte am besten nach draußen, an einen Platz, den die Kinder vom Fenster aus gut se-

hen können. Auf diese Weise schmilzt sie nicht so schnell und Sie können das schöne Licht länger genießen.

Zusatz-Tipp

Bei gefärbtem Wasser daran denken, dass das Wasser Fassaden färben könnte! Eis hat ein größeres Volumen als Wasser, darum die Schüssel immer nur mit wenig gefärbtem Wasser anfüllen!

MATERIAL

Für die Experimente

- 1 großes Glas
- 2 kleine Teller
- Ein paar Eiswürfel
- Salz
- Baumwollschnur

Was Salz macht

Haben sich die Kinder vielleicht schon einmal gefragt, wieso die Menschen im Winter Salz auf die vereisten Gehwege streuen? Hier finden die Kinder es heraus! Die Kinder stellen zwei Teller mit Eiswürfeln auf die Heizung. Auf die Eiswürfel auf Teller Nummer eins streuen die Kinder etwas Salz. Abwarten und schauen, was passiert. Die Eiswürfel mit dem Salz schmelzen viel schneller. Das Salz beschleunigt den Prozess, weshalb man es oft auf Gehwege streut. Das ist allerdings nicht gut für die Umwelt, besser sind Splitt oder Sand.

Salz kann zaubern

Zunächst legen die Kinder ein paar Eiswürfel ins Glas und versuchen, diese mit einem Stück Baumwollschnur herauszuangeln. Bleiben die Eiswürfel an der Schnur hängen? Nein, leider nicht. Die Kinder legen anschließend ein Ende der Schnur auf die Eiswürfel und streuen ein wenig Salz obenauf. Nach ca. 1 Minute versuchen die Kinder erneut, die Eiswürfel mit der Schnur herauszufischen – und es gelingt! Das Salz bringt das Eis zum Schmelzen, da es den Gefrierpunkt des Eises, der bei 0 °C liegt, senkt. Wenn die Kinder nur ganz wenig Salz verwenden, gefriert das Wasser um das Eis



herum schnell wieder und schließt die darauf liegende Schnur mit ein. Sie bleibt also am Eiswürfel hängen und die Kinder können ihn aus dem Glas angeln. Die Menge des verwendeten Salzes ist jedoch ausschlaggebend! Streuen die Kinder zu viel auf den Eiswürfel, schmilzt er zu schnell und die Schnur kann sich nicht mit ihm verbinden. Auch die Einwirkzeit spielt eine Rolle. Zu lange sollten die Kinder nach dem Aufstreuen des Salzes nicht warten, sonst gibt es keinen Eiswürfel mehr, den sie herausfischen könnten!

Zusatz-Tipps

Färben Sie das Wasser vor Beginn des Experiments mit blauer Lebensmittelfarbe ein. Nehmen Sie zum Herstellen der Eiswürfel eine Silikonform mit interessanten Motiven.

Wunderbare Winterzeit



Pappbilderbuch

Es wird Winter hier im Wald
Katharina Staar, Henrike Lippa
Oetinger 2023
ISBN: 978-3751203203
Preis: 9,00 €

Gereimtes erstes Sachwissen. Wie leben die Tiere im Wald eigentlich im Winter? Was fressen sie und wie legen sie einen Vorrat an? Warum frieren sie nicht? Ein liebevoll gestaltetes Bilderbuch für die Kleinsten. Auf jeder Seite lässt es uns Stille und Behaglichkeit spüren, die so typisch für den Winter ist. Friedlich und freundlich wirken die Waldbewohner und zeigen uns ihre ganz eigene Welt. Schon bald sprechen die Kinder mit: „Das Igelkind macht sich ganz klein, gut eingekugelt schläft es ein.“



Pappbilderbuch

Sooo schön ist der Winter
Pe Grigo • Carl Hanser 2024
ISBN: 978-3446281127
Preis: 12,00 €

Anklopfen und mitmachen! Wer wohnt denn da in diesem verschneiten Häuschen? Mal anklopfen ... Ah – da liegt Katze in ihrem kuschligen Bett. Wir dürfen sie wecken, ihr beim Anziehen helfen und mit ihr gemeinsam auf Entdeckungsreise durch den Schnee gehen. Dabei treffen wir auch ihre Freundin Eule. Eine fröhliche, interaktive Winter-Geschichte von der renommierten Illustratorin Pe Grigo, die auch zu den Themen Frühling, Sommer und Herbst Mitmachbücher gestaltet hat.



Pappbilderbuch

Wir verkleiden uns

Julia Reyelt, Nicola Anker • Oetinger 2025 • ISBN: 978-3751203968 • Preis: 12,00 €

... **nicht nur zur Karnevalszeit.** Verkleiden macht einfach immer Spaß. Kinder schlüpfen so gerne in die verschiedensten Rollen und erleben in diesem bunten Bilderbuch, dass sie wirklich ALLES sein können. Die gereimten Texte sind kurz und beinhalten immer denselben Zauberspruch: „Schwuppdwupp und eins, zwei, drei – los geht die Verkleiderei.“ Kleine Verwandlungsklappen laden zum Mitmachen ein und fördern die Feinmotorik. Besonders lobenswert: Die Verkleidungswünsche der Kinder entsprechen keinerlei Rollenklischees. Auch ein Kind im Rollstuhl ist zu sehen. Für Julia Reyelt und Nicola Anker sind Diversität und Individualität etwas ganz Selbstverständliches.



Spielzeug

Balanciersteine aus Holz „Arctic“

Small foot • 19,99 € • Gefunden auf: www.small-foot.de

Komm an Bord des Weihnachtszuges! Hilfst du mit beim Verladen der Geschenke? Alle Kinder lieben es, zu bauen und zu stapeln. Dieses Set besteht aus elf Balancierbausteinen, drei Tierfiguren und einem Stein in Eisschollen-Form und wurde aus 100% zertifiziertem Holz hergestellt. Dieses Motorikspielzeug mit angenehmer Haptik ist perfekt geformt für kleine Hände und besonders geeignet zum Stapeln, Balancieren, Zählen und Sortieren. Die Kleinen lernen etwas über Schwerkraft und Balance. Außerdem werden Feinmotorik, Konzentration, Geduld und kreatives Denken trainiert. Aber vor allem macht es einfach Spaß.



Spielzeug

Memo-Spiel, 50 Teile

26,50 € • Gefunden auf: www.maileg.com

Memory – ein Klassiker! Dieses Memo-Spiel ist besonders liebevoll illustriert von Dorthe Mailil. Sie ist eine dänische Designerin, Grafikerin und auch Gründerin von Maileg. Sie lebt und arbeitet in Herning, Dänemark. Die Marke kreiert charmanter Spielzeug, das modernes und skandinavisches Design mit Kreativität vereint. Ihre Produkte verbreiten Märchenlaune durch Achtsamkeit bis ins kleinste Detail und regen zum Erzählen an. Das ist wirklich mal etwas ganz anderes ...

Monotasking

Ein Schritt nach dem anderen

MONOTASKING HEISST: immer nur eine Aufgabe mit voller Aufmerksamkeit erledigen.

So machen wir weniger Fehler, bleiben länger konzentriert und erhöhen die Qualität unserer Arbeit. Wie das im Alltag gelingen kann, lesen Sie hier.

■ von Bernadette Fritsch

Die Welt tischt uns Ablenkung auf – wir bedienen uns an jedem Häppchen aus flüchtigen Reizen, ohne je dabei satt zu werden. Es passt zu einer weit verbreiteten Kultur des Multitaskings. Doch seien wir ehrlich, wie gut fühlt sich das auf Dauer an, ständig an tausend Ecken gleichzeitig zu arbeiten?

Mittlerweile scheint sich der Trend zu ändern, hin zu einer bewussteren Arbeitsweise in Einzelaufgaben. Denn zum Multitasking sind wir gar nicht wirklich in der Lage und es kann Stress im Körper auslösen. Zudem können Einzelaufgaben dazu führen, fokussierter arbeiten zu können und weniger abgelenkt zu sein.

Der goldene Weg

Mit Monotasking gibt es weniger Wechsel zwischen den Aufgaben und damit weniger Zeitverlust. Längere Phasen mit erhöhtem Fokus führen zu besseren Ergebnissen und weniger Stress. Der Weg zu dieser Arbeitsweise könnte so aussehen:

- 1.** Priorität: Was ist wichtig, eilt oder ist besonders komplex? Diese Aufgaben können am besten als Erstes erledigt werden.
- 2.** Zeitmanagement: Zeitpäckchen setzen ein klares Ende. Ein Beispiel für ein Zeitfenster wäre, 25 oder 55 Minuten zu arbeiten und anschließend fünf Minuten Pause zu machen. Vorteil: Die in Aussicht stehende kleine Pause kann motivieren.
- 3.** Weg mit der Ablenkung: Smartphones und andere mediale Aufmerksamkeitsdiebe am besten ganz weglegen. Alternativ ist es gut, Geräte lautlos zu stellen, E-Mail-Pushs oder Nachrichten-Pushs zu deaktivieren und unwichtige Tabs zu schließen. Und ganz wichtig: ein aufgeräumter Tisch oder eine Umgebung mit wenig Objekten, die ablenken könnten.

- 4.** Start-Ritual: Eine Minute atmen und das Ziel im Kopf klar formulieren. Das Ritual kann dem Gehirn dabei helfen, in den fokussierten Modus zu wechseln.

- 5.** Fokus halten und Pausen machen: Manchmal tauchen Gedanken auf, die mit der aktuellen Aufgabe nichts zu tun haben. Am besten ist es, sie zu notieren, später der Sache nachzugehen und so zurück zum Ziel zu finden.

Pausen können Gold wert sein, um sich zu regenerieren und neue Ideen zu bekommen, doch nur wenn man sie richtig nutzt. Am besten ist es, sich an der frischen Luft zu bewegen – das versorgt das Gehirn mit Sauerstoff und sorgt für bessere Konzentration. Auf jeden Fall sollte die Pause frei von digitalen Medien und unnötigen Reizen sein.

Fazit

Bei Aufgaben, die eine hohe kognitive Belastung darstellen – zum Beispiel beim Schreiben oder Planen, ist es ratsam, sich nur einer Sache zu widmen. Ebenso bei kreativen Prozessen, Gesprächssituationen oder Aufgaben, bei denen man leicht Fehler macht. Eine Reinform von Mono- oder Multitasking lässt sich vermutlich für niemanden im Alltag umsetzen. Doch Monotasking hat den Vorteil, dass Aufgaben neu verteilt werden – was die Qualität steigert, den Stress reduziert und oft zu mehr Output führt. Also: eins nach dem anderen – so bleibt der Kopf klar und das Ergebnis wird besser.





— VORSCHAU —

Foto: © Heide Benser/GettyImages

Schauen Sie doch mal rein!

In der nächsten Ausgabe geht's um:

Aus-, Fort-, Weiterbildung und den Beruf „Erzieherin“

Im Schwerpunkt

Erzieher:in – ein Beruf mit vielen Gesichtern. In Zeiten von sinkenden Geburtenraten ist es wichtig, zu wissen, was Sie mit diesem Berufsabschluss noch so alles machen können. Und auch für Kinderpfleger:innen/-assistent:innen, Studierende, Leitungen usw. ist das Spektrum groß!



Foto: © master1305/GettyImages

Pro & Contra

Filzstifte für Krippenkinder – ist das eine gute Idee? Au ja, findet unser Autor Florian Esser-Greassidis. Und bloß nicht, meint unsere Autorin Margit Franz. Diskutieren Sie mit!



Foto: © J_art/GettyImages

Genau hingeschaut

Neurodivergenzen – alle sprechen davon. Bin ich vielleicht selbst betroffen? Ein neuer Blick auf die Nicht-Erkrankungen eröffnet neue Horizonte.

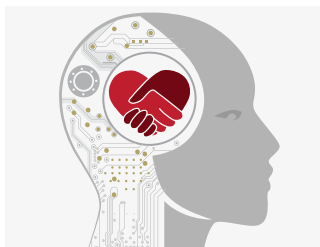


Foto: © Biljana Cvetanovic/GettyImages

Gesundheit

Der perfekte Kinderhausschuh ist superwichtig, denn die Kinderfüße verbringen viel Zeit darin. Ein Elternausgang kann Ihnen viel erleichtern, darum liefern wir ihn gleich mit.



Foto: © Zdenek Macat/GettyImages

Die nächste **KrippenKinder** erscheint am 9. März 2026!

KrippenKinder
Praxiswissen für den U3-Alltag

wird herausgegeben von der
Klett Kita GmbH

Redaktion

Almut Aden
Renate Bernstein-Venn (v. i. S. d. P.)
Bernadette Fritsch
E-Mail: redaktion@krippenkinder.de

Fachbeirat

Dipl.-Soz.päd. Kariane Höhn

Verlag

Klett Kita GmbH
Rotebühlstraße 77
70178 Stuttgart
E-Mail: info@klett-kita.de
Internet: www.klett-kita.de

Anzeigen

Mediameer
Marie Berlin (Anzeigenleitung)
Krokusweg 8
51069 Köln
Telefon: 0221 60878089
E-Mail: marie.berlin@mediameer.de
www.mediameer.de
Anzeigenpreisliste Nr. 5/Gültig ab 01.09.2023

Kundenservice

Telefon: 0711 667258-00
Telefax: 0711 667258-22
E-Mail: kundenservice@klett-kita.de

Grundlayout Innenseiten

Büro Magenta, Freiburg

Umschlaglayout

DOPPELPUNKT, Stuttgart

Satz und Gestaltung

DOPPELPUNKT, Stuttgart

Titelbild

© Silke Woweries/GettyImages

Druck

Strube Druck & Medien GmbH
Stimmerswiesen 3
34587 Felsberg



www.blauer-engel.de/uz195

- ressourcenschonend und umweltfreundlich hergestellt
- emissionsarm gedruckt
- aus 100 % Altpapier

T23

Dieses Druckerzeugnis wurde mit dem Blauen Engel ausgezeichnet

Adressänderungen

Teilen Sie uns rechtzeitig Ihre Adressänderungen mit. Dabei geben Sie uns bitte neben Ihrer Kundennummer (siehe Rechnung) die neue und die alte Adresse an.

Allgemeine Geschäftsbedingungen

Es gelten unsere aktuellen Allgemeinen Geschäftsbedingungen (www.klett-kita.de/service/agb-und-widerrufsrecht).

Copyright

Alle in dieser Zeitschrift veröffentlichten Beiträge sind urheberrechtlich geschützt. Alle Rechte vorbehalten.

ISSN: 2699-4305
Bestell-Nr.: 134036

Klett Kita
FACHVERLAGE

IMPRESSUM

Guter Ganztag

Den Lebensraum für Kinder qualitativ weiterentwickeln



Anna Marie Seemann, Volker Titel

Guter Ganztag

Den Lebensraum für Kinder qualitativ weiterentwickeln

17 x 24 cm, 128 Seiten

(D) 24,95 € | ISBN 978-3-96046-421-1

Ganztag als Bestandteil von Schulentwicklung

Ganztagsangebote sind längst mehr als reine Betreuung. Sie sind Lern- und Lebensräume, die Kindern und Jugendlichen Chancen eröffnen, Entwicklung fördern und umfassende Teilhabe ermöglichen. Doch was genau macht Ganztagschule eigentlich aus? Wer trägt Verantwortung für Gestaltung und Qualität? Und wie lässt sich Ganztagspädagogik so weiterentwickeln, dass sie wirksam, zeitgemäß und bedarfsgerecht bleibt?

- Grundlagen zu Ganztagschule, Schulentwicklung und Qualitätsmanagement
- anschauliche Praxisbeispiele aus verschiedenen Schulformen
- konkrete Umsetzungsimpulse für die Weiterentwicklung der eigenen Einrichtung

**Jetzt
neu!**

Jetzt bestellen:

www.klett-kita.de oder in Ihrer Buchhandlung

PÄDAGOGIK IST POLITISCH!

GEMEINSAM STARK FÜR GELEBTE DEMOKRATIE



Sammelband 2:

Demokratische Werte in der Praxis leben

Unsere Zukunft braucht Kinder, die früh lernen, dass ihre Stimme zählt, sie gehört werden und etwas bewirken können. Dieses Buch zeigt Pädagog:innen, wie sie Demokratiebildung in Kita, Krippe und Ganzttag bewusst gestalten können – von den Interaktionen mit den Kindern über die Zusammenarbeit im Team und mit Familien bis hin zu Kooperationen im Sozialraum.

- den Grundstein für einen demokratisch gestalteten pädagogischen Alltag legen
- konkrete Methoden und Praxisbeispiele
- Wissen und Reflexionen über die eigene pädagogische Rolle als Vorbild für demokratische Werte

Demokratische Werte in der Praxis leben

Kita, Ganzttag, Schule

17 x 24 cm, 128 Seiten

(D) 19,95 € | ISBN 978-3-96046-420-4

**Jetzt
neu!**

**AUCH ALS
EBOOK UND
HÖRBUCH ERHÄLTlich!**

**Bestseller:
Band 1**



Sammelband 1:

Haltung zeigen für demokratische Werte

Kita, Ganzttag, Schule

17 x 24 cm, 96 Seiten

(D) 19,95 € | ISBN 978-3-96046-344-3

**Jetzt bestellen: www.klett-kita.de
oder in Ihrer Buchhandlung**