

klein&groß

05 | 2026

Mein Kita-Magazin



Guter Stress

Warum ein bisschen für Kinder in Ordnung ist und zu viel krank macht

Es tönen die Lieder

Bei welchen Klassikern alle Kinder in der Kita gerne mitsingen

Offen oder zu?

Wir erörtern die Vor- und Nachteile von Schließzeiten für alle

GEMEINSAM STARK FÜR DEMOKRATIE IM ALLTAG!



Sammelband 3: Kinder stärken für demokratische Werte

Die Methoden in diesem Buch geben allerhand Anlass zum Einüben von Selbstregulation, Empathiefähigkeit, konstruktiver Konfliktlösung und demokratischer Alltagsgestaltung – und das ganz spielerisch und kindgerecht.

- Demokratie im Alltag erlebbar machen
- Spiele, Methoden, Miniprojekte und Geschichten
- sensibilisiert Kinder für Vielfalt und Zusammenhalt

Jetzt neu!

Kinder stärken für demokratische Werte
Kita, Ganztagschule
17 x 24 cm, 128 Seiten
(D) 19,95 € | ISBN 978-3-96046-444-0



Sammelband 1: Haltung zeigen für demokratische Werte
Kita, Ganztagschule
17 x 24 cm, 96 Seiten
(D) 19,95 € | ISBN 978-3-96046-344-3



Sammelband 2: Demokratische Werte in der Praxis leben
Kita, Ganztagschule
17 x 24 cm, 128 Seiten
(D) 19,95 € | ISBN 978-3-96046-420-4

**Bestseller:
Band 1&2**

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

Wo man singt, da lass dich nieder



Eine Kita ohne Musik ist möglich, aber sinnlos

Das erste Lied, das ich auswendig kannte? „Auf de schwäbsche Eisebahne“. Zugegeben: Ein altes Volkslied, bei dem ein Bauer seine Ziege ans Ende eines Zuges bindet und als er aussteigt nur noch deren Kopf vorfindet, ist wahrscheinlich kein geeignetes Liedgut für Kinder. Mich allerdings verbindet es für immer mit meinem Opa, der mir den schwäbischen Evergreen seit ich denken kann vorgesungen hat. Das grausame Schicksal des Bockes fand ich damals übrigens eher faszinierend als beängstigend.

Aber ich verspreche dir: Bei uns geht es in dieser Ausgabe weit weniger blutrünstig zu. Trotzdem dreht sich alles um Lieder. Welche Kinderlieder eignen sich am besten für Kita-Kinder? Wie triffst du die richtige Auswahl? Und wodurch hauchst du eingestaubten Klassikern neues Leben ein? Alle diese Fragen und noch viel mehr beantworten dir unsere Autor:innen in dieser klein&groß.

Gleichwohl kommen wir nicht drum herum, auch dieses Mal dorthin zu pieksen, wo es der einen oder dem anderen wehtut. Immerhin gibt es Kinderlieder, die zwar nach wie vor aus zahllosen Kehlen schallen, jedoch ganz und gar nicht mehr zeitgemäß sind. Von welchen ich spreche, erfährst du auf Seite 10. Keine Sorge, nachdem du alle diskriminierenden Kinderlieder auf deinen persönlichen Index gesetzt hast, bleiben am Ende genug lieb gewonnene Klassiker übrig.

Und nicht vergessen: Der Sommer ist perfekt, um sich abends an ein Lagerfeuer zu setzen, eine Gitarre anzustimmen und gemeinsam Evergreens zu schmettern!



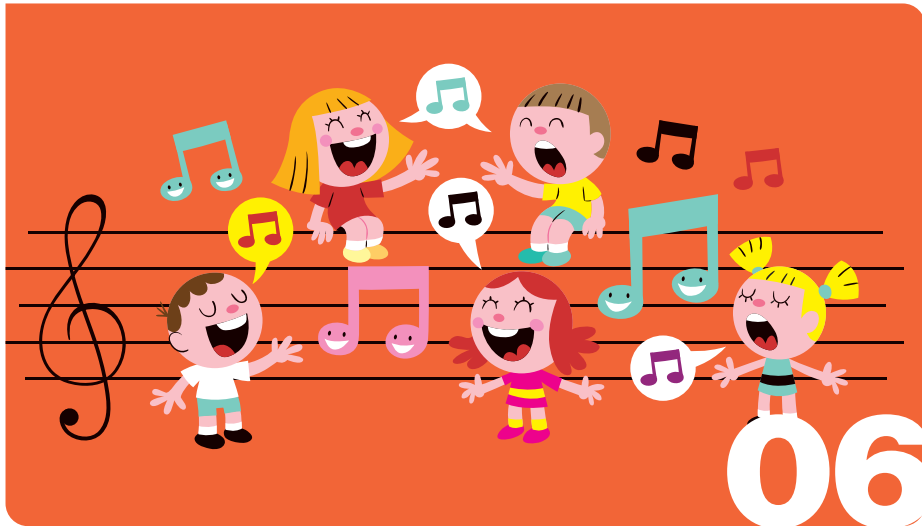
Herzlichst, deine

Lisa Martin

l.martin@klett-kita.de

Los geht's »

Inhalt



AUCH ONLINE ...

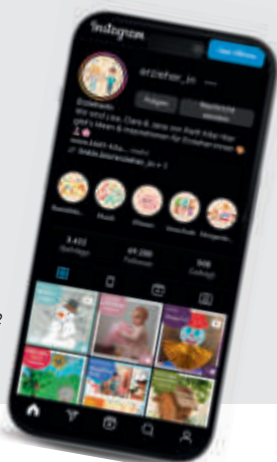
 @erzieher_in

 @erzieher_in

 @erzieher_in



Jetzt unsere
Instagramseite
besuchen!



lieder

Singen macht glücklich! Um das zu beweisen, braucht es keine Studien. Wir können es alle jederzeit selbst erfahren. Lassen wir Kita-Kinder an diesem Schatz teilhaben!



LIFEHACKS

Matheo Bucher

Mitsing-Garantie

Welches Lied passt am besten?
Tipps für eine stimmige Auswahl

Seite 6



DER LANGE

Nepomuk Riva

Die Musik ist vorbei

Schluss mit ausgrenzenden Liedern!

Seite 10

Ineke Eilers

Stress verstehen, Kinder stärken

Warum es an uns liegt, Kinder vor zu viel Stress zu schützen

Seite 26



MITTENDRIN

Matheo Bucher

Neuer Glanz in alten Liedern

Bruder Jakob, schläfst du noch?

Wir entdecken einen Klassiker neu

Seite 14

Ute Lantelme

Coole Sommergefühle

Das Ideenbistchen für die Jüngsten

Seite 18

Ute Lantelme

Sommernachtsträume

Die Ideenbiste für die Älteren

Seite 24

Birgit Aschekowski, Sonja Rhein

Alle Leut' fliegen jetzt aus

Pro und Kontra: Schließzeiten

Seite 40



HERZ UND KOPF

Friederike Falkenberg

Make your own kind of music

Jeder kann singen, lasst euch bloß nichts anderes einreden!

Seite 17

Doro Benker

Ich auf die 1

Selbstfürsorge fängt bei dir an

Seite 20

Janina Liebich

Was Neues unter der Sonne

Wir gehen dem Chaos auf den Grund

Seite 30

Riekje Lea Dreier

Rabenmütter unterwegs nach Bullerbü

Kita-Ausbau: Wie macht's Schweden?

Seite 36

Lisa Martin

Weiche Landung

Nach dem Urlaub sanft durchstarten

Seite 42



HALTUNG

Petra* Görgen

Lust auf Frust

Gut mit Enttäuschungen umgehen

Seite 34



IRGENDWAS MIT MEDIEN

klein&groß-Redaktion

Bilderbuch-Rezensionen

Seite 44

klein&groß digital



Die klein&groß kannst du auch digital im PDF-Format lesen. Als Abonnent:in schicken

wir dir die aktuelle Ausgabe exklusiv und kostenlos per Mail zu. Falls du bisher nichts im Postfach hattest, teile uns deine E-Mail-Adresse gerne über das Kontaktformular hinter dem QR-Code mit. Die Print-Ausgabe liegt trotzdem wie gewohnt in deinem Briefkasten.



BLITZLICHT

Friederike Falkenberg

Dürfen wir (uns) verwöhnen?

Was passiert, wenn wir häufiger ja sagen

Seite 48

SERVICE

Feed Seite 4

Vorschau Seite 47

LESERSERVICE

Fragen an die Redaktion:

Redaktion klein&groß
Rotebühlstr. 77
70178 Stuttgart
kug-Redaktion@klett-kita.de

Fragen zum Abo:

Kundenservice
Klett Kita GmbH
Rotebühlstr. 77
70178 Stuttgart
Tel.: 0711/6672-5800
Fax: 0711/6672-5822
kundenservice@klett-kita.de



Dein



Ihr Kinderlein kommet



Noch vor sechs Jahren galt Dresden als „Geburtenhauptstadt“. Doch inzwischen werden dort statt über 6.000 nur noch um die 4.000 Kinder im Jahr geboren. Das wirkt sich auf die Kitas aus. Allein in Dresden sollen 33 Einrichtungen geschlossen werden. Das Problem der geringen Auslastung aufgrund sinkender Kinderzahlen betrifft ganz Sachsen und auch andere Regionen in Deutschland. Kitas finanzieren sich über Elternbeiträge, den Landeszuschuss und kommunale Zugaben. Die ersten zwei Geldquellen hängen stark von der Anzahl der Kinder ab. Um die Kitas zu unterstützen, verzichtet Sachsen nun zunächst darauf, den Landeszuschuss bei weniger Kindern zu kürzen. Andere Bundesländer handhaben das bereits genauso. Weniger Geburten gab es in den vergangenen Jahrzehnten häufiger mal, bleibt also zu hoffen, dass der Trend bald wieder nach oben geht.

Quelle:

www.taz.de/Sinkende-Geburtenraten/!6165483/

Wasser marsch!



Wasserspiele sind im Sommer aus der Kita nicht wegzudenken. Ob Planschbecken, Gartenschlauch oder Rasensprenger – Hauptsache kühles Nass gegen die pralle Sonne. Dafür braucht ihr kein teures Equipment oder lange Planung. Wasserspaß geht ganz simpel. Gerade jüngere Kinder sind oft mit einer Pfütze oder einem Eimer und ein paar Förmchen zufrieden. Sie patschen ins Wasser, schütten es von einem Behälter in den nächsten oder machen aus Rieselsand klebrigen Matsch. Für ältere Kinder muss der Wasserhahn genauso wenig dauerhaft laufen. Ein Planschbecken mit niedrigem Wasserstand oder zwei große Eimer, mit denen man zum Beispiel Wasser von der einen Seite des Gartens zur anderen transportieren kann, reichen völlig aus. Und natürlich: Sonnenschutz und Kinderschutz nicht vergessen. Schatten, keine Möglichkeit der Einsicht ins Gelände oder Badekleidung sind Pflicht. Und dann kann der Spaß losgehen!





Hand in Hand statt ausgebrannt ...

Die Anforderungen in der pädagogischen Arbeit steigen, Kinder und Mitarbeitende sind ständig krank, Stellen bleiben unbesetzt. Da fällt es manchmal schwer, optimistisch zu bleiben. Erzieher:innen gehören mit zu der am meisten gefährdeten Gruppe für Burn-out. Hier die wichtigsten Anzeichen, dass du kurz vor dem Ausbrennen stehst:

- anhaltende emotionale Erschöpfung
- Was früher Freude gemacht hat, ist dir plötzlich egal.
- nachlassende Leistungsfähigkeit und zum Beispiel schlechtere Konzentrationsfähigkeit
- körperliche Symptome ohne erkennbare Ursache (Kopf-, Rücken- oder Nackenschmerzen, Schlafprobleme, Verdauungsprobleme, Herzrasen ...)

Trifft davon etwas auf dich länger als ein paar Wochen zu, wende dich am besten an deine Hausarztpraxis.

Quelle:

www.apotheken-umschau.de

Ferien für alle ...

Deine Kita hat keine Sommerschließzeit? Dann sind wahrscheinlich weniger Kinder in den Gruppen. Diese Zeit eignet sich gut, um ein paar besondere Angebote zu machen und den Kindern (und Erwachsenen), die in den Sommermonaten keinen Urlaub machen, ein bisschen Feriengefühl zu verschaffen. Ob ein Ausflug, ein Besuch auf einem Wasserspielplatz oder in der Eisdiele, ein dauerhaftes Angebot oder ein ausgiebiges gemeinsames Frühstück: Ein bisschen besondere Stimmung lässt sich leicht schaffen. Wie wäre es, mit Kleister und Transparentpapier oder mit Fingerfarben ein großes Fensterbild zu kreieren? Oder aus Beeren und Joghurt leckeres Eis zu machen? Vielleicht bringt auch jedes Kind ein anderes Obst mit und die Gruppe lernt gemeinsam neue Früchte kennen und lässt sich anschließend einen bunten Obstsalat schmecken. Da freuen sich alle drüber, und der Alltag fühlt sich ein bisschen mehr nach Urlaub an.



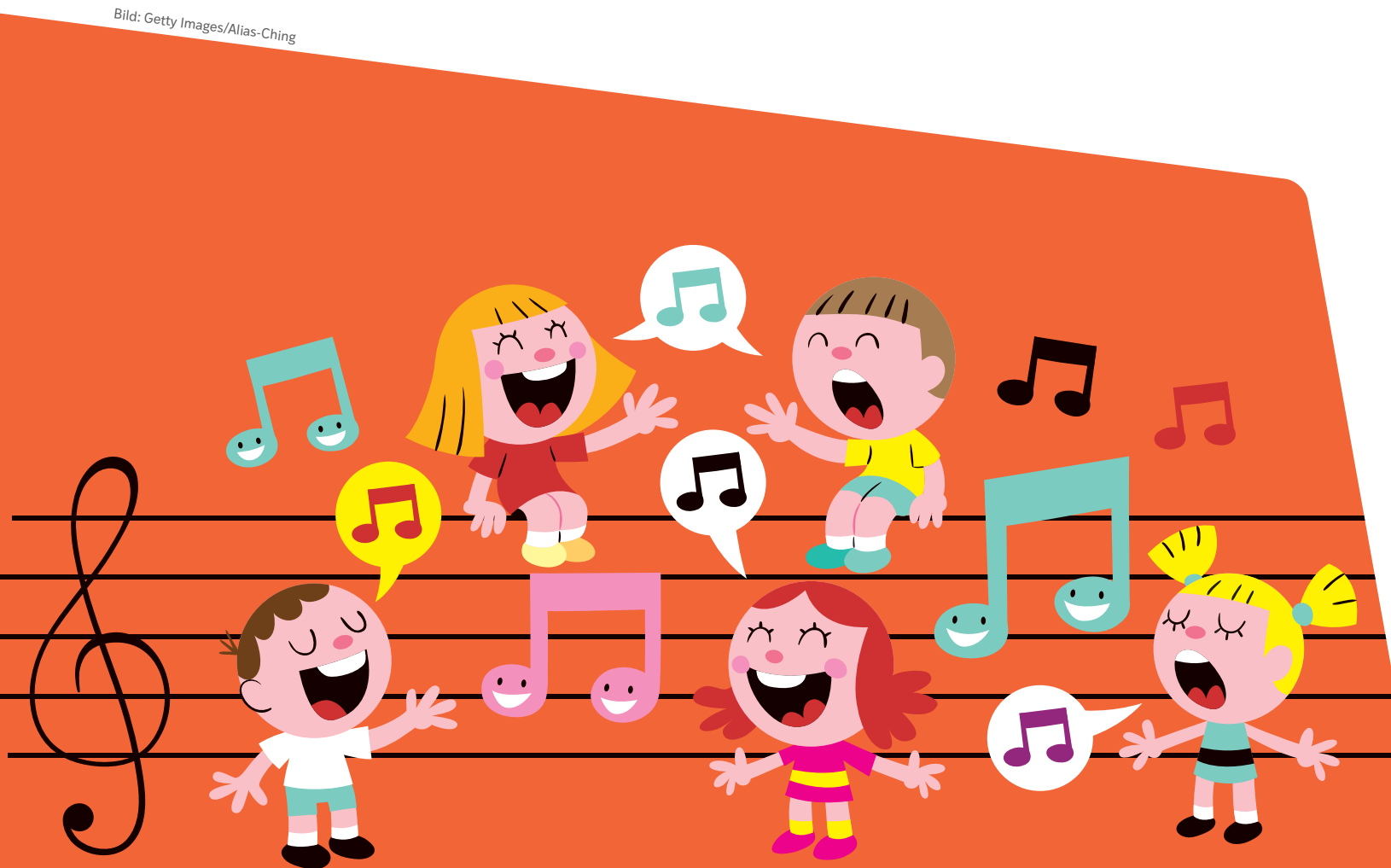


Mitsing-Garantie

Wo man singt, da lass dich nieder ... Machen wir doch gerne. Aber was, wenn in der Kita niemand einstimmt? Dann liegt es oft am Lied. Denn Kinder bleiben still, wenn Texte sie nicht abholen, das Tempo zu sprunghaft ist oder die Tonlage zu anspruchsvoll. Wie also wählen wir Lieder aus, die alle mitreißen und die die Kita zum Klingen bringen? Die Antwort kommt hier.

 **Matheo Bucher**

Bild: Getty Images/Alias-Ching



Ein Gespräch zwischen Erzieherin Brigitte und Kollegin Gabi aus der benachbarten Gruppe:

Gabi: „Wie war dein Morgenkreis heute?“

Brigitte: „War schon irgendwie in Ordnung.“

Gabi: „Irgendwie? Was soll das denn bedeuten?“

Brigitte: „Du weißt doch, dass ich heute ein neues Lied mit den Kindern ausprobieren wollte.“

Gabi: „Ja, und?“

Brigitte: „Die Kinder haben nicht mitgesungen und waren nicht wirklich interessiert. Das fand ich sehr schade.“

Wie Brigitte ist es schon fast jeder Fachkraft ergangen. Wie ändern wir das? Entscheidend ist die Liedanalyse und wie wir Kindern Lieder vermitteln.

Durch ihre einzigartige Verbindung aus Bewegung, Sprache, Emotion und Sozialem bilden Lieder eine zentrale Säule frühkindlicher Bildung. Eine reflektierte, fachlich fundierte Liedauswahl trägt maßgeblich zur Qualität musikalischer Bildung bei. Kinder erleben sich dabei als aktive, kompetente Musiker:innen, entwickeln ein gesundes Stimmgefühl und entdecken musikalische Ausdrucksmöglichkeiten, die ihre gesamte Persönlichkeit bereichern. Die Liedanalyse ist ein unverzichtbares Werkzeug, um musikalische Angebote bewusst, wirksam und kindgerecht zu gestalten.



Das richtige Lied

Grundsätzlich gilt: Wir sollten Lieder im Kita-Alltag nicht zufällig oder beiläufig auswählen. Sie sind nicht nur „schöne Momente“, sondern zentrale Bildungsgemeinschaften. Pädagogische Arbeit benötigt eine bewusste, reflektierte Liedauswahl, die sowohl die musikalischen Fähigkeiten der Kinder als auch ihre emotionalen und kognitiven Voraussetzungen berücksichtigt.

Nicht jedes Lied ist automatisch kindgerecht. Manche liegen stimmlich zu hoch, andere sind in ihrer Melodieführung zu komplex oder enthalten sprachliche Bilder, die Kinder nicht nachvollziehen können. Auch musikalische Überforderung ist möglich. Lieder mit vielen großen Intervallsprüngen oder hohem Tempo können Kinder frustrieren, statt ihnen Erfolgserlebnisse zu ermöglichen. Eine sorgfältige Liedanalyse schafft Orientierung.

Die Stimme

Die kindliche Stimme ist nicht vollständig ausgebildet und weist eine begrenzte Tonspanne auf. Sie befindet sich überwiegend in der Mittellage, in der Kinder sicher und entspannter singen können. Lieder, deren Tonumfang zu groß ist oder deren Grundton zu hoch liegt, sind für kindliche Stimmen nur schwer zugänglich und beeinträchtigen das Stimmwohlbeefinden.

Melodische Aspekte wie die Intervallstruktur sind ebenfalls entscheidend. Während Kinder

kleine Sekundschritte (also Ton-für-Ton-Bewegungen) gut bewältigen können, stellen große Sprünge wie Quarten oder Quinten (weit voneinander entfernte Töne) erhebliche Herausforderungen dar. Ein kindgerechtes Lied ist melodisch überschaubar und baut auf einer nachvollziehbaren, logischen Motivführung auf. Diese Struktur erleichtert das Mitsingen und stärkt die musikalische Selbstwirksamkeit.

Rhythmus und Struktur

Der Rhythmus ist das Fundament eines Liedes. Eine klare Taktart, ein nachvollziehbarer Grundsatz und ein angemessenes Tempo sind entscheidend dafür, dass Kinder rhythmische Impulse erfassen und reproduzieren können. Lieder mit komplexen Synkopen, also plötzliche rhythmische Verschiebungen oder schnelle Silbenfolgen überfordern oft die Sprachmotorik. Deshalb ist die Analyse der sprachrhythmischen Struktur, besonders bei Bewegungsliedern, essenzieller Bestandteil einer professionellen Liedauswahl. Auch der formale Aufbau eines Liedes spielt eine wichtige Rolle. Kinder benötigen Orientierung und Wiederholung. Lieder mit zu komplexen Strukturen oder ohne wiederkehrende Elemente erschweren das Mitmachen. Ein eingängiger Refrain, sich wiederholende melodische Motive oder klare Strophenformen unterstützen Kinder beim Einprägen und Mitgestalten.



Wie weit ist zu weit?

Beispiele für Lieder mit Intervallsprüngen, die Kinder gut bewältigen können:

- Bruder Jakob
- Alle meine Entchen

Negativbeispiel:

- Jesus zieht in Jerusalem ein
- Viele große und schnelle Ton-sprünge im Refrain

Lebenswelt und Sprache

Mitten aus dem Leben

Diese Lieder orientieren sich an der Lebenswelt der Kinder:

- Immer wieder kommt ein neuer Frühling (Natur)
- Die Räder vom Bus (Straßenverkehr)

Liedtexte sollten die Lebenswelt der Kinder widerspiegeln. Pädagogisch wertvolle Liedtexte greifen Alltagsthemen der Kinder auf, nutzen bildhafte Sprache und regen Fantasieprozesse an. Sprache in Liedern ist nicht nur Transportmittel, sondern ein gestalterisches Element. Deshalb lohnt es sich zu prüfen, ob Begriffe verständlich, altersgerecht und kulturell sensibel sind. Sprachlich komplexe oder zu abstrakte Liedtexte führen häufig dazu, dass Kinder zwar mitsingen, aber dafür inhaltlich keine konkrete Verbindung herstellen.

Lieder im Kita-Alltag

Lieder erfüllen im pädagogischen Alltag zahlreiche Funktionen. Sie strukturieren Übergänge, begleiten Rituale, fördern Bewegungsfreude oder unterstützen emotionale Regulation. Sie dienen als Kommunikationsbrücke und bilden ein soziales Band zwischen Kindern und Erwachsenen. Lieder können Atmosphären schaffen:

Wo singen wir im Alltag?

- beim Aufräumen
- beim Händewaschen
- beim Zähneputzen
- beim Anziehen

Reflexionsfragen: So finde ich geeignete Lieder

- Wie hoch ist der musikalische Anspruch des Liedes? Entspricht er dem Entwicklungsstand der Kinder?
- Welche pädagogische Funktion erfüllt das Lied (Ritual, Tagesablauf ...)?
- Inwiefern spiegelt der Text die Lebenswelt, Themen und Interessen der Kinder wider?
- Welche Möglichkeiten, das Lied zu erweitern oder zu variieren, beispielsweise durch Bewegung, Instrumente oder Improvisationen, ergeben sich?
- Ist das Lied zeitgemäß oder bedarf es einer Überarbeitung?

beruhigend, aktivierend, fröhlich oder besinnlich. Eine vielfältige und durchdachte Liedauswahl ermöglicht es Fachkräften, flexibel auf Bedürfnisse und Situationen einzugehen und musikalische Aktivitäten gezielt einzusetzen.

Tradition und Moderne

Traditionelle Lieder haben große kulturelle Bedeutung, entsprechen jedoch nicht immer aktuellen pädagogischen Ansprüchen. Manche transportieren überholte Wertvorstellungen, enthalten stereotype Rollenbilder oder entsprechen nicht der stimmlichen Leistungsfähigkeit von Kindern. Eine reflektierte Liedanalyse macht diese Aspekte sichtbar und ermöglicht einen sensiblen Umgang mit Tradition: Bewahren, wo es sinnvoll ist, anpassen oder ersetzen, wenn es erforderlich ist – so lautet die Devise.

Am Anfang war das Lied

Gehen wir an dieser Stelle auf den grundsätzlichen pädagogischen Wert von Liedern ein. Sie gehören zu den elementarsten kulturellen Ausdrucksformen des Menschen und begleiten Kinder lange bevor sie sprechen oder komplexe Bewegungsabläufe koordinieren können. In der frühkindlichen Bildung ist Singen eines der zentralen Medien, über das Kinder mit musikalischen Strukturen in Kontakt kommen und sie selbst aktiv gestalten. Sie erfahren Musik nicht primär kognitiv, sondern leiblich, ganz-

heitlich und eingebettet in soziale Interaktionen. Gemeinsames Singen eröffnet ihnen einen multisensorischen Erfahrungsraum, in dem Hören, Bewegung, Stimme, Sprache und Emotion miteinander verbunden sind.

Musik ist ein frühes Kommunikations- und Bindungsmedium. Bereits Säuglinge reagieren sensibel auf melodische Konturen und rhythmische Muster. Diese frühkindlichen Reaktionen auf musikalische Reize bilden die Grundlage dessen, was wir als musikalische Enculturation bezeichnen: Kinder wachsen in eine musikalische Umwelt hinein, nehmen Muster intuitiv auf und entwickeln ein musikalisches Empfinden, lange bevor sie Musik bewusst verarbeiten. Lieder spielen in diesem Prozess eine wesentliche Rolle. Sie bieten wiederkehrende Strukturen, die Orientierung geben, Sicherheit vermitteln und kreative Handlungsräume eröffnen.

Motor der Entwicklung

Lieder sind für die gesamte Entwicklung bedeutsam. Auf motorischer Ebene wirken sie strukturierend. Der Grundpuls eines Liedes, die Taktart und die rhythmische Gliederung fördern die sensomotorische Integration.

Hä, was ist das?

Sensomotorische Integration bedeutet einfach, dass wir mit unserem Körper etwas wahrnehmen und dazu eine passende Bewegung machen. Zum Beispiel wenn wir Musik hören und unser Fuß im Takt wippt.



Bild: Getty Images/FatCamera



Klatschen, Stampfen oder einfache Bewegungen stärken das Körpergefühl und unterstützen Gleichgewicht und Koordination.

Zudem unterstützen Lieder nachhaltig die sensorische Entwicklung. Kinder differenzieren Tonhöhen, Klangfarben und Dynamiken und entwickeln die Fähigkeit, auditive Reize zu differenzieren. Das ist für viele weitere Lernprozesse – insbesondere für Sprache – bedeutsam.

Die kognitive Entwicklung profitiert ebenfalls. Lieder fördern uns darin, Muster zu erkennen, Regeln zu erfassen und sie unterstützen unsere Gedächtnisleistungen. Die Wiederholungsstruktur vieler Kinderlieder erleichtert es, sich Text und Melodie einzuprägen. Das regt das Arbeitsgedächtnis gezielt an. Neurowissenschaftliche Studien zeigen, dass musikalische Aktivitäten multiple Hirnareale gleichzeitig

aktivieren und die Vernetzung neuronaler Strukturen fördern.

Dass Lieder Sprache fördern, ist gut belegt. Rhythmische Sprachmuster unterstützen den Erwerb der phonologischen Bewusstheit – Grundvoraussetzung für Lesen und Schreiben. Kinder üben Artikulation, Intonation und Satzmelodien in einem natürlichen, spielerischen Kontext. Der musikalische Rahmen wirkt wie eine sprachliche Schiene – der Rhythmus eines Liedes ordnet die Sprache und erleichtert die strukturierte Produktion von Lauten und Silben. Gleichzeitig bietet der Liedtext neue Wortschatzimpulse sowie bildhafte sprachliche Elemente, die das Sprachverständnis vertiefen.

Emotionale und soziale Kompetenzen entwickeln sich genauso intensiv über das Singen. Die Musikpädagogik beschreibt gemeinsames Singen als

Synchronisationserfahrung: Kinder erleben, wie sie mit anderen in denselben Rhythmus finden, dieselbe Melodie tragen und sich gegenseitig unterstützen. Diese Erfahrungen fördern Empathie, Zusammenhalt und das Gefühl, Teil eines Kollektivs zu sein. Außerdem bietet das Singen einen emotionalen Resonanzraum, in dem wir Gefühle transformieren, verstärken oder spiegeln können. Musik tröstet, aktiviert, beruhigt und stärkt. In diesem Sinne: Lasst uns singen!

✓ **Gemeinsames Singen** ist Balsam für die Seele. Es beruhigt die Kinder und stärkt sie.

Autor



Matheo Bucher

Musikpädagoge, Fachwirt, Erzieher sowie Bachelor Professional in Sozialwesen. Er ist als stellvertretende Kita-Leitung, Autor und Musiktherapeut tätig.



Die Musik ist vorbei

Aus den Boxen schallt „Komm, hol das Lasso raus“ – nicht auf Volksfesten, sondern in Kitas. Eine Ausnahme? Nicht wirklich. Viele Lieder, die aus dem Mund von Kindern tönen, sind nicht für deren Ohren bestimmt. Texte und Videoclips strotzen vor Sexismus, Rassismus und Klassismus. Lasst uns diese Lieder in Kitas ausmachen. Spoiler: Es bleiben genug Klassiker übrig.



Nepomuk Riva

„Hallo, hallo! Schön, dass du da bist ...“
Gemeinsames Singen ist Alltag in Kitas. Kinder lernen dabei ein Musikrepertoire kennen, das ihre Wahrnehmung der Welt und ihre Identität prägt. Ein Mädchen mit Eltern aus einem asiatischen Land wird unterschiedliche Gefühle haben, wenn es mit anderen „Du gehörst zu uns, wir gehören zu dir ...“ singt, als wenn alle lachen, sobald sie „Dri Chini-sin mit dim Kintribiss ...“ singen. Erzieher:innen tragen mit der Liedauswahl die Verantwortung dafür, wie inklusiv Kinder ihre Umgebung wahrnehmen, und inwiefern Kitas migrantische Biografien wertschätzend behandeln. Bereits Kleinkinder spüren, ob sie integriert oder aus einer Gemeinschaft ausgeschlossen werden.

Ich höre das anders

Singen ist nicht auf Situationen wie den Morgenkreis beschränkt. Ob Kinder Diskriminierungen in Liedern erkennen, spielt daher keine Rolle. Gesangsauführungen finden auch regelmäßig bei Veranstaltungen mit Eltern statt. Diese verstehen Lieder aufgrund ihrer Lebenserfahrung möglicherweise anders. Eine schwarze Mutter, der Menschen mehrfach auf der Straße diskriminierende Affenlaute hinterhergerufen haben, wird das Lied „Die Affen rasen durch den Wald“ anders interpretieren als ihr Kind. Das beeinflusst ihr Vertrauen zu den Erzieher:innen.

Die Kommerzialisierung von Kinderliedern durch bekannte Stars wie

Simone Sommerland, Karsten Glück und Helene Fischer hat außerdem dazu geführt, dass viele Lieder heutzutage ein Millionenpublikum erreichen. Ihre Videoclips vermarkten ein Bild vom Singen in deutschen Kitas, das eine gesellschaftliche Norm verbreitet. Stimmt Simone Sommerland mit ihrem Chor „Die Kita-Frösche“, der fast ausschließlich aus weißen Kindern besteht, das Lied „Aramsamsam“ an, fühlen sich Kinder aus migrantischen Familien nicht repräsentiert. Ahmen die Kita-Frösche dann zum Text in einem Fantasiearabisch die islamischen Gebetsbewegungen nach, müssen muslimische Familien erkennen, dass sie in der deutschen Kita nicht willkommen sind.





Bild: Getty Images/Savushkin

Zeit für neue Traditionen

Beim richtigen Liedrepertoire in Kitas geht es weder um persönlichen Geschmack noch um deutsche Traditionen oder Political Correctness. Die Allgemeine Erklärung der Menschenrechte stellt unter dem Thema „Recht auf Bildung“ klar:

»Die Bildung (...) muss zu Verständnis, Toleranz und Freundschaft zwischen allen Nationen und allen Gruppen, unabhängig von Herkunft und Religion, beitragen und der Tätigkeit der Vereinten Nationen für die Wahrung des Friedens förderlich sein.«

Die deutsche Gesellschaft hat sich in den vergangenen Jahren zu einer Einwanderungsgesellschaft gewandelt. Daher sind Erzieher:innen dafür verantwortlich zu überprüfen, ob das Liedrepertoire in ihren Einrichtungen den selbst gesetzten Werten des deutschen Staates entspricht. Sie dürfen die Verantwortung nicht den Kindern überlassen, nur weil diese bestimmte Lieder gern singen.

Konstruktive Diskussionen über den Umgang mit diskriminierenden Kinderliedern scheitern oft daran, dass deren Verteidiger:innen an einer vermeintlichen Tradition und einem starren Musikbegriff festhalten. Sie machen das an bestimmten Titeln fest, die sie selbst aus ihrer Kindheit positiv

in Erinnerung haben. Wer jedoch ältere Publikationen mit neuen vergleicht, wird erkennen, dass sich das Kinderliedrepertoire beständig verändert. Gerade die kritisierten Lieder sind fast alle erst im 20. Jahrhundert entstanden, in dem autoritäre Systeme den Bildungssektor mehrfach für eigene Zwecke missbrauchten. Nur politisch bevorzugte Menschen haben diese Lieder positiv wahrgenommen.

Außerdem ist Musizieren eine soziale Tätigkeit. Beim gemeinsamen Musizieren in der Kita geht es nicht nur um Texte und Melodien. Vielmehr wollen wir auf diesem Weg eine

Weiterlesen »



» In den populären Clips von Kinderliedern sind Kinder im Backgroundchor, wenn sie überhaupt singen. Hier ist kein Platz für Individualität und Diversität.

inklusive Gemeinschaft schaffen, an der alle Kinder teilhaben können – ohne sich aufgrund ihrer Herkunft, Religion, ihres Aussehens, ihres Geschlechts oder ihrer körperlichen und geistigen Fähigkeiten ausgeschlossen zu fühlen. Es existieren Lieder und rhythmische Abzählreime, die sich

über Personengruppen lustig machen, etwa über nicht deutsche Kulturen („Ching, Chang, Chong“), das Aussehen von Menschen („Spannenlanger Hansel, nudeldicke Dirn“) oder ungewöhnliche Persönlichkeiten in fremden Ländern („Hab ’ne Tante aus Marokko“). Diese Lieder fördern weder Verständnis noch Toleranz oder Freundschaft zwischen Nationen und Gruppen. Genau deshalb sind sie pädagogisch ungeeignet.

Gefährlicher Kommerz

Die Erfolge deutscher Starsänger:innen mit Kinderliedern in den vergangenen Jahren erscheinen auf den ersten Blick als positives Signal. Singen im Kita-Alltag erhält wieder mehr

Aufmerksamkeit. Andererseits übertragen die Musiker:innen nicht nur Volkslieder aus der deutschen Romantik, sondern auch aktuelle Schlager für Erwachsene in den Kinderbereich. So inszeniert sich Karsten Glück in dem Lied „Komm, hol das Lasso raus“ zusammen mit den Kita-Fröschen als Cowboys und klischeehafte indigene Amerikaner:innen. Der Text ist nicht nur diskriminierend gegenüber indigenen Bevölkerungen Nordamerikas, sondern auch sexistisch. Die darin vertretenen Geschlechterrollen und sexuellen Anspielungen in Verbindung mit Gewaltspielen entsprechen nicht den Leitlinien sexueller Erziehung an staatlichen Bildungsinstitutionen.

Hinzu kommt, dass die Stars in den Produktionen kein gemeinschaftliches Singen anleiten, sondern als Solo-



Bild: Getty Images/Lordn

sänger:innen die Gruppen beherrschen. Die Kinder stellen Backgroundchöre dar, falls sie überhaupt zu hören sind. Damit findet eine kommerzielle Vermarktung Eingang in die Musikpraxis mit Kleinkindern, in der diese bewusst nicht gefördert werden. In der neuen kommerziellen Kindermusik treten Kleinkinder auf, die vorbildhaft fehlerfrei singen, vor der Kamera sauber gekleidet sind und die eingeübten Choreografien brav ausführen. Hier ist kein Platz für individuellen Ausdruck und soziale Diversität. Die jungen Konsument:innen dieser Clips gewinnen den Eindruck, dass Ausgewählte ihre Fähigkeiten zeigen dürfen. Ein Gemeinschaftsgefühl entsteht nicht, da alle streng hierarchisch musizieren. Das fördert weder Toleranz noch Freundschaften.

Wer wird gespielt?

Der Vorwurf, bestimmte politisch motivierte Aktivist:innen würden versuchen, auf einmal deutsche Kinderlieder zu verbieten, ist mit Blick auf die deutsche Liedermacher:innenszene der vergangenen Jahrzehnte haltlos. So thematisierte das Kinderlied „Im Land der Blaukarierten“ von Klaus W. Hoffmann bereits in den 1990er-Jahren Rassismus und forderte Toleranz. Rolf Zuckowski sang zu dieser Zeit bereits ein Loblied auf starke Mädchen in „Ich schaff das schon!“. Frederic Vahle ermutigte Kinder in „Jedes Kind hat eine Stimme“, ihre Meinung lautstark zu äußern. Bereits in den 1980er-Jahren förderte

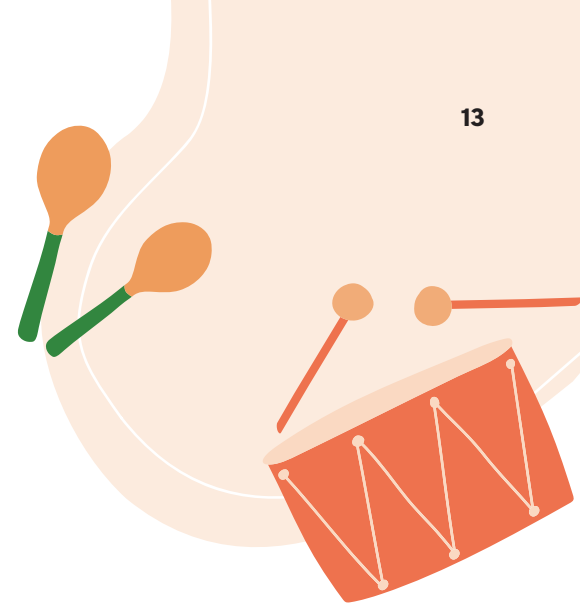
✓ Hier kommt der Spaß beim Singen nicht zu kurz. Grund dafür: Niemand wird durch den Text des Liedes ausgeschlossen.

Gerhard Schöne internationale Toleranz, indem er ein Album mit Kinderliedern aus aller Welt einspielte, die er ins Deutsche übertragen hatte. Populäre Hip-Hop-Bands für Kinder wie „Deine Freunde“ oder „Sukini“ setzen sich in ihren Liedern mit den Themen Inklusion und Toleranz auseinander. Unterrichtsmaterialien für die elementare Musikpädagogik, wie etwa die „Timpino“-Reihe, arbeiten Alltagsthemen für Kinder umfassend auf. Sie bieten geeignetes Material für den Kita-Alltag. Es gibt seit Langem genügend positive Gegenbeispiele. In den Diskussionen um Kinderlieder geht es angesichts der Kommerzialisierung weniger um die Inhalte als um die Frage, wer sich in diesem Marktsegment behaupten kann. Die Herausforderung für Fachkräfte besteht darin, der wirtschaftlichen Übermacht großer, populärer Stars etwas Kultursensibleres und Toleranzförderndes entgegenzusetzen, das einen friedvollen und wertschätzenden Umgang miteinander vorlebt.

Die richtigen Fragen

Fachkräften bleibt häufig nicht viel Zeit, die eigene Arbeit zu reflektieren, ein neues Musikrepertoire zu suchen und sich damit vertraut zu machen. Dennoch können ein paar Leitlinien helfen, Inklusion und Kultursensibilität bei der Auswahl zu beachten.

- **Gemeinschaftsgefühl:** Fördert das Lied das Gemeinschaftsgefühl in der Gruppe? Oder führt es zu Streitereien und Ausgrenzungen zwischen Kindern?
- **Kulturelle Wertschätzung:** Stellt das Lied verschiedene Persönlichkeiten, Kulturen und Religionen wertschätzend dar? Stärkt das Lied das Vertrauen aller Kinder zu den Erzieher:innen?



- **Teilhabe:** Ermöglicht das Lied allen Kindern, auf gesangliche und körperliche Weise aktiv daran teilzunehmen? Gibt es Raum für individuellen Ausdruck?
- **Persönlichkeitsentwicklung:** Bestärkt das Lied Kinder darin, Schwierigkeiten in ihrem Alltag zu überwinden? Fördert es den Respekt vor der Lebensweise anderer Menschen?

Ein übliches Kinderliederbuch beinhaltet heute 70 bis 100 Stücke. Durch kritisches Hinterfragen fallen in der Regel nicht mehr als ein Dutzend Lieder weg. Es bleiben genug übrig, die wir gemeinsam singen können. Zudem gibt es zahlreiche weitere, die besser auf aktuelle Lebenssituationen von Kindern Bezug nehmen und in Kleingruppen für viel Begeisterung sorgen.

Autor



Dr. Nepomuk Riva

ist Musikethnologe und forscht zu Musik und Rassismus. Zusammen

mit einem Team von Musikpädagog:innen gibt er Workshops zur kultursensiblen Musikvermittlung.



www.fairplay-musikpaedagogik.weebly.com



Neuer Glanz in alten Liedern



Matheo Bucher



Die Vogelhochzeit, Ein Männlein steht im Walde oder Es war eine Mutter, die hatte vier Kinder – Evergreens, die Fachkräfte zu den Ohren heraushängen. Schade, denn die Kinder kennen viele Lieder nicht. Allerhöchste Zeit, sie mit einer jungen Generation ganz neu zu entdecken. Wir machen mit dem guten alten Bruder Jakob den Anfang.

Bruder Jakob ist eines der wohl bekanntesten und mitunter auch ältesten Kinderlieder. Das bereits vor über 400 Jahren entstandene Lied wurde aus dem Französischen in unzählige Sprachen übersetzt. Bis heute erfreut es sich großer Beliebtheit und das nicht ohne Grund. Bruder Jakob lässt sich musikpädagogisch auf ganz unterschiedliche Arten und Weisen erleben und vermitteln:

Zum Start ein Rap

Um sich zunächst den Text des Liedes zu erschließen, bietet es sich an, mit einem Rap zu starten. Durch den Sprechgesang stehen erst einmal nur das gesprochene Wort und der Textfluss im Vordergrund. Als melodische Übung könnt ihr anschließend die Melodie summen. Summen gilt als bewährte Stimmbildungsübung und sorgt dafür, dass wir uns die Melodie gut einprägen.

Das Spiel mit der Stimme

Kinder lieben es, ihre Stimme zu verstellen und mit ihren Worten zu experimentieren. Initiiere verschiedene Singvariationen, so erleben die Kinder zusätzlich neue Motivation. Konkret könntet ihr langsam, schnell, laut oder leise singen. Auch singen und gleich-

zeitig die Ohren zuhalten, ist eine Erfahrung wert.

Ein Lied, tausend Sprachen

Vielleicht habt ihr in eurer Gruppe Kinder unterschiedlichster Nationalitäten? Nutzt das als Chance. Wenn die Kinder es sich zutrauen, können sie das Lied der Gruppe alleine in ihrer Muttersprache vorsingen und dadurch den übrigen Kindern ihre Sprache näherbringen. Alternativ könnt ihr andere Sprachen in das Lied integrieren.

Und die Instrumente bitte

Um das Lied musikalisch zu begleiten, eignen sich vor allem Orff-Instrumente. Konkret können das beispielsweise Glöckchen sein, die sich gerade im Hinblick auf den Text gut anbieten. Hierzu die Glöckchen im Metrum (zum Beispiel 4/4-Grundsatz) durchweg anspielen. Bei erfahrenen Kindern könnt ihr Variationen einsetzen. So könnt ihr die Glöckchen in den letzten

beiden Takten ganz besonders laut anspielen oder weitere Instrumente mit einbringen.

Aufwachen!

Schon ein einfaches Kissen genügt, damit aus dem Lied ein kleines Rollenspiel wird. Ein Kind legt sich als „Jakob“ auf das Kissen und tut so, als ob es schlafen würde. Die anderen Kinder versuchen durch ihren Gesang (eventuell auch mit Instrumenten), Jakob aufzuwecken. Am Ende des Liedes wacht Jakob auf und ein neues Kind darf als „Jakob“ auf dem Kissen „einschlafen“.

Im Großen und Kleinen

Mit einer ganz simplen Methode könnt ihr die psychomotorischen Kompetenzen fördern. Und zwar, indem ihr Bewegungen in den Gesang integriert. Das können Bewegungen im Kleinen sein, wie bei einem Fingerspiel, oder Bewegungen im Großen, wie bei einem richtigen Bewegungslied. Passend zu den einzelnen Liedpassagen können sich die Kinder verschiedene Bewegungen überlegen und ausprobieren.



Da war doch was

In den Ausgaben 1/26 und 2/26 haben wir uns ausgiebig mit Orff-Instrumenten beschäftigt. Also nix wie reinschauen!

Autor



Matheo Bucher

ist Musikpädagoge, Fachwirt und Erzieher. Er arbeitet als stellvertretende Kita-Leitung, freiberuflicher Autor und Honorarkraft für Musiktherapie.

Bruder Jakob

Text & Melodie: traditionell

Notensatz in E-Dur: Matheo Bucher

E

Bru - der Ja - kob, Bru - der Ja - kob,
schläfst du noch? Schläfst du noch?
Hörst du nicht die Glock - en? Hörst du nicht die Glock - en
Ding, dang, dong. Ding, dang, dong.

Make your own kind of music

 **Friederike Falkenberg**

Musik sollte Spaß machen und aus dem Herzen kommen. Wer Kinder zurechtweist oder entmutigt, nimmt ihnen vielleicht mehr als gedacht. Ein persönlicher Einblick in das Leben einer Musikbegeisterten, die sich ihr Hobby als Erwachsene zurückholt.

Ich bin drei, als ich nicht einschlafen kann, ohne mit meinen Eltern „Abendstille überall“ zu singen. Ich bin fünf, als ich bei meinen Großeltern vor dem Fernseher tanze, während die Schlager-Hitparade läuft. Ich bin acht, als ich fast alle Weihnachtslieder auswendig kann, die vor der Bescherung an Heiligabend gesungen werden. Ich bin elf, als ich eine große Rolle im Schultheaterstück bekomme und bin kurz darauf am Boden zerstört, weil ich keines der Lieder singen darf, die für die Rolle vorgesehen sind. „Deine Stimme kann man keinem Publikum zumuten“, meint die Lehrerin. Mit viel Ehrgeiz erarbeite ich mir eine Strophe und trage sie bei der Aufführung vor. Singen mag ich trotzdem nicht mehr. Was wir Kindern sagen, hat eine große Wirkung. In der pädagogischen Arbeit können wir stark beeinflussen, ob ein Kind sich unterstützt oder entmutigt fühlt. Gerade in der Musik halte ich es für wichtig, eigene Wege zu gehen. Singt ein Kind gerne, muss es nicht mit

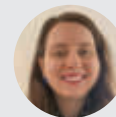
der Triangel vorliebnehmen. Und wer sich nicht traut, im Morgenkreis mitzusingen, nimmt sich vielleicht gern ein Rasselei. In der Kita kommt es noch nicht auf die richtigen Töne oder die perfekten Aufführungen an. Kinder erproben ihre Stimme und lernen erste Melodien und Instrumente kennen. Zwingen wir ein ruhiges Kind mitzusingen oder bitten wir ein enthusiastisches still zu sein, machen wir vielleicht etwas kaputt, das weit über die Kita-Zeit hinaus zerbrochen bleibt.

Viele Pädagog:innen bestehen darauf, dass Kinder „mitmachen“, weil sonst „niemand mehr mitsänge“. Ich habe vollkommen andere Erfahrungen gemacht. Kinder, die monatelang still bleiben, können plötzlich alle Liedtexte auswendig. Eine sehr glückliche „Lokomotive“ tuckerte durch den Kreis, nachdem wir die Rollen in unserem Dornröschen-Singspiel erweiterten. Warum sollten Kinder alle auf demselben Weg mit Musik in Kontakt kommen?

In dem Film „School of Rock“ spielt Jack Black einen motivierten Aushilfslehrer, der mit seiner Klasse einen Band-Wettbewerb gewinnen möchte. Er lässt alle vorsingen. Ohne den Gesang zu bewerten, schickt er manche Kinder direkt in die Band und macht andere zu Lichtdesignern, Kostümbildnerinnen und zur Bandmanagerin. Die Botschaft ist klar: Nicht jedes Kind hat Potenzial zum Rockstar, aber jedes Kind ist wichtig und talentiert.

Ich habe mich von meiner Lehrerin nicht auf Dauer entmutigen lassen. Seit Kurzem gehe ich in einen offenen Chor, in dem die Freude am Singen im Vordergrund steht. Klar, aus mir wird weder eine Schlagersängerin noch eine Musicaldarstellerin, aber ich habe wieder Freude an einem meiner frühesten Hobbys. Das wünsche ich auch allen Kindern, die im Singkreis, Musikunterricht oder in der Klavierstunde sitzen: Freude an der Gemeinschaft und der Musik.

 **Autorin**



Friederike Falkenberg

verdient ihr Geld zwar mit Schreiben statt mit Singen, aber ist sich inzwischen für kein Geburtstagsständchen mehr zu schade.



Bild: Denis Novikov



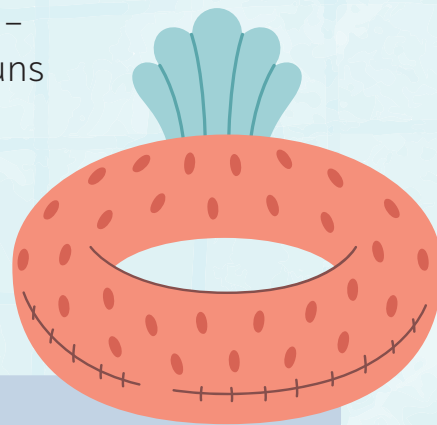
Cooler



Ute Lantelme



Pommes im Freibad, coole Eiswürfel im Glas und danach mit einem Sprung ins erfrischende Nass – so perfekt kann der Sommer sein! Machen wir uns doch einfachen einen solchen Tag in der Krippe. Da werden selbst diejenigen, die nicht gern ins Schwitzen kommen, zu echten Fans der heißen Jahreszeit!



Im kühlen Nass

Bastelidee

Das Wichtigste im Schwimmbad? Natürlich das Schwimmbecken. Die Kinder gestalten einen Pool und lassen so viele Bademützen-träger:innen darin schwimmen wie hineinpassen.

Material:
Papier, Farbe, Schwämme,
Korken

Ran an die Farbe:

Die Kinder verstreichen mit dem Schwamm blaue Farbe auf ihrem Blatt. Gerne können sie Wellen malen, wenn sie möchten. Ist die Farbe getrocknet, stempeln die Kinder bunte Bademützen auf das Wasser.

Variante:

Eine größere Herausforderung für die Hand-Auge-Koordination und das Durchhaltevermögen ist es, wenn die Kinder in zwei Schritten stempeln: zuerst Köpfe in Hautfarben und nach dem Trocknen setzen sie den Schwimmer:innen Bademützen auf.

Tipp:

Am besten stellst du pro Farbe einen eigenen Korken zur Verfügung.

Schwerpunkte:

Kreativität, Hand-Auge-Koordination, Geduld und Durchhaltevermögen



Pommes-Liebe

Spaß beim Kochen

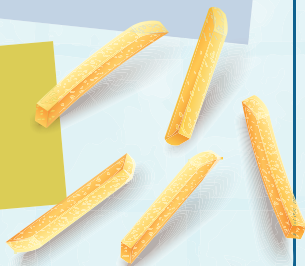
Selber kochen und gemeinsam genießen führen die Kinder hin zu bewussterem Essen. Auf diese Weise erfahren sie, dass vermeintlich ungesundes Essen auch so zubereitet werden kann, dass man es unbesorgt genießen darf.

Zutaten:

Biokartoffeln, Salz, eventuell Salat-
zutaten und selbst gemachte Saucen,
eventuell Ketchup und Mayonnaise

Material:

Pommes-Schneider,
Backofen oder Airfryer



Vorbereitung:

Die Kinder waschen die Kartoffeln gründlich. Anschließend die Kartoffeln gut mit einem Küchenhandtuch trocknen.

So geht's:

Die gewaschenen Kartoffeln durch den Pommes-Schneider drücken. Dabei muss die Betreuungsperson eventuell helfen. Dann verteilen die Kinder die Pommes auf einem Backblech. Die Pommes könnt ihr ganz ohne Fett zubereiten. Dann die Bleche in den Ofen schieben und goldgelb braten.

Tipp 1:

Bereite einen frischen Salat dazu vor und probiere mit den Kindern selbst gemachte Pommes-Saucen, mit denen man sehr viel Zucker spart.

Tipp 2:

Die Kinder kleben Pommes-Tüten wie im Schwimmbad aus quadratischen Papierstücken, während sie auf ihre Mahlzeit warten.

Schwerpunkte:

Geschmackssinn, Tastsinn, Feinmotorik, gesundes Essen, selbst kochen

Plitsch, platsch

Rhythmusspiel

Material:
Schwämme,
Plastikteller



Wasserspiele sind herrlich. Wie wäre es an heißen Tagen mit rhythmischem Patschen, bei dem ordentlich gespritzt werden darf?

Vorbereitung:

Die Schwämme gut durchfeuchten und auf die Plastikteller legen.

Eins, zwei, Spritz:

Jedes Kind sitzt vor zwei Schwammtellern. Bei jedem „Platsch“ im Rhythmus abwechselnd auf den linken und rechten Schwamm patschen. Bei „plisch“ und „plu“ gleichzeitig mit beiden Händen patschen.

Kleine Erfrischung

*Platsch, platsch, platsch, platsch, platsch, platsch, plisch,
das Wasser hier, das macht uns frisch.*

*Platsch, platsch, platsch, platsch, platsch, platsch, plu,
so erfrischt komm'n wir zu Ruh.*

Tipp:

Leg ein Handtuch bereit, um den Boden trocken zu wischen.

Schwerpunkt:

Hand-Auge-Koordination, Rhythmusgefühl

Autorin



Ute Lantelme

ist Sprachwissenschaftlerin und
Gründerin von AbenteuerKinderWelt.
Sie gibt Fortbildungen für Erzieher:in-

nen sowie Tageseltern und ist Autorin von Büchern
mit dem Schwerpunkt U3.

Regelmäßige Tipps und Informationen findest du auf:



abenteuerkinderwelt



abenteuerkinderwelt.de



www.abenteuerkinderwelt.de



**Du brauchst mehr
sommerliche Ideen?**

Auf unserer Web-
seite warten noch
leckere Eiswürfel
und ein Bewegungs-
lied auf dich.



Ich auf die



Doro Benker



In der Kita arbeiten – ein Vollzeitjob, der vor Ort alles abverlangt. Und auch nach Feierabend ist oft kein Ende in Sicht. Die Gedanken hängen an Kindern, die eine Scheidung miterleben müssen, am letzten Elterngespräch, an der Diskussion im Team. Für alle sind Fachkräfte da, nur nicht für sich selbst. Das ändern wir jetzt!

Ein Kind weint beim Abschied, eine Kollegin ruft quer über den Flur, ein Elternteil bittet „nur ganz kurz“ um ein Gespräch. Dazwischen klingelt das Telefon und ein Blick auf die Uhr sagt: Eigentlich wäre jetzt Pause. Irgendwo mittendrin stehst du – präsent und ansprechbar. Mit dem Team hältst du den Laden am Laufen.

Der Trubel beginnt meist früh am Morgen und zieht sich durch den Tag, durch Gespräche, Entscheidungen und ständiges Mitdenken. Was viele von außen nicht sehen: Es endet nicht mit dem Feierabend. Der Kopf läuft weiter. Habe ich an alles gedacht? Habe ich das Gespräch mit den Eltern gut gelöst? Wie geht es dem Kind, das heute so still war?

Darüber hinaus verschieben wir Pausen oder streichen sie gleich ganz. Grundsätzlich vertagen wir Bedürfnisse auf später. Und „später“ heißt im Kita-Alltag: irgendwann. Der Mental Load ist hoch. Ständig müssen wir mehrere Ebenen gleichzeitig im Blick behalten: Kinder, Eltern, Kolleg:innen, Abläufe, Zeiten, Stimmungen. Wir sind darin geübt, schnell zu reagieren und zu funktionieren – selbst dann, wenn es längst zu anstrengend ist. Vieles von dem, was wir leisten, geschieht still. Es fällt kaum auf, weil der Kita-Alltag zuverlässig abläuft.

Wir sind geübt darin, für andere einzustehen. Wir erklären, vermitteln, organisieren. Erst wenn etwas nicht läuft oder vergessen wird, bemerken andere den Fehler. Was dagegen Tag für Tag gelingt und selbstverständlich wirkt, wird schnell übersehen. Eine entscheidende Frage gerät aus dem Blick:

» Wer sorgt in dem Trubel
eigentlich für mich?

Viele Fachkräfte zögern an dieser Stelle. Nicht, weil ihnen die Antwort egal ist. Aber die Frage ist ungewohnt. „Dafür ist doch kein Platz.“ „So bin ich nicht.“ „Das fühlt sich falsch an.“

Vielleicht, weil wir gelernt haben, erst an andere zu denken. Vielleicht, weil wir Fürsorge mit Aufopferung gleichsetzen. Vielleicht, weil es sich nicht gehört, innezuhalten und den Fokus auf sich selbst zu richten.

Trotzdem lohnt es sich, genauer hinzuschauen. Immerhin zeigen sich die Folgen fehlender Selbstfürsorge nur leise und schleichend. In Müdigkeit, die nicht mehr richtig verschwindet. In Reizbarkeit, die man sich selbst kaum erklären kann. In dem Gefühl, nur noch zu reagieren, statt zu gestalten.

Weiterlesen »

Möglichweise ist das der Punkt, an dem du innerlich nickst und trotzdem zögerst. Selbstfürsorge, Stärken, Grenzen – all das klingt gut. Dennoch bleibt der Gedanke:

» *Wie soll das im Alltag gehen?*

Höchste Zeit, für sich selbst einzustehen. Das klingt größer, als es ist. Es hat nichts mit Egoismus, Ellenbogenmentalität und Rücksichtslosigkeit zu tun. Wer für sich sorgt, verliert andere deswegen nicht aus dem Blick. Im Gegenteil. Es geht um einen Perspektivwechsel: Sich selbst nicht zu vergessen. Viele haben das im Privatleben längst verinnerlicht und

- planen Pausen ein,
- setzen Grenzen,
- achten auf Warnsignale,
- holen sich Unterstützung,
- lassen Dinge sein,
- planen Me-Time ein.

Im Berufsalltag fällt uns das schwerer. Dabei ist Selbstfürsorge weder Wellness noch Rückzug. Sie bedeutet, Verantwortung zu übernehmen

- für die eigene Arbeitsfähigkeit,
- für die eigene Präsenz,
- für gute Beziehungen,
- für die Gesundheit.

Denn nur wer sich selbst ernst nimmt, kann andere verlässlich begleiten. Für sich zu sorgen ist daher kein persönlicher Luxus, sondern Grundlage guter pädagogischer Arbeit. Im pädagogischen Alltag müssen wir eigene Grenzen wahrnehmen und benennen und sowohl unsere Stärken erkennen als auch gezielt einsetzen.

Viele Fachkräfte haben gelernt, bescheiden zu sein, nicht aufzufallen. Still und zuverlässig ihre Arbeit zu erledigen, sich selbst nicht „zu wichtig zu nehmen“. Schließlich stehen die

Kinder im Mittelpunkt. Genau an dieser Stelle entsteht ein Spannungsfeld. Denn wenn alles, was gut läuft, im Hintergrund bleibt, wird es für das Team schwer, Kolleg:innen gezielt zu entlasten oder Potenziale zu nutzen.

Ein bisschen Werbung für sich selbst zu machen hilft. Wir drängen uns auf diese Weise nicht in den Vordergrund. Wir machen lediglich sichtbar, was ohnehin da ist. Unter Umständen bist du diejenige, die Übergänge besonders feinfühlig gestaltet. Die Eltern gut abholt und schwierige Themen verständlich anspricht. Die Struktur in allzu chaotische Situationen bringt.

Das sind keine Selbstverständlichkeiten. Es sind Stärken, die wir und andere weder nutzen noch wertschätzen können, wenn wir sie nicht ansprechen. In vielen Teams zeigt sich dadurch ein bekanntes Muster: Aufgaben landen immer wieder bei denselben Personen. Nicht, weil sie offiziell dafür zuständig wären – weil sie es „gut können“. Oder weil sie es eben machen. Auf Dauer führt das zu Frust.

Dabei lebt ein Team von Unterschieden. Es profitiert davon, wenn klar ist, wer welche Schwerpunkte hat, wer was gern übernimmt und wem welche Aufgaben liegen. Wird diese Vielfalt sichtbar, können wir Arbeit fairer verteilen und Verantwortung teilen. Zu zeigen, wer wir sind und was wir einbringen, ist also kein Ego-Statement. Es ist ein Beitrag zum gemeinsamen Gelingen.

Hier ist Schluss

Zu Selbstfürsorge gehört weiterhin, eigene Grenzen ernst zu nehmen. Ganz wichtig dafür: Grenzen sind kein starres Konzept. Sie sind erlernbar und sie dürfen wachsen. Nimm Hilfe von Kolleg:innen an oder fordere sie gezielt

ein. Sag der Leitung, wenn es gerade zu viel oder zu anstrengend ist und du ein bisschen kürzertreten möchtest. Genieße deine Pausenzeiten bewusst und fernab vom Teamzimmer. Das sind keine Zeichen von Schwäche. Im Gegenteil: Wer seine Grenzen ganz genau kennt und achtet, bleibt auf Dauer handlungsfähig.

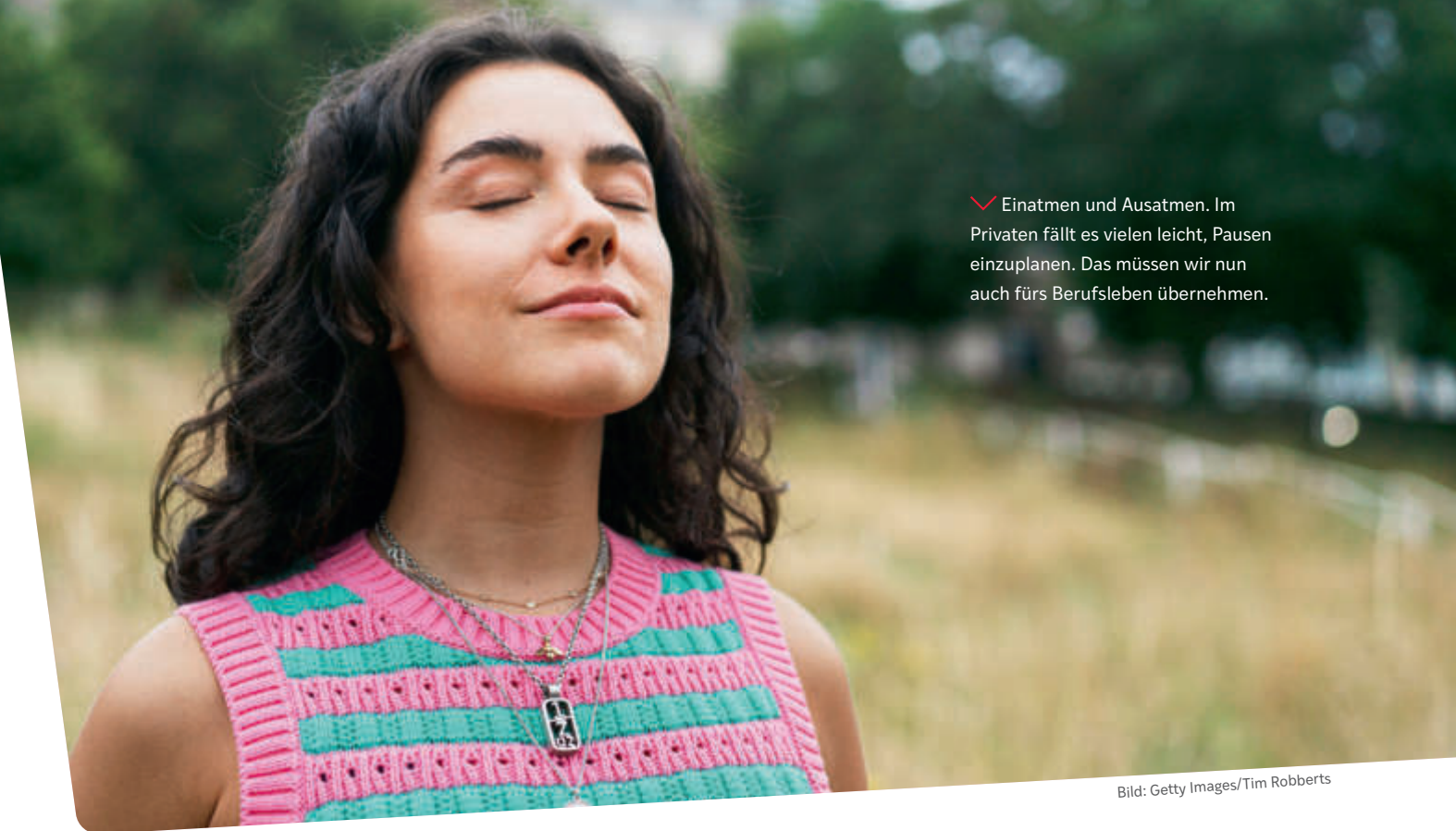
Gleichzeitig ist klar: Selbstfürsorge ist keine Privatangelegenheit der einzelnen Fachkraft. Sie gelingt nicht im luftleeren Raum. Sie braucht Rahmenbedingungen, eine offene Teamkultur und Leitungen, die hinschauen und zuhören. Selbstfürsorge bedeutet

- Überlastung benennen zu dürfen, ohne als schwach zu gelten,
- Aufgaben zu verhandeln,
- Pausen als einen notwendigen Teil professioneller Arbeit anzuerkennen und nicht als Luxus abzutun.

Aufgaben verteilen sich im Team nicht von selbst fair, sondern entlang von Gewohnheiten. Wer gut organisieren kann, organisiert. Wer ruhig bleibt, beruhigt. Wer sprachlich sicher ist, übernimmt Gespräche. Wer flexibel ist, gleicht aus.

Solange wir darüber nicht sprechen, wirkt es wie Zufall. Erst wenn wir Stärken benennen, treffen wir eine bewusste Entscheidung. Stehen wir für uns ein, stoßen wir dadurch Gespräche an: im Team, mit der Leitung, im kollegialen Austausch. Nicht anklagend, sondern klärend. Nicht mit dem Anspruch, sofort Lösungen zu finden, sondern mit der klaren Bereitschaft, Verantwortung zu teilen.

Das entlastet nicht nur die einzelne Fachkraft, es stärkt das gesamte System. Teams, in denen man Bedürfnisse ansprechen darf, arbeiten langfristig stabiler. Sie reagieren weniger aus Erschöpfung heraus und mehr aus fachlicher Klarheit. Auch Kinder profitieren



✓ Einatmen und Ausatmen. Im Privaten fällt es vielen leicht, Pausen einzuplanen. Das müssen wir nun auch fürs Berufsleben übernehmen.

Bild: Getty Images/Tim Roberts

von Erwachsenen, die sich selbst ernst nehmen und gut reguliert den Alltag bestreiten. Selbstfürsorge ist somit kein Nice-to-have. Sie schafft die Grundlage dafür, den Kita-Alltag zu bewältigen und aktiv mitzugestalten.

Damit diese Gedanken im Alltag lebendig werden, helfen kleine, gemeinsame Schritte im Team. Hier zwei Methoden, mit denen ihr herausfindet, was jede einzelne Fachkraft mitbringt:

Das Stärkenblatt

Geht im Team bewusst auf die Suche nach Stärken. Für jede Person entsteht ein eigenes Stärkenblatt – etwa als Mindmap. In der Mitte steht der eigene Name. Sammelt dann Begriffe, Fähigkeiten und Haltungen: Was kann ich gut? Was bringe ich ins Team ein? Wofür werde ich oft angesprochen?

Besonders wertvoll ist die Übung, wenn Kolleg:innen ihre Wahrnehmung einbringen. Andere sehen häufig Stärken an uns, die wir selbst als völlig

selbstverständlich abtun. So entsteht ein wertschätzender Blick aufeinander und ein klares Bild davon, wie vielfältig ein Team ist. Und ganz nebenbei wird sichtbar, warum manche Aufgaben immer wieder bei denselben landen.

Das Entlastungsglas

Mit dem Entlastungsglas machen wir Unterstützung greifbar. Jede Fachkraft überlegt sich zwei oder drei konkrete Unterstützungsangebote: kleine „Dienstleistungen“, die sie gut übernehmen kann und gern anbietet. Das kann ganz Unterschiedliches sein:

- eine Schreibaufgabe für eine Kollegin übernehmen
- kurz einspringen, wenn jemand eine Pause braucht
- Schlafbegleitung abdecken
- Materialien ordnen
- ein Gespräch übernehmen

Diese Angebote sammeln und in ein Glas stecken. Wenn jemand Entlastung

braucht, darf sie sich daraus Unterstützung „ziehen“. So ist Hilfe selbstverständlich und keine Schwäche. Niemand muss erklären, warum gerade alles zu viel ist. Beide Methoden machen sichtbar, was bereits da ist. Sie stärken jede einzelne Fachkraft und entlasten das Miteinander.

Glück beginnt im Kita-Alltag dort, wo Fachkräfte sich gegenseitig sehen und Rückhalt geben, wo sie nicht darauf warten, dass jemand anderes den Rahmen setzt, sondern sie ihn gemeinsam gestalten, und wo Fachkräfte anfangen, für sich einzustehen.

Autorin



Doro Benker

ist Erzieherin, freiberufliche Bildungsreferentin, Lerncoach und Fachautorin. Sie hat viele Jahre als Hortleiterin gearbeitet und dort umfangreiche Erfahrungen im Leitungsmanagement gesammelt.



Sommer- nachtsträume



Laue Sommerabende sind wie geschaffen zum Träumen. Nehmen wir so viel wie möglich mit, bevor der Herbst an die Tür klopft. Am allerbesten ist, wenn es so warm ist, dass die Glühwürmchen ihr Tanzbein schwingen.

Funkeln in der Nacht

Gestaltungsidee

Die Kinder schneiden Bäume und Büsche aus schwarzem Papier aus und malen ein Blatt Papier flächig schwarz und/oder schwarzblau an. Auf Tonpapierreste verschiedene Leuchtfarben aufmalen, das werden die Laternen. Kinder, die noch nicht so gut schneiden können, gestalten ihr Bild ohne Bäume. Sie malen eine Schnur (Strich) quer durchs Bild und hängen ihre Laternen daran auf.

Material:

Papier, Leuchtfarbe, schwarzes Tonpapier, Kleber, Pappreste, Tonpapierreste

So geht's:

Die Kinder kleben die schwarzen Bäume und Büsche auf ihre Nachtbilder auf.

Glühwürmchen: Für das Glühwürmchen falten sie Tonpapierreste zusammen, tauchen sie in grüne Leuchtfarbe und stempeln Glühwürmchen aufs Bild.

Laternen: Die Kinder schneiden Lampions aus den vorbereiteten Leuchtpapierstücken zu und „hängen“ diese dann nach Lust und Laune in ihre Bäume.

Tipp:

Leuchtfarbe mehrere Stunden Sonne tanken lassen, damit der Leuchteffekt im Dunklen auftritt.

Schwerpunkte:

Kreativität, Feinmotorik



Glühwürmchentanz

Spiellied

An lauen Sommerabenden werfen Glühwürmchen ihr Leuchtfeuer an und bezaubern die Menschen mit ihrem Tanz. Die Weibchen leuchten besonders hell und locken so die Männchen an.

Material:

pro Kind eine Taschenlampe,
grünes Transparentpapier,
Tesafilem

Vorbereitung:

Die Kinder kleben das grüne Transparentpapier auf die Leuchtfläche der Taschenlampe.

Glühwürmchentanz

Melodie überliefert
(Schneeflöckchen, Weißbröckchen)

*Glühwürmchen, Glühwürmchen,
warmer Wind weht von weit.
Du fängst an zu leuchten,
bist zum Tanzen bereit.*

*Glühwürmchen, Glühwürmchen,
in der Abendruh,
da leuchtest du tanzend,
und wir schauen zu.*

*Glühwürmchen, Glühwürmchen,
erleuchtest die Nacht,
und dein Lichtertanz
hat uns glücklich gemacht.*

So geht's:

Die Kinder bewegen sich im Sitzen oder sie laufen im Raum umher. Dazu bewegen sie ihre Taschenlampen in schwingenden Bewegungen.

Schwerpunkte:

Bewegung, Achtsamkeit, Entspannung

Knisternde Abendluft

Ein Reim zum Spüren und Lauschen



Sommerabend

*Ich liebe es, ja ganz genau,
ist die Abendluft ganz lau.
mit überkreuzten Armen reiben die Hände die Oberarme*

*Ich sitze draußen in dem Dunkel
und lausche auf das Nachtgemunkel.
Hände an die Ohren legen und lauschen*

*Grillen zirpen, Bienen summen,
Vögel tschirpen, Autos brummen.
Zirpen, summen, tschirpen und brummen*

*Die warme Luft umhüllt mich weich,
mit den Handflächen über den ganzen Körper streichen*

*das ist, als schwämme ich im Teich.
Schwimmbewegungen machen*

*Ich liebe es, ja ganz genau,
ist die Sommerluft ganz lau.
mit überkreuzten Armen reiben die Hände die Oberarme*

Schwerpunkte:

(Körper-)Wahrnehmung, Lautbildung,
Lauschen

Autorin



Ute Lantelme

ist Sprachwissenschaftlerin und Gründerin von AbenteuerKinderWelt. Sie gibt Fortbildungen für Erzieher:innen sowie Tageseltern und ist Autorin von Büchern mit dem Schwerpunkt U3. Regelmäßige Tipps und Informationen findest du auf:

[abenteuerkinderwelt](#)

[abenteuerkinderwelt.de](#)

[www.abenteuerkinderwelt.de](#)



Eine Idee geht noch
Auf unserer
Webseite findest
du noch ein Wahr-
nehmungsspiel.



Stress verstehen, Kinder stärken

 Ineke Eilers

Stress hat seine guten und seine schlechten Seiten. In geringer Dosis macht er uns stark fürs Leben, auf längere Sicht krank. Besonders die ersten Jahre sind entscheidend. Erfahre hier, wie sichere Beziehungen und bewusste Begleitung den Grundstein für Resilienz und eine gesunde Entwicklung legen – und welche Schlüsselrolle du dabei spielst.

Frühe sichere Bindungen und positive Beziehungen schützen Kinder ein Leben lang vor Stress, da das Stressreaktionssystem in den ersten Lebensmonaten und -jahren kalibriert wird. Der Körper speichert in dieser Zeit Erfahrungen von Sicherheit oder Bedrohung und greift darauf später zurück.

Menschen, die als Kind intensiv oder anhaltend belastet waren, zeigen auch als Erwachsene eine erhöhte Stresshormonausschüttung: Ihr Körper schaltet

schneller in den Alarmmodus, um sich zu schützen. Das Stressreaktionssystem früh hochzusteuern, kann langfristig die Gesundheit beeinträchtigen.

Kinder bringen somit ihre Erfahrungen von Sicherheit, Verlässlichkeit und Belastung mit in die Kita. Entsprechend unterschiedlich reagieren sie auf Trennungssituationen, Übergänge oder neue Anforderungen. Gleichzeitig sind Fachkräfte wichtige Puffer gegen intensive kindliche Stressreaktionen.

Bild: Getty Images/Halfpoint Images

Der Weg der Mitte

Stress ist nicht per se schädlich. Damit Kinder resilient werden, müssen sie Belastungen erleben, zum Beispiel körperliche Anstrengung, sie müssen (milde) Erkrankungen und herausfordernde Emotionen wie Frustration durchleben oder mit ungewohnten Situationen zurechtkommen.

Erst durch diese Auseinandersetzungen lernt das Körper-Geist-System, sich an wechselnde Anforderungen anzupassen. Resilienz entsteht, wenn Kinder Belastungen bewältigen und gestärkt aus ihnen hervorgehen.

Erwachsene Bezugspersonen spielen dabei eine entscheidende Rolle. Sie müssen einen individuellen Mittelweg finden zwischen „Da musst du allein durch“

und „Ich nehme dir alles ab“. Wir müssen Kindern Begegnungen mit Stressoren ermöglichen, dürfen sie aber nicht allein lassen. Im Kita-Alltag bedeutet dieser Weg der Mitte, Kindern Frustration im Spiel oder beim Aushandeln von Regeln zuzutrauen, allerdings emotional für sie verfügbar zu bleiben und sie zu unterstützen, wenn es nötig wird.

Stress ist nicht Stress

• Notwendiger Stress:

- kurze, moderate Stressreaktionen, die Kinder aus eigener Kraft oder mit Unterstützung einer verlässlichen Bezugsperson bewältigen
- Das hochgefahrte Körper-Geist-System fährt nach

Bewältigung wieder herunter und erholt sich.

• Tolerierbarer Stress:

- stärkere Stressreaktionen, die zwarentwicklungshemmend sein können, aber zeitlich begrenzt sind und die Kinder im Rahmen stabiler Bindungen erleben
- Das Körper-Geist-System braucht länger für die Regulation, dennoch erholt es sich langfristig.

• Toxischer Stress:

- intensive, wiederholte, anhaltende Stressreaktionen, ohne verlässliche begleitende Beziehungen, die Gefühle von Hilflosigkeit, Unkontrollierbarkeit und Ohnmacht auslösen

Eine Situation – zwei Szenarien

Bennet hatte einen anstrengenden Start in den Tag. Seine Bezugserzieherin ist krank, die Trennung von seiner Mutter fiel ihm schwer und er kämpft gegen Trauer und Ängstlichkeit. Nachdem er zu Beginn nicht ins Spielen gefunden hat, sitzt er nun in der Bauecke und legt mit Mia und Nurcan Bauklötze auf einen Turm. Während die beiden Freundinnen begeistert sind, wirkt Bennet angespannt und bemüht, den Turm stabil zu halten. Als er an der Reihe ist, legt er den Klotz obenauf – der Turm stürzt ein. Bennets Gesicht rötet sich, seine Atmung beschleunigt sich, er beginnt zu weinen und sucht mit dem Blick nach einer Fachkraft.

Szenario A

Fachkraft Micha nimmt Blickkontakt zu Bennet auf, er geht zum Bauteppich, setzt sich hin und sagt mit ruhiger Stimme: „Oh je, der Turm ist umgefallen. Du siehst traurig aus. Ich kann mir vorstellen, dass das gerade richtig schwer für dich ist.“ Bennet beginnt zu schluchzen und lässt seinen Gefühlen freien Lauf. „Das kann ich verstehen. Soll ich dich trösten?“ Bennet nickt, setzt sich auf Michas Schoß und beruhigt sich allmählich. „Wollen wir beide es noch einmal zusammen versuchen?“ Gemeinsam bauen sie weiter. Als der Turm erneut einstürzt, blickt Bennet zu Micha, der gelassen und aufmunternd nickt. Bennet versucht es noch einmal.

Szenario B

Im Raum ist es laut, die Fachkräfte sind beschäftigt. Bennets Weinen wird nicht gehört. Schließlich schreit er so laut, dass Fachkraft Birte ruft: „Bennet, mir fallen die Ohren ab! Sei leise!“ Bennet erstarrt, sein Blick wandert kurz suchend durch den Raum und dann auf den Boden. Er steht auf, wirft den restlichen Turm um, tritt Mia im Vorbeigehen. Er beginnt zu schreien und will wegrennen – aber Birte hält ihn fest: „Es reicht! So geht das nicht, du kannst nicht einfach andere Kinder treten. Ich bringe dich in die Garderobe, dort kannst du dich beruhigen.“ Bennet sitzt zwischen den Jacken, weint und klammert sich an seinen Rucksack.

Das Kind erlebt in beiden Situationen den gleichen Stress: Der herausfordernde Morgen sorgt für einen erhöhten Stresspegel, der Turm bringt das Fass zum Überlaufen. In Szenario A fühlt sich die Situation durch die emotionale Begleitung von Micha jedoch kontrollierbar an. Micha ko-reguliert mit seiner Präsenz und ermöglicht Bennet, zu erfahren: Ich kann unangenehme Gefühle aushalten. Ich bin wirksam und nicht allein. In Szenario B sieht und begleitet niemand Bennets Gefühle. Er bleibt allein, erlebt einen Kontrollverlust und fühlt sich sowohl seinen eigenen Gefühlen als auch der Situation ohnmächtig ausgeliefert. Sein Stressreaktionssystem bleibt aktiviert, Körper und Geist finden nicht in die Ruhe zurück.

- Das Körper-Geist-System verbleibt in (latenter) Alarmbereitschaft und kann nicht ausreichend regenerieren.
- langfristige negative Auswirkungen auf die physische, psychische und emotionale Gesundheit

Durch den Sturm

Zum Weiterlesen:

Ineke Eilers
Selbst- und
Co-Regulation
Klett Kita 2026
Preis: 24,95 Euro
www.klett-kita.de



Der Gesundheitswissenschaftler Aaron Antonovsky beantwortet mit der Salutogenese die Frage, wie Menschen trotz Risiken gesund bleiben oder werden. Dabei stehen Stressoren wie belastende Lebensereignisse oder Krankheitserreger persönlichen Widerstandsressourcen gegenüber.

Entscheidend ist nicht der Stressor selbst, sondern welchen Ressourcen er gegenübersteht. Nehmen Kinder Herausforderungen aufgrund ihrer individuellen Widerstandskräfte als kontrollierbar wahr und können diese erfolgreich bewältigen, stärkt das ihre Resilienz. Erleben sie Belastungen als überwältigend oder unkontrollierbar, macht Stress krank.

Im pädagogischen Alltag ist es kaum möglich – und nicht sinnvoll –, Stressoren pauschal zu vermeiden. Ein und dieselbe Situation kann für ein Kind eine bewältigbare Herausforderung sein, während sie bei einem anderen Gefühle von Hilflosigkeit und Ohnmacht auslöst. Stress ist daher immer subjektiv geprägt durch vergangene Erlebnisse, Beziehungserfahrungen und verfügbare Ressourcen.

Kämpfen oder fliehen

In den ersten Lebensjahren müssen Erwachsene Kinder dabei unterstützen, aus Zuständen hoher Erregung („Fight or Flight“) oder Erstarrung („Freeze“) wieder in eine innere Balance zu finden. Durch Ko-Regulation nimmt die Fachkraft Einfluss auf die Emotionen und das Erregungsniveau des Kindes.

»Kinder orientieren sich an Erwachsenen. Eine sanfte Stimme sowie langsame Bewegungen und eine entspannte Mimik wirken daher regulierend.

Bewusst geschieht Ko-Regulation, indem Fachkräfte feinfühlig und prompt auf den emotionalen Zustand des Kindes reagieren, etwa indem sie (Blick-/Körper-) Kontakt anbieten oder Gefühle benennen. Je nach Entwicklungsstand und Selbstregulationskompetenz können Vorschläge der Regulation hilfreich sein („Soll ich dich trösten?“) oder der Hinweis auf eigene Strategien („Was könnte dir jetzt helfen?“).

Achtung!

Bei starker emotionaler Erregung sind die Zentren für logisches Denken im Gehirn weniger aktiv, weshalb es Kindern in solchen Situationen häufig schwerer fällt zu verbalisieren, was sie brauchen.

Ebenso bedeutsam ist unbewusste Ko-Regulation: Kinder reagieren oft stärker auf das, was sie (unbewusst) wahrnehmen, als auf das gesprochene Wort. Sie orientieren sich stark am Körper und Verhalten der Erwachsenen: Eine gelassene Körperhaltung, langsame Bewegungen, eine sanfte Stimme und eine entspannte Mimik wirken regulierend. Ebenso übertragen sich Hektik, Anspannung oder Ungeduld unmittelbar auf das Kind.

Erst kommst du

In herausfordernden Situationen kann eigener Stress ungewollt kindliche Stressreaktionen verstärken. Deswegen gilt: Selbstregulation vor Ko-Regulation! Angesichts der hohen Arbeitsbelastung ist das eine Herausforderung, zugleich ist es für den Kinderschutz überaus bedeutend. Denn grenzüberschreitende oder verletzendes Verhaltensweisen geschehen, wenn Überforderung die eigene Selbstregulation einschränkt.

Von Bienen und Seufzern

Au unserer Webseite findet ihr drei Übungen, die ihr leicht in den pädagogischen Alltag integrieren könnt. Sie sind kurzweilig, benötigen keine Hilfsmittel und ihr könnt sie wiederholen, bis sich ein spürbarer Effekt einstellt. Sie wirken nicht nur auf euch selbst, sondern auch darauf, wie Kinder und Kolleg:innen euch wahrnehmen – über Atmung, Mimik und Stimme. Einfach ausdrucken und im Team-Raum aushängen.



Woran erkennst du Stress?

Der Körper und das Verhalten geben meist sehr klare Hinweise, ob Kinder belastet sind oder Stress haben. Welche das sind, erfährst du beim Zusatzmaterial.

Gesundheit ist ein Balanceakt



© Ineke Eilers

Reflektiert im Team:

- In welchen Situationen erleben wir Kinder – und uns selbst – als besonders gestresst?
- Was hilft jeder und jedem Einzelnen, sich zu regulieren?
- Wie können wir im Team gut und nachhaltig füreinander sorgen und uns bei Überforderung und Stress frühzeitig ansprechen?

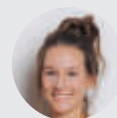
Gesellschaftliche Beschleunigung, Reizüberflutung und Leistungsdruck machen vor Kitas nicht Halt. Kinder und Familien kommen mit einer hohen Grundspannung in die Einrichtung. Daher sollten Kitas bewusste Gegenpole sein.

Eine stressreduzierende Pädagogik vermeidet Anforderungen nicht. Sie gestaltet Tempo, Übergänge und Erwartungen bewusst. Für bestimmte Phasen im Tagesablauf solltet ihr daher unbedingt Puffer einplanen und Prioritäten setzen. Bei hoher Belastung treten Angebote oder Projekte in den Hintergrund. Denn: gestresste Kinder lernen nicht. Und gestresste Erwachsene bieten ihnen nicht die Sicherheit, Präsenz und Regulation, die sie für eine gesunde Entwicklung brauchen.

Herausforderungen gehören zum Leben dazu. Entscheidend ist, wie Kinder sie erleben und wie wir sie begleiten. Eine Kita, die Beziehung vor Tempo stellt

und Regulation vor Optimierung, schafft einen entspannteren Alltag und legt eine überaus wichtige Grundlage für langfristige Gesundheit und Resilienz.

Autorin



Ineke Eilers

ist Kita-Fachberaterin, Fortbildnerin und Autorin. Eilers hat Gesundheitswissenschaften (B. A.) und Erziehungswissenschaften (M. A.) studiert, ist zudem neuromotorische Entwicklungsförderin und arbeitete in Praxis und Wissenschaft der frühen Bildung.



@ineke.ei



www.inekeeilers.de



Was Neues Janina Liebich unter der Sonne

Das Team unserer Autorin steht vor einem Rätsel: Die Jüngsten sind laut, rennen wild herum und wechseln in gefühlter Sekundenschnelle von einem Spielzeug zum nächsten. Warum ist das so? Erzieherin Janina Liebich lässt das Verhalten der Krippenkinder keine Ruhe, sie forscht nach. Hast du eine Idee, was hinter der Unruhe steckt? Kleiner Tipp: Die Lösung beginnt mit einem L.

Bauklötze fliegen durchs Zimmer, Kinder rennen umher – und das, obwohl ich nur einmal kurz weggeschaut habe. Es ist laut, wild und chaotisch. Und ich frage mich: Warum wird das Verhalten der Kinder immer herausfordernder?

Wieso wir manchmal nur einen Perspektivwechsel und anderes Spielmaterial brauchen, um Kindern reflektiert zu begegnen, die mit ihrem Verhalten auffallen – davon handelt dieser Erfahrungsbericht.

Es liegt etwas in der Luft

Als ich vom altersgemischten Bereich zurück in die Krippe wechselte, fiel mir das Verhalten vieler Kinder sofort auf. Sie wirkten unausgeglichen, waren ständig auf der Suche, fanden kaum ins Spiel und rannten häufig umher. Dieses Verhalten schlug mitunter schnell um in Quatsch machen, nicht mehr zuhören können, sich gegenseitig schubsen. Gleichzeitig stieg der Lärmpegel enorm.

Im regelmäßigen Austausch mit meinen Kolleg:innen wurde mir schnell klar, dass ich mit diesen Beobachtungen nicht allein war. Sie berichteten ebenso von Hilflosigkeit und von zahlreichen Versuchen, die Kinder zu beschäftigen. Stets mit dem Anspruch, ihnen achtsam und respektvoll zu begegnen.

Dabei ist es für uns pädagogische Fachkräfte gerade in solchen Situationen sehr schwierig, professionell und ruhig zu bleiben. Vor allem dann, wenn wir selbst unter Stress stehen. Zusätzliche Faktoren wie Personalengpässe oder laufende Eingewöhnungen erhöhen den Druck weiter. Immer wieder solche Situationen zu begleiten, ist mehr als kräftezehrend.

Funktioniert doch – oder?

Durch die Erfahrung mit meiner eigenen Tochter war mir jedoch schnell klar: Diesen Kindern ist langweilig. Sie benötigen keine festeren Regeln, keine anderen Tagesstrukturen und keine Konsequenzen. Diese Kinder brauchen anregende Materialien, um sich weiterentwickeln zu können.

Einmal bewährt – aber nicht mehr wirksam. Das traf auf viele unserer Räume zu. Team und Träger richten Räume einmal ein und dann bleiben sie lange Zeit unverändert. Nichts wird umgestellt, weil es „ja gut funktioniert“ und sich bewährt hat – bis es

das plötzlich nicht mehr tut. Oft bemerken wir diesen Punkt gar nicht oder erst sehr spät, denn es handelt sich um einen schleichenden Prozess. Dabei können neue Reize und frisches, anregendes Material ein starker Motor für Kreativität und vertieftes Spiel sein.

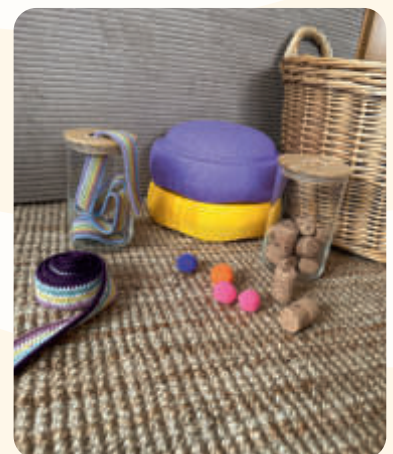
Hallo, wir kennen uns noch nicht

Ich begann daher bei uns, das Spielmaterial gezielt auszutauschen und herausfordernderes Material zur Verfügung zu stellen. Die Wirkung zeigte sich schnell: beschäftigte, zufriedene Kinder, hohe Engagiertheit und ein deutlich ruhigeres Raumklima.

In der Folge tauschte ich das Material regelmäßig aus – etwa alle zwei bis vier Wochen. So entstand eine konstant anregende Umgebung mit hohem Aufforderungscharakter. Zusätzlich bot ich alle paar Tage etwas ganz Neues an, das die Kinder noch nicht kannten. Diese Sache nahm ich nach kurzer Zeit wieder mit und bot sie erst mehrere Tage später erneut an. Dadurch blieb sie jedes Mal etwas Besonderes und fesselte die Kinder einmal mehr.

Außerdem gestaltete ich täglich eine vorbereitete Umgebung mit Spielinseln und Lerntabletts. Allein diese Veränderungen bewirkten bereits eine spürbare Verbesserung. Die meisten Kinder waren vertieft im Spiel und konnten Übergänge von einer Tätigkeit zur nächsten zunehmend selbstständig bewältigen. Das gesamte Klima in der Gruppe veränderte sich deutlich.

✓ Was ist das? Öftermal das Material auszutauschen, kann zu mehr Zufriedenheit bei Kindern führen.



Bilder: privat



Kim fordert mehr

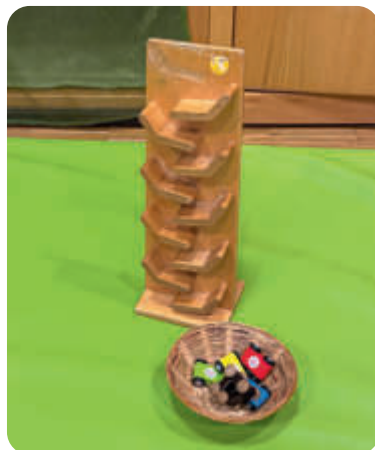
Ein Kind, ich werde es im Artikel Kim nennen, fiel mir jedoch weiterhin besonders auf. Es zeigte kurz Interesse an Materialien, war für einen Moment beschäftigt und begann anschließend, Dinge durchs Zimmer zu werfen oder andere Kinder zu ärgern, die gerade konzentriert spielten.

Wir probierten verschiedene Ansätze aus: eine Eins-zu-eins-Begleitung, sofern personell möglich, oder wir beschäftigten Kim in einem separaten Raum in ruhiger Atmosphäre mit einzelnen anderen Kindern. Leider mit wenig Erfolg.

Eines Tages beobachtete ich Kim beim Puzzeln – und plötzlich wurde mir klar, was dahintersteckte: Das Kind langweilte sich schlicht mit den Puzzles in der Krippe. Wir holten Puzzles aus dem Ü3-Bereich, die Kim mühelos und ohne Zögern löste.

Am nächsten Tag brachte ich ein Puzzle meiner Tochter mit – 100 Teile. Damit waren wir auf dem richtigen Weg: Zum ersten Mal beschäftigte sich Kim über längere Zeit hoch konzentriert mit einer Tätigkeit. Zu diesem Zeitpunkt war das Kind gerade zwei Jahre alt geworden.

✓ Jeden Tag wechselnde Lernumgebungen sind Arbeit, entspannen Kinder aber gleichzeitig.



Bilder: privat

Ich war tief berührt, weil ich das Gefühl hatte, endlich zu verstehen, was Kim uns die ganze Zeit mit seinem destruktiven Verhalten hatte sagen wollen.

Unter der Oberfläche

Diese Erfahrung zeigte mir einmal mehr, dass wir Kindern oftmals zu wenig zutrauen. Dass wir – auch ausgelöst durch das herausfordernde Verhalten – selbst unter Druck geraten und im Umgang härter werden, als wir es eigentlich möchten. Dabei ist es unsere pädagogische Aufgabe herauszufinden, was Kinder wirklich brauchen, und ihnen entsprechendes Material anzubieten. Weich und wohlwollend zu bleiben, selbst wenn es schwerfällt. Und beständig die Perspektive zu wechseln und zu fragen: „Was steckt eigentlich dahinter?“

Nicht selten ist solches Verhalten ein Hilfeschrei der Kinder. In diesem Fall lautete er ganz klar: „Hilfe, mir ist langweilig.“

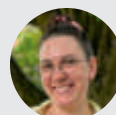
Kleiner Kniff, große Wirkung

Regelmäßig das Spielzeug zu rotieren, ist eine einfache Möglichkeit, mehr Ruhe und Ausgeglichenheit in eine Gruppe zu bringen. Das ist sicher nicht für jedes Problem die passende Lösung, aber definitiv einen Versuch wert. Nicht selten verbessert sich das Gruppengefüge dadurch bereits spürbar.

Wir alle wünschen uns einen pädagogischen Alltag, der sich etwas leichter anfühlt. Für die Kinder ebenso wie für uns Fachkräfte. Vielleicht gelingt das manchmal schon durch kleine Veränderungen, durch genaues Hinschauen und den Mut, Dinge neu zu denken. Denn wenn wir bereit sind, den Bedürfnissen der Kinder offen zu begegnen, können selbst kleine Kniffe Großes bewirken.



Autorin



Janina Liebich

ist staatlich anerkannte Erzieherin, Krippenfachkraft und zertifizierte Multiplikatorin des Münchener Eingewöhnungsmodells

- ✓ Kim ist gerade zwei Jahre alt.
Dennoch löst das Kind ein Puzzle
mit 100 Teilen.

Hallo Kim,

seit einiger Zeit fällt mir auf, dass du im Alltag oft schon genau weißt, was als Nächstes passiert, und dass dich manche Angebote fast langweilen. Deshalb wollte ich herausfinden, was dich wirklich fordert.

Wir suchten schwierigere Puzzle heraus. Du hast sie dir aufmerksam angesehen, dir ein paar Teile genommen und sofort begonnen, sie zu verbinden. Mit ruhigen Bewegungen und viel Überblick legtest du ein Teil nach dem anderen an die richtige Stelle.

Das schien dir keine große Mühe zu bereiten. Also brachte ich am nächsten Tag ein noch größeres Puzzle mit: 100 Teile! Ich war gespannt, wie du reagieren würdest. Wir setzten uns gemeinsam an den Bodentisch im Atelier. Ich breitete die Teile aus und sortierte dir ein paar vor. Stück für Stück entstand das Bild. Du bliebst die ganze Zeit über bei der Sache, ließest dich von kniffligen Stellen nicht entmutigen und fragtest gezielt nach Hilfe, wenn du sie brauchtest. Schon vor dem Legen schienst du genau zu wissen, wohin ein Teil gehört – wahrscheinlich hast du dich an den Farben und Formen orientiert.

Nach einer Weile hatten wir das Puzzle fast vollständig – in einem Stück! Du brauchtest nur wenig Unterstützung; ich reichte dir Teile und schaute staunend zu, wie du sie fast intuitiv zusammensetzttest.

Heute habe ich noch einmal sehr deutlich gesehen: Du blühst auf, wenn dich eine Aufgabe wirklich herausfordert. Mit Freude, Geduld und Ausdauer hast du mehr als 30 Minuten konzentriert gearbeitet. Ich freue mich schon jetzt auf unsere nächste große Herausforderung.

Deine Janina

Mein Brief an Kim

Eine Lerngeschichte



Schnell zur Hand
Die Lerngeschichte
stellen wir dir als
Vorlage auch auf
unserer Webseite
zur Verfügung.



Bild: Getty Images/Nanci Santos

Lust auf Frust

 **Petra* Görgen**

Niemand ist gern frustriert. Doch mit Enttäuschungen umzugehen kann man lernen. Frustrationstoleranz ist trainierbar wie ein Muskel – je mehr Training, desto stärker wird er. Warum das im Leben hilfreich ist und wie wir Kindern ein Vorbild sein können, liest du im Artikel.

Emily sitzt in der Bauecke und stapelt hoch motiviert Holzklötze aufeinander. Der Turm wird immer größer. Dann plötzlich verliert er an Stabilität. Krachend stürzt der Turm zusammen. Emily ist enttäuscht. Sie starrt auf den Haufen aus Bauklötzen.

Wie könnte die Szene weiter verlaufen? Manche Kinder werden wütend,

schreien, treten die Bauklötze mit den Füßen und lassen sich nicht mehr beruhigen. Doch Emily ist anders. Sie schiebt die Holzklötze zusammen und beginnt, einen neuen Turm zu bauen.

Dieses „Sich-nicht-entmutigen-Lassen“ und Rückschläge auszuhalten, sie vielleicht sogar als Ansporn zu sehen, nennt man Frustrationstoleranz. Wer

Frustration toleriert, kann mit Enttäuschungen umgehen, ohne sofort aufzugeben oder in emotionalen Stress zu verfallen. Dabei hilft diese innere Stärke nicht nur im Kleinkindalter, sondern bildet eine lebenslange Ressource.

Regulieren über studieren

Frustration entsteht, wenn Erwartungen oder Wünsche nicht erfüllt werden. Sie ist ein Gefühl von Ungerechtigkeit, Enttäuschung oder Misserfolg. Menschen mit hoher Frustrationstoleranz können solche Gefühle aushalten, regulieren und konstruktiv mit ihnen umgehen. Sie geben nicht sofort auf,

bleiben handlungsfähig und behalten Selbstwirksamkeit, auch wenn der Weg schwierig ist. Psychologisch gesehen ist Frustrationstoleranz eng mit Selbstregulation, Emotionssteuerung und Anpassungsfähigkeit verbunden. Impulskontrolle, Affektregulation und eben Frustrationstoleranz gehören zu den exekutiven Funktionen, die sich im kindlichen Gehirn über Erfahrungen und positive Beziehung gestalten. Voraussetzung dafür sind sichere Bindungen, verlässliche Bezugspersonen und die Möglichkeit, Gefühle auszuleben, ohne überfordert zu sein.

Jede kleine oder größere Enttäuschung im Alltag ist wie ein Trainingsreiz. Lernt ein Kind, damit umzugehen, stärkt es seine emotionale Stabilität, seine Ausdauer und später die Fähigkeit, mit Herausforderungen umzugehen. Ob in Schule, Freundschaften, Beruf oder Partnerschaft – Kinder, die erfahren, dass nicht immer alles sofort klappt, aber sie durch eigenes Handeln und Durchhalten etwas verändern können, entwickeln eine realistische Selbstwahrnehmung. Diese Entwicklung ist kein automatischer Reifungsprozess. Sie braucht Umgebung, Rahmen, Zeit und Begleitung. Fangen wir Rückschläge direkt ab, indem wir eingreifen, verpasst das Kind die Gelegenheit, Frustration auszuhalten und eigene Strategien zu entwickeln. Der „Lernmuskel“ Frustrationstoleranz bleibt untrainiert.

Optimal frustrierend

Kinder brauchen sichere Beziehungen und emotionale Unterstützung durch verlässliche Bezugspersonen, die ihre Gefühle wahrnehmen, benennen und begleiten. Dabei spielt Ko-Regulation eine wichtige Rolle. Wir Erwachsenen hören dem Kind aufmerksam zu und verstehen sein Verhalten, bis es sich

selbst regulieren kann. Studien zeigen, dass Kinder mit guten selbstregulativen Fähigkeiten deutlich bessere Bewältigungsstrategien zeigen als solche mit schwächerer Selbstregulation. So kann Ko-Regulation gelingen:

- **Situationen mit moderatem**

Anspruch: Herausforderungen sollten alters- und entwicklungsangemessen sein. Ein Puzzle, das ein Kind gerade so lösen kann, ohne sich zu überfordern, bietet ideale Lernbedingungen. Solche „optimal frustrierenden“ Situationen lassen Kinder über sich hinauswachsen.

- **Fehlerfreundliche Umgebung und**

Reflexion: Fehler und Misserfolge gehören zum Lernen dazu. Wenn Fachkräfte und Eltern sie als Lernchance begreifen, ermöglichen sie dem Kind echte Entwicklung. Wichtig ist ein Umfeld, das Misserfolge unterstützend begleitet und nicht mit sofortiger Lösung reagiert.

- **Zeit und Wiederholung, Raum zum**

Nachdenken: Frustrationstoleranz wächst nicht über Nacht. Kinder brauchen wiederholt Situationen, in denen sie aushalten, überlegen, neu starten. Routinen und Raum zum Ausprobieren helfen.

Lernen durch Vorbild

Tobi versucht, seinen Reißverschluss zu schließen, scheitert, wird wütend. Statt sofort einzugreifen, begleitet ihn die Fachkraft. Sie hört aktiv zu, zeigt Verständnis dafür, dass diese Aufgabe schwierig ist. Sie bietet Unterstützung an, aber lässt Tobi trotzdem selbst probieren. Beim zweiten Mal klappt es schon viel besser. Auf diese Weise lernt er: Ich kann es schaffen, auch wenn es schwierig ist.

Paula und Moritz streiten um ein Spielzeug. Beide wollen es unbedingt haben. Die Fachkraft greift nicht sofort

ein, sondern begleitet die beiden dabei, gemeinsam eine Lösung zu finden. Sie entscheiden zusammen, sie sprechen sich ab und lernen dadurch Kompromissfähigkeit und Frustrationstoleranz.

Auch wir Erwachsenen kennen das: Man zerreißt gedankenlos eine Vorlage, die man vorbereitet hat. Zorn steigt hoch. Stopp! Erst mal tief durchatmen. „Es ist jetzt auch nicht mehr zu ändern. Da hilft auch meine Wut nicht.“ Dann bewahrt man die Ruhe, startet neu. Wir Erwachsenen zeigen Kindern damit, dass Fehler und Rückschläge zum Alltag gehören und dass ein Neuanfang möglich ist.

Wir leben in Zeiten ständiger Beschleunigung, hoher Anforderungen und permanenter Ablenkung. Wer frustresistent ist, hält durch in der Schule, im Studium, im Job, im Alltag. Man bleibt handlungsfähig, statt aus Angst vor Misserfolg aufzugeben. Frustrationstoleranz wird zu einer Ressource für psychische Stabilität, Lebensqualität und echte Selbstwirksamkeit. Nicht nur für Kinder, sondern für uns alle.

Literatur

Kaiser, Silke (2024): **Resilienz. Kindliche Ressourcen stärken.** Kindergarten heute – Wissen kompakt. Freiburg: Herder.

Autor:in



Petra* Görgen

ist Autor:in des Buchs „Sorgenkind Kita“, Mutter von erwachsenen Drillingen

und seit mehr als 25 Jahren Erzieher:in.

Petra* Görgen ist Musiker:in, Grafiker:in, Werbetexter:in und Buchautor:in und setzt sich für die Themen „Gewaltfreie Kindheit“ und „Genderneutrale Pädagogik“ ein.

Rabenmütter unterwegs nach Bullerbü

 Riekje Lea Dreier

Die deutschen Kitas stecken in der Krise. Das Personal ist ausgelaugt, es fehlt mancherorts an Betreuungsplätzen und Personal, woanders schon an Kindern. Kriegen wir das nicht besser hin? Ein Blick nach Schweden gibt Hoffnung und zeigt Lösungsansätze.

Wie viele Dinge kann ein Mensch gleichzeitig bewältigen? Als Elternteil in Deutschland hoffentlich einige, denn betrachtet man die Anforderungen, wird schnell deutlich: Im Grunde sind sie für ein bis zwei Personen nicht zu erfüllen. Hier die unvollständige To-do-Liste eines Wochentags:

- entspannt mit den Kindern in den Tag starten, ein gesundes Frühstück zubereiten, reichhaltige Brotdosen füllen
- die Kinder in die Kita bringen und genug Zeit für ein entspanntes Tür-und-Angel-Gespräch einrichten
- acht Stunden lang (beide Elternteile) motiviert und konzentriert arbeiten
- die Kinder mittags aus der Kita abholen, da diese durch Personalmangel den Spätdienst nicht leisten kann
- ein gesundes Mittagessen zubereiten
- Quality time mit den Kindern verbringen
- den Haushalt erledigen
- ein gesundes Abendessen zubereiten
- die Kinder mit liebevoller Ruhe zu Bett bringen
- für die eigene Work-Life-Balance sorgen: Sport machen, mit den Freund:innen telefonieren, musizieren ...
- acht Stunden lang schlafen, um am nächsten Tag ausgeruht wieder starten zu können
- mögliche Extras: Arzttermine, Elternabende, Kinderturnen, Logopädie, Paarzeit, Beziehungen zu Freunden und Familie pflegen ...

Ein kurzer Blick auf die Liste zeigt schnell, dass dieses Pensum für niemanden zu schaffen ist. Der Tag hat hierfür schlicht zu wenig Stunden. An welchen Schrauben können wir also drehen?

- **Möglichkeit 1:**
Ein Elternteil arbeitet in Teilzeit
Diese Möglichkeit ist in Deutschland hoch frequentiert und erscheint logisch. Doch was sind die Konsequenzen? Eine Teilzeitstelle bedeutet weniger Einkommen und eine geringere Rente. Außerdem ist das Arbeiten in Teilzeit für Karriereambitionen eher hinderlich. Die Eltern könnten sich hierbei theoretisch abwechseln. Laut den Soziologinnen Michaela Kreyenfeld und





Bild: Getty Images/Colton Stiffler

Tabea Naujoks treten in der Praxis jedoch die Mütter kürzer und übernehmen die Kinderbetreuung. Hiermit füttern wir die Gender-Gap und arbeiten in der Folge gegen Gleichberechtigung.

- **Möglichkeit 2:**
Die Betreuungszeiten sind ausreichend und verlässlich

Zusätzlich müsste die Betreuung qualitativ hochwertig sein, das Fachpersonal gut ausgebildet und der Betreuungsschlüssel niedrig. Diese Bedingungen sind in Deutschland noch immer nicht durchgehend erfüllt. Doch wie weit sind wir auf diesem Weg? Ein Vergleich mit Schweden zeigt, dass eine verlässliche und ausreichende Betreuung möglich ist.

Wo kommen wir her, wo geht es hin?

In ihrem Aufsatz zur „Familienpolitik“ beschreibt Politikwissenschaftlerin Sigrid Leitner die Entwicklung der Kinderbetreuung in Deutschland. Ein Rechtsanspruch auf einen Betreuungsplatz für Kinder zwischen drei und sechs Jahren besteht demnach seit 1996. Dieser beinhaltete meist aber nur eine halbtägige Betreuung. Der Ausbau an Betreuungsplätzen für Kinder unter drei Jahren wurde erst zu Beginn des neuen Jahrtausends vorangetrieben und durch das Tagesbetreuungsbaugesetz 2004 festgeschrieben. Diesem folgte das Kinderförderungsgesetz. Es sah bis 2013 eine Unterbringung von 35 Prozent der Kinder im Krippenalt

vor und legte einen Rechtsanspruch auf einen Betreuungsplatz für Kinder ab einem Jahr fest, der im August 2013 in Kraft treten sollte. Im Jahr 2015 betrug die Betreuungsquote im Krippenbereich in den alten Bundesländern noch immer nur 28 Prozent, während die Eltern einen Bedarf von 42 Prozent angaben. Die drei- bis fünfjährigen Kinder befanden sich zwar zu 95 Prozent in Betreuung, doch nur die Hälfte von ihnen ganztägig. Insgesamt ist ein kontinuierlicher Ausbau von Kinderbetreuung zu verzeichnen.

Weiterlesen 



Was hat sich seitdem geändert?

Ein Beitrag des statistischen Bundesamts erfasste eine deutschlandweite Betreuungsquote der drei bis sechs Jährigen von 90,9 Prozent, wobei sich aber nur 47 Prozent in einer ganztägigen Betreuung befinden. Die Quote der Unterdreijährigen in Betreuung liegt bei 36,4 Prozent. Davon werden 19,7 Prozent ganztags betreut. Dabei müssen wir berücksichtigen, dass es in Deutschland, vor allem zwischen den alten und neuen Bundesländern, große regionale Unterschiede gibt. So war die Quote der Ganztagsbetreuung bei den Unterdreijährigen im Osten 2023 knapp dreimal so hoch wie im Westen.

Der DIJ-Betreuungsreport aus dem Jahr 2024 spiegelt unter anderem wider, dass mittlerweile vor allem die Passgenauigkeit des Betreuungsangebotes für Familien eine große Rolle spielt. Weichen die Betreuungszeiten von den Arbeitszeiten der Eltern ab, oder treten häufig ungeplante Schließtage auf, bedeutet das Stress für Kinder und Eltern. Die Eltern geraten unter Druck und organisieren alternative Betreuungen, während die Kinder deren Anstrengung wahrnehmen und sich gleichzeitig an viele unterschiedliche Betreuungssituationen anpassen müssen.

Alles anders im Land von Pippi und Lotta

Auf der Suche nach einem Vorbild richtet sich der Blick nach Skandinavien. Wie hat sich in Schweden der Ausbau der Kinderbetreuung entwickelt? Die Soziologin Ingela K. Naumann hat die Entwicklung der schwedischen Kinderbetreuung betrachtet. Demnach stand in Schweden das Ermöglichen von

Müttererwerbstätigkeit durch frühkindliche Betreuung wesentlich früher im Fokus gesellschaftlicher Forderungen. In den 1970er- und 1980er-Jahren fand hier ein massiver Ausbau der frühkindlichen Betreuung statt, sodass sich im Jahr 1990 rund 52 Prozent der ein- bis sechsjährigen Kinder in Betreuung befanden. Seit 1999 hat jedes schwedische Kind ab einem Jahr einen Anspruch auf einen Betreuungsplatz. Statistische Angaben von Eurostat aus dem Jahr 2024 verorten die Betreuungsquote von Unterdreijährigen in Schweden bei 57,7 Prozent. Die Gründe für die unterschiedlichen Entwicklungen der Betreuung in den europäischen Ländern seien jedoch nicht immer finanzieller Natur, sondern Marker für einen mehr oder weniger fortgeschrittenen Stand der Gleichberechtigung.

Sind wir denn nun alle „Rabenmütter“?

Der Begriff „Rabenmutter“ findet in keiner anderen Sprache eine Entsprechung. Was sagt das über unser gesellschaftliches Verständnis zu Mütterlichkeit aus? Ganz eindeutig ist die Konnotation des Wortes negativ und die Form weiblich. Es ist ursprünglich nicht von „Rabeneltern“ die Rede, sondern es ist explizit die „Mutter“ gemeint. Unser Blick ruht also wertend und wachsam auf den mütterlichen Qualitäten. Zeit sich umzuorientieren: Eltern haben Kinder, Eltern sind berufstätig, eine Lösung für Kinder und Eltern ist gefragt. Der kritische Blick bei der Frage der Kinderbetreuung, vor allem der Betreuung der Unterdreijährigen, darf seinen Fokus von der berufstätigen Mutter auf berufstätige Eltern und das Betreuungssystem richten, auf das diese angewiesen sind. Diskutieren wir also, ob eine Betreuung

von Unter- dreijährigen die Kinder fördert oder ihnen gar schadet, geht das uns alle etwas an, nicht nur die „Rabenmütter“.

Ein Artikel in der „DJI Impulse“ der Autorinnen Susanne Kuger und Frauke Peter betrachtet die Wirkung der Kinderbetreuung und deren kompensatorische Funktion. Dabei geht es nicht „nur“ darum, ob es Kindern in der Betreuung gut geht, sondern auch darum, inwiefern die Betreuung sogar förderlich sein und unterschiedliche Startbedingungen ausgleichen kann. Dem Artikel nach wirkt sich die Betreuung insgesamt positiv aus, findet sie über einen Zeitraum von mindestens drei Jahren statt. Die tägliche

✓ Väter gehen ganz selbstverständlich arbeiten. Niemand stellt das infrage. Warum sollte das bei Müttern anders sein? Man kann sein Kind lieben und trotzdem beruflich vorankommen wollen.

Betreuungszeit spielt dabei keine Rolle. Sehr wohl aber die Qualität der frühkindlichen Förderung innerhalb der Kita. Dabei profitieren meist Kinder aus sozial starken Familien von der Selektion eines Kitaplatzes mit einer qualitativ hochwertigen Betreuung.

Auf dem Weg in die richtige Richtung

Schweden macht es uns vor: Sozialinvestitionen in die frühkindliche Betreuung lohnen sich. Dabei ist es zunächst wichtig, dass eine ausreichende und zuverlässige Betreuung für Kinder ab einem Jahr zur Verfügung

steht. Außerdem sollte die Qualität dieser Betreuung durch eine gute Ausbildung des pädagogischen Personals und großzügige Betreuungsschlüssel gewährleistet sein. Auf diese Weise können Familien den Lebensunterhalt sichern und Kinder erhalten die Chance auf eine bestmögliche Entwicklung. Sie profitieren von entspannten Eltern, qualitativer Betreuung und einer gefüllten Haushaltskasse. Die Richtung stimmt, nun darf es weitergehen!



Die Literaturliste findest du beim Zusatzmaterial.

Autorin



Riekje Lea Dreier

ist Erzieherin und freiberufliche Autorin. Nach einigen Jahren als Gruppenleitung in der Krippe und einer selbstständig geführten Kindertagespflegestelle, studiert sie derzeit an der Universität Bremen Germanistik sowie Soziologie.

 riekjedreier

Bild: Getty Images/Georgijevic





Alle Leut' fliegen jetzt aus

Feste Schließzeiten in der Kita – praktisch oder unnötig?
Wir haben zwei Leitungen gefragt und unterschiedliche Meinungen gehört.

PRO: Eine Pause für alle

„Warum muss ich in der Hauptsaison Urlaub nehmen? Außerhalb der Ferien könnte ich viel Geld sparen. Ich habe keine Familie.“ Diesen Satz höre ich immer wieder von kinderlosen Kolleg:innen. Ich kann diesen Gedanken gut nachvollziehen. Auch ich würde gerne günstiger verreisen, und auch ich bin inzwischen nicht mehr auf Schulferien angewiesen, da meine Kinder erwachsen sind. Trotzdem bin ich als Leitung einer Kindertageseinrichtung klar für gemeinsame Schließzeiten – insbesondere im Sommer.

Eine dreiwöchige Schließzeit bringt aus meiner Sicht viele Vorteile mit sich. In dieser Zeit können unsere Reinigungskräfte gründlich arbeiten. Böden werden aufbereitet und versiegelt, Räume intensiv gereinigt. Handwerker:innen können notwendige Reparaturen oder Umbauten vornehmen, ohne dass die Arbeiten den laufenden Betrieb stören oder die Sicherheit der Kinder beeinträchtigen.

Ein weiterer wichtiger Punkt ist die Personalplanung. Wenn alle Mitarbeiter:innen der Kita gleichzeitig Urlaub nehmen, müssen wir keinen Ersatz für Hauswirtschaft oder Reinigung organisieren. Das spart nicht nur Kosten, sondern reduziert gleichzeitig den organisatorischen Aufwand erheblich.

Bei uns gibt es 15 Urlaubstage im Sommer und fünf Tage zwischen den Jahren. Bleiben zehn Tage für individuelle Urlaubswünsche. Würden alle 30 Tage Urlaub über das Jahr verteilt nehmen, wären wir zusätzlich zum ohnehin bestehenden Fachkräftemangel dauerhaft unterbesetzt.

Für mich persönlich ist außerdem entscheidend: Wenn alle frei haben, kann auch ich wirklich frei haben. Nehme ich mir

außerhalb der Schließzeiten Urlaub, sind meine Gedanken immer wieder bei meinem Team. Nicht, weil ich den anderen nicht zutraue, den Alltag zu bewältigen, sondern weil ich weiß, wie anspruchsvoll der Kita-Alltag ist, und dass meine Unterstützung fehlt. Ich bin mir sicher, dass es vielen Kolleg:innen ähnlich geht.

Gemeinsame Schließzeiten bedeuten, dass wir alle gezwungen sind, eine echte Pause einzulegen. Wir lassen die Kita bewusst hinter uns – Erwachsene wie Kinder, die die Pause genauso brauchen. Sie verbringen oft mehr Zeit in der Kita als Erwachsene an ihrem Arbeitsplatz. Hier ist es laut, strukturiert und fordernd. Familienzeit und Abstand von der Kita sind daher wichtig. Nach den Ferien kommen wir gemeinsam zurück. Erholt, motiviert, mit neuer Energie.

Ich spüre jedes Mal die Freude über das Wiedersehen. Wir wünschen uns alle, diese positive Stimmung möglichst lange mitzunehmen und nicht sofort wieder im gewohnten Stress zu landen. Für mich sind Schließzeiten daher eine Chance: für Erholung und für Qualität in der pädagogischen Arbeit.



Autorin



Sonja Rhein

ist Erzieherin und Kindheitspädagogin (B.A.), studierte Frühpädagogik sowie soziales Management und leitet seit 2019 einen evangelischen Kindergarten.

KONTRA: Freiheit, so lange wie möglich

Als ich mit einer Kollegin unsere beiden Einrichtungen gründete, kam eine längere Schließzeit für uns nicht infrage. Ich möchte, dass die Familien und das Team ihren Urlaub flexibel planen können. Dafür sind alle dankbar und es nimmt etwas Stress raus. Gerade für die Eltern ist es ein Vorteil, wenn sie sich für unsere Einrichtung entscheiden. Denn sobald die Kinder in die Schule kommen, sind sie in ihrer Urlaubsplanung an die Ferien gebunden.

Unser Kitajahr geht deshalb – anders als in Einrichtungen mit Sommerferien – von Januar bis Dezember. Anfang des Jahres bekommen die Eltern eine Übersicht mit allen Schließzeiten für das Kalenderjahr. Denn auch wir haben Konzeptionstage, einen Betriebsausflug und zwischen Weihnachten und Silvester geschlossen. So wissen alle frühzeitig Bescheid und können ihren Urlaub oder Kinderbetreuung in Ruhe planen.

Als Leitung nehme ich den zusätzlichen Aufwand, den Arbeitsplan zu gestalten, gerne in Kauf. Da wir eine sehr kleine Einrichtung mit lediglich zwei Gruppen sind, ist es machbar, den Betreuungsschlüssel immer einzuhalten. Die Erzieherinnen sprechen sich meist untereinander ab und teilen mir dann ihren Plan mit. Es gilt die Regel: Es können nicht zwei Personen gleichzeitig länger Urlaub machen. Einzelne Tage können wir auch mal so abdecken. Das hat in den fast 30 Jahren, die es unseren Kindergarten gibt, immer gut funktioniert.

Ein wichtiges Argument gegen eine Schließzeit im Sommer ist außerdem unser Standort. Bei uns arbeiten viele Familien in der Landwirtschaft, im Blumen- und Gemüseanbau. Zwischen Mai und August ist ihre arbeitsintensivste Zeit. Diese Familien sind besonders froh, dass ihre Kinder gut betreut sind, wenn sie viel zu tun haben. In den Urlaub fahren sie dann oft im Januar, so starten wir alle ruhig und entspannt ins neue Jahr.

Dadurch, dass wir keinen klaren Schnitt im Sommer haben, verteilen sich die Eingewöhnungen auf das ganze Jahr. Wenn alles gut läuft, haben wir eine pro Monat. So ist zwar immer mindestens ein neues Kind da, aber mein Team hat genügend Zeit und Kapazitäten, auf die Familie und vor allem das Kind einzugehen und ihm einen guten Start zu ermöglichen.

Zudem sorgt die flexible Eingewöhnung für verteilte Kündigungen. In Kitas mit fester Schließzeit kündigen logischerweise alle Eltern zu einem Zeitpunkt. Dadurch entstehen Finanzengpässe, die einige Kitas mit einem Kündigungsverbot auszugleichen versuchen. Diese Geldsorge haben wir nicht. Die Schulkinder gehen trotzdem im Sommer und Familien mit älteren Geschwistern machen in den Sommer-

ferien Urlaub. So entsteht eine ruhigere Phase, in der wir etwas weniger Kinder haben. Das gibt uns Raum und Zeit, von unserem gewohnten Tagesablauf abzuweichen. Hier machen wir vermehrt Ausflüge oder Angebote, die etwas aufwendiger sind. So haben die Kinder, die zu der Zeit betreut werden, genauso ein Feriengefühl. Und natürlich hat jedes Kind ein Recht auf Urlaub. Ob die Kinder schon ausreichend kitafreie Zeit hatten, prüfen wir durch unsere Anwesenheitslisten und sprechen gegebenenfalls die Eltern an. Uns ist außerdem bewusst: Eine längere Zeit ohne Kita tut nicht allen Kindern gut. Bei der Planung von Schließzeiten muss man auch den Kinderschutz mitdenken. Glücklicherweise ist das bei uns kein großes Thema und die flexiblen Urlaubszeiten ermöglichen uns und den Familien einfach günstigeren Urlaub und freiere Planung. Für uns funktioniert der Kindergarten ohne feste Schließzeiten für alle mehr als gut.



Bild: Getty Images/SerrNovik

Autorin



Birgit Aschekowski

leitet mit einer Kollegin zwei Kitas in Hamburg. Seit ihre eigenen Kinder erwachsen sind, genießt sie es, sich den Urlaub frei einteilen zu können.



Weiche Landung

 Lisa Martin

Endlich Urlaub. Wochenlang klingelt kein Wecker, die Bade-sachen sind im Dauereinsatz, laue Nächte mit Freund:innen nehmen kein Ende ... Und mitten in diese unbeschwerte Zeit schrillt dann eben doch irgendwann aufs Neue der morgendliche Alarm. Schluss mit lustig, die Arbeit ruft. Von Null auf Hundert in einer Sekunde sozusagen. Was für ein unschöner Übergang!

Dabei müssten gerade Fachkräfte eigentlich am besten darüber Bescheid wissen, dass Übergänge sanft vonstattengehen müssen. Wir haben Tipps und Tricks gesammelt, wie die getankte Urlaubsenergie nicht gleich am ersten Tag flöten geht.

Bitte nicht am Wochenende vor dem ersten Arbeitstag schon intensiv die Mails checken. Dein Urlaub gehört vom ersten bis zum letzten Tag dir. Trotzdem hilft es manchmal, zumindest den Kalender der nächsten Woche nach Highlights zu scannen. Vielleicht hat man am Mittwoch zur selben Zeit Mittagspause wie die Lieblingskollegin oder am Donnerstag ist ein entspannter Waldspaziergang mit den Kindern drin.

Der letzte Urlaubstag ist für die Heimreise aus dem Urlaub reserviert?

Kann man machen, aber stundenlang im Stau zu stehen oder um acht Uhr abends am Flughafen zu landen, hört sich nach ziemlich viel Stress an. Besser ist das Gegenteil: An den letzten Urlaubstagen bewusst auf Termine zu verzichten oder sich nur spontan nach Lust und Laune zu verabreden, nimmt Druck.

Kinder bringen oft Kuscheltiere in die Kita mit, um den Übergang gut bewältigen zu können. Was den Jüngsten hilft, kann für uns nicht falsch sein. Kauf dir im Urlaub ein schönes Kleidungsstück oder Accessoire und trag es die ersten Tage auf der Arbeit. Ein kurzer Blick in den Spiegel zwischendurch und im Nu bist du abermals zurück in diesem idyllischen Städtchen in Bella Italia.

Seit zwei Wochen bist du erst um neun Uhr aufgestanden und plötzlich geht es wie gehabt um sechs Uhr aus den Federn. Diese Umstellung ist ganz schön heftig. Damit du dich langsam deinem Alltagsrhythmus anpasst, kannst du bereits in den letzten Urlaubstagen immer etwas früher aufstehen.

In den letzten Urlaubstagen beginnt sich das Gedankenkarussell zu drehen? Kennen wir! Es ist ganz normal, dass To-dos für die kommende Kita-Woche aufploppen. Wegschieben kann man sie nur schwer, warum sich also nicht gleich davon befreien? Nimm dir ein paar Minuten Zeit und schreibe eine To-do-Liste. Auf diese Weise hast du einen Überblick, bist mental besser vorbereitet und kannst die verbleibenden Tage genießen.

Urlaub zu Hause: Ans Meer kannst du dich schlecht zurückzaubern. Wenn dich allerdings schon in der ersten Kita-Woche der Stress übermannt, dann plane abends am besten einen Mini-Urlaub bei dir in der Nähe. Ohne Übernachtung. Ohne Tamtam. Bestimmt gibt es im Umkreis tolle Fleckchen, die du erkunden oder an denen du zumindest kurz in die schönste Zeit des Jahres noch einmal abtauchen kannst.

Alles endet mit einem großen Finale – auch der Urlaub. Plane für den perfekten Abschluss ein tolles Event. Essen gehen, Thermalbad oder ein Kinoabend. Es muss nichts Großes sein. Aber anstatt am letzten Urlaubstag nur an die nahende Arbeitswoche zu denken, kannst du dich auf ein kleines Schmankerl freuen.

Rezensionen



Ständig Overload

„Alles soll so sein wie immer!“: Momo ist ein autistisches Kind. Deswegen fordern die meisten Situationen, die für andere Menschen total gewöhnlich sind, Momo heraus. Urlaub, ein fremder Geruch an Mamas Jacke, eine Baustelle auf dem Kita-Weg – **Momo ist das alles viel zu viel**. Die Autorinnen Anna Mendel und Jasmin Sturm, selbst Mütter von autistischen Kindern, nehmen junge und ältere Leser:innen umsichtig an die Hand und zeigen ihnen die Welt von betroffenen Kindern. Alltägliche Begebenheiten werden durch ihre Brille nachvollziehbar und öffnen unseren Blick, um autistische Kinder mit mehr Verständnis zu begleiten.

 **Lisa Martin**

**Anna Mendel,
Jasmin Sturm**

Momo ist das alles viel zu viel

Monika Fuchs Verlag 2026

22 Seiten

Preis: 15,00 Euro

www.verlag-monikafuchs.de



Einfach unauffindbar ...

Der Elefant möchte mit dem Jungen Verstecken spielen. Natürlich ist der große Freund auf jeder Seite sofort zu sehen – trotz aller Tarnversuche. Das finden sicher auch die Leser:innen lustig. Doch wer spielt hier eigentlich mit wem? Der Junge scheint die Erwachsenenrolle zu übernehmen und tut so, als sähe er den Elefanten nicht, ganz wie Große oft bei Kindern. Immer wieder fragt er: „**Elefant, wo bist du?**“ Am Ende sorgt die selbstbewusste Schildkröte für einen heiteren Abschluss: Sie will Fangen spielen und ist darin, natürlich, ziemlich gut! Ein humorvolles Bilderbuch über das gemeinsame Spiel und die ganz große Freude am Verstecken.

 **Petra* Görgen**

David Barrow

Elefant, wo bist du?

Anette Betz Verlag 2022

40 Seiten

Preis: 14,95 Euro

www.ueberreuter.de



Worte, die Brücken bauen

Flux, der freundliche Drache, trifft auf den miesepetrigten Herrn Schröder. Doch Flux bleibt ruhig und freundlich. Sanft nähert er sich an, während er sich neben der Bank auf dem Boden niederlässt, um sein Picknick auszupacken. Wolle, Herr Schröders Hund, ist neugierig. Über ihn kommen die beiden ins Gespräch. Schon kurz danach stellen sie eine Gemeinsamkeit fest: Sie möchten davonfliegen und die Welt erkunden. Aber Flux ist ein Drache ohne Flügel und Herr Schröder hat logischerweise auch keine. Wie **Da ist besetzt!** auf wundersame Weise endet, verraten wir nicht ... Ein weiteres Meisterinnenwerk der Schriftstellerin Antje Damm.

 **Petra* Görgen**

Antje Damm

Da ist besetzt!

dtv 2026

32 Seiten

Preis: 15,00 Euro

www.dtv.de



Spaghetti in Tränensoße

Alle müssen weinen, ab und zu. Mal weniger, mal richtig viel! Aber könnte man Tränen vielleicht sogar sinnvoll nutzen? Man kann Blumen damit gießen, im Winter darauf Schlittschuh laufen, Spaghetti darin kochen und sie für Geschenke aus Salzteig verwenden. Alle weinen, sogar Ameisen, Superheld:innen und Polizist:innen. **Wenn du weinst wie ein Wasserfall** ist nicht nur außergewöhnlich illustriert, die Szenen sind auch absurd und brüllend komisch. Dieses Bilderbuch wird definitiv ein Lieblingsbuch. Die Italienerin Noemi Vola hat noch andere äußerst humorvolle Kinderbücher illustriert – da solltet ihr unbedingt mal reinschauen!

 **Petra* Görgen**

Noemi Vola 

Wenn du weinst wie ein Wasserfall

Leykam 2025

44 Seiten

Preis: 18,50 Euro

www.leykamverlag.at



Nichts ist selbstverständlich

Das Kind mit roter Pudelmütze freut sich über die großen und kleinen Dinge, die seine Welt verzaubern. Nicht nur der Sonne dankt es für den Tag und dem Mond für die Nacht – es dankt auch seinen Stiefeln dafür, dass sie den Weg kennen oder dem Dinosaurier, weil „Dinosaurier“ so ein langes Wort ist. Seiner Schwester ist es dankbar dafür, dass sie als Erste ins Wasser springt, und es dankt sogar dem Pudding in der Schale. Das klingt absurd? Nein – nicht für Kinder. Denen fallen nämlich die großartigsten Dinge ein, für die sie dankbar sind. Frag mal nach! **Danke** regt uns an, viel mehr darüber nachzudenken, wofür wir dankbar sind.

 **Petra* Görgen**

Jarvis 

Danke

Esslinger Thienemann 2024

32 Seiten

Preis: 15,00 Euro

www.thienemann.de



Das große Unbekannte

Da liegt ein großes Tier vor der Stadt – oh nein! Die Bewohner:innen sind außer sich. Der Weg ist versperrt, niemand kommt mehr hinein oder hinaus. Sie verdecken es, bauen über das Tier hinüber und um das Tier herum, doch keine Maßnahme scheint eine gute Lösung zu sein. Das Mienchen möchte mit dem Tier reden, aber das wollen die anderen auf gar keinen Fall. Was da alles passieren kann! Doch schließlich versucht das mutige Kind es einfach. Was dann passiert, verschlägt allen die Sprache ... **Obacht!** hält gerade uns Erwachsenen den Spiegel vor und zeigt, wie aus dem großen Unbekannten ein kleines Missverständnis werden kann, das ganz leicht zu beheben ist.

 **Friederike Falkenberg**

Kerstin Hau, Stella Dreis 

Obacht!

Nord-Süd-Verlag 2026

40 Seiten

Preis: 18,00 Euro

www.nord-sued.com

Lieblingsprojekte für die Krippe



Ich, du & die anderen

Mit Geschichten zum Mitmachen, Bewegungsimpulsen, kreativen Bastelideen, Kreisspielen und Liedern erleben Kinder: Ich bin wichtig – und gemeinsam sind wir stark!

Ob Mini-Projekt, Impuls für zwischendurch oder Wochenplanung – mit dieser Sammlung bist du bestens ausgerüstet, um mit den Jüngsten Themen wie Gemeinschaft, Gefühle und Zusammenhalt kindgerecht zu erleben und sie in ihrer Persönlichkeitsentwicklung zu stärken.

Neu!

Riekje Dreier Ich, Du & Wir

Die schönsten Mini-Projekte
zum Thema Soziales Lernen

DIN A4, 96 Seiten
(D) 19,95 € | ISBN 978-3-96046-453-2



Riekje Dreier
Schnuppern, Lauschen & Fühlen
DIN A4, 96 Seiten
(D) 16,95 € | ISBN 978-3-96046-369-6



Riekje Dreier
Schnecke, Spatz & Schmetterling
DIN A4, 96 Seiten
(D) 16,95 € | ISBN 978-3-96046-374-0

**Unsere
Bestseller
Band 1&2**

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

Vorschau

Lifehacks:

Bedürfnisorientiert — aber richtig

Der Lange:

Wir schauen auf die stillen Kinder

Irgendwas mit Medien:

Wie viel Tablet ist okay?

Mittendrin:

Ein Waldweihnachtspfad in der Kita



Impressum

klein&groß – Zeitschrift für Frühpädagogik
wird herausgegeben von der Klett Kita GmbH
Rotebühlstraße 77
70178 Stuttgart
E-Mail: info@klett-kita.de
Internet: www.klett-kita.de

Redaktion

Lisa Martin, Chefredakteurin (v. i. S. d. P.)
Friederike Falkenberg
E-Mail: kug-Redaktion@klett-kita.de

Redaktionelle Mitarbeit

Sarah-Jane Fritza

Redaktionsbeirat

Prof. Dr. Katrin Alt, Hamburg
Simone Kilb, Schöntal-Bieringen
Hedi Friedrich, Frankfurt a. M.

Heike Heilmann, Viernheim
Dr. Hanna Heinrich, Regensburg
Norbert Hocke, Berlin
Dr. Anke König, Dortmund
Michaela Lambrecht, Petershausen
Linda Reisch, Frankfurt a. M.

Anzeigen

Mediameer
Marie Berlin (Anzeigenleitung)
Krokusweg 8
51069 Köln
Telefon: +49 221 / 608 78 089
E-Mail: marie.berlin@mediameer.de
www.Mediameer.de
Anzeigenpreisliste Nr. 04 / Gültig ab 01.09.2023

Grafikkonzept

Ö GRAFIK, Dresden

Satz und Gestaltung

DOPPELPUNKT | Karen Auch, Stuttgart

Titelbild

Gettyimages/ArtistGNDphotography

Druck

Strube Druck & Medien, Felsberg



Dieses Druckerzeugnis wurde mit dem Blauen Engel ausgezeichnet

Kundenservice

Telefon: 0711/66 72-58 00
Telefax: 0711/66 72-58 22
E-Mail: kundenservice@klett-kita.de

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 08634386
Bestell-Nr.: 165055
www.kleinundgross.de

Klett *Kita*
FACHVERLAGE

Neulich in der Kita



Cartoon: Rüdiger Tillmann; Bild: Getty Images/Willie B. Thomas

Dürfen wir (uns) verwöhnen?

 **Friederike Falkenberg**

Blitzlicht

Hier teilen wir mit euch spannende Fakten, gute Ideen und flüchtige Gedanken, die uns in diesem Monat begegnet sind – von witzig bis tiefgehend, aber immer kompakt.

Auf Instagram folge ich einer Mutter, die beschlossen hat, es sich und ihren Kindern „so schön wie möglich“ zu machen. Zunächst hat mich das irritiert. Was, wenn die Kinder auf einmal nur noch Süßes essen und fernsehen wollen? Da muss man doch Grenzen setzen! Dann merkte ich, dass ich den gleichen Impuls schon mal während meiner Arbeit in der Kita hatte. Meine damalige Chefin kaufte regelmäßig Eis für alle Kinder, las auch noch das dritte

Buch vor oder erlaubte ungeduldligen Kindern, sich neben dem Stuhlkreis leise zu beschäftigen. Damals fragte ich mich genauso: Was, wenn das alle machen? Was, wenn die Kinder ausschließlich dann mitmachen, wenn sie hinterher ein Eis bekommen?

Die Sache ist: Diese Sorge bewahrheitete sich nie. Die Kinder verstanden sehr gut, dass ein Eis eine Ausnahme war, die meisten hatten Spaß an den Spielen im Kreis, und wenn mal nicht so viel Zeit zum Vorlesen blieb, beschäftigten sie sich anderweitig. Und ich glaube, ebenso wird es mit den Kindern der Influencerin sein. Wer keine Verbote erfährt, reguliert seine Bedürfnisse automatisch. Ein Kind, dass auf sein Hungergefühl hören darf, wird nicht pausenlos nur Süßigkeiten essen, und wenn es sich genug ausgeruht hat, setzt der Bewegungsdrang wieder ein.

Warum sträuben sich also so viele Erwachsene davor, es sich mit Kindern so schön wie möglich zu machen? Vielleicht, weil wir unseren Selbstwert über Produktivität und Disziplin definieren. Mir fiel es lange selbst schwer, mir Pausen zu erlauben und mich für meine Vorliebe für „beiges Essen“ ohne Gemüse und Proteine nicht innerlich zu schelten. Na klar, als Erwachsene wissen wir, dass man Nährstoffe braucht und wir können absehen, dass man von zu zuckerhaltiger Ernährung und schlechter

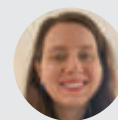
Pflege Zahnprobleme bekommt. Wir müssen Kinder vor Mangelernährung und langwierigen Behandlungen gleichermaßen schützen wie vor Autounfällen oder Entführungen. Das ist klar. Aber es bleibt dennoch ein Rahmen, in dem wir Kinder verwöhnen können, ohne ihnen zu schaden. Und wenn wir schon mal dabei sind, verwöhnen wir uns selbst doch gleich mit.

Denn wovon man nie genug bekommen kann, sind Liebe, Zuneigung und Geborgenheit. Dies ist also ein Appell, dir das nächste Mal, wenn du zu etwas Nein sagen möchtest, auf die Zunge zu beißen und das Gegenteil zu probieren: Ja, wir können den Nachtisch heute vor dem Hauptgericht essen. Ja, wir malen heute mit Fingerfarben UND mit Wasserfarben. Ja, ich lese heute das ganze Buch vor, selbst wenn die Lesezeit dann länger dauert. Einfach mal machen und abwarten, was passiert. Achtung: Es könnte schön werden ...

Bild: Getty Images/wundervisuals



Autorin



Friederike Falkenberg

ist Pädagogin und Redakteurin. Pausen ohne schlechtes Gewissen fallen ihr schwer.

Aber mindestens genauso schwer kann sie Nein sagen, wenn Kinder verlockend gute Ideen haben, wie zum Beispiel „Lass uns doch mal Waffeln zum Frühstück backen“.

Pädagogische Haltung entwickeln



Ich bin ich!

Dieses Fachbuch unterstützt pädagogische Fachkräfte dabei, neurodivergente Kinder besser zu verstehen. In acht Beispielsituationen aus Perspektive der Erwachsenen und der Kinder wird deutlich, wie Überforderung entsteht, warum herausforderndes Verhalten oft ein Ausdruck innerer Not ist – und was gerade neurodivergente Kinder brauchen, um die Kita als emotional sicheren Ort zu erleben.

- aktuelle pädagogische Herausforderung und hohe gesellschaftliche Brisanz
- Beispiele aus dem Kita-Alltag
- Methoden und konkrete Impulse für den Umgang mit Kindern

Leni Schütz
Ich bin ich!
Neurodivergente Kinder begleiten

17 x 24 cm, 144 Seiten
(D) 18,95 € | ISBN 978-3-96046-449-5

**Jetzt
neu!**



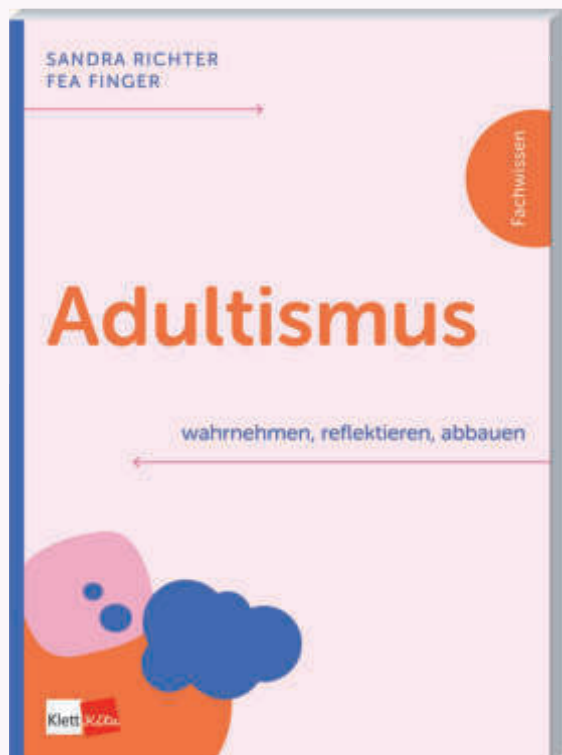
Sandra Richter
Nimm mich ernst!
Adultismus erkennen und abbauen

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



Wissen vertiefen und anwenden



Wie gelingt ein gleichwürdiges Miteinander?

Dieses Fachbuch macht deutlich, wie erwachsene Macht wirkt – und wie sie verantwortungsvoll genutzt werden kann. Grundlagenwissen, Praxisbeispiele, Stimmen junger Menschen und Reflexionsimpulse unterstützen pädagogische Fachkräfte dabei, echte Beteiligung in der Praxis zu leben.

- sensibilisiert pädagogische Fachkräfte für eine professionelle Haltung
- hochaktuelles pädagogisches Thema praxisnah aufbereitet
- mit Praxisbeispielen und Reflexionsimpulsen

Sandra Richter, Fea Finger

Adultismus

wahrnehmen, reflektieren, abbauen

17 x 24 cm, 128 Seiten

(D) 24,95 € | ISBN 978-3-96046-447-1

**Jetzt
neu!**



Warum Selbstregulation so wichtig ist

Selbstregulation ist eine Schlüsselkompetenz für Wohlbefinden, Lernfähigkeit und ein gelingendes Miteinander. Sie ermöglicht Kindern, ihr eigenes Leben aktiv zu gestalten und sich in einer sich wandelnden Welt zurechtzufinden.

- Selbstregulation als entscheidende Zukunftskompetenz
- aktuelles Thema wissenschaftlich fundiert aufbereitet
- Beispiele, Methoden und Tipps für die pädagogische Praxis

Ineke Eilers

Selbst- und Co-Regulation

verstehen und anwenden

17 x 24 cm, 176 Seiten

(D) 24,95 € | ISBN 978-3-96046-448-8

**Jetzt
neu!**

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