

Arbeitsmaterialien für Erzieherinnen und Erzieher

Kinder spielend fördern, Wissen spannend vermitteln! – Kreative Ideen und Materialien für Krippe, Kindergarten, Kita und Hort

Thema: Bewegung, Gesundheit & Ernährung, Ausgabe: 20

Titel: Die Entdeckung der Langsamkeit - Entschleunigung in der Kita (1 S.)

Produkthinweis

Dieser Beitrag ist Teil einer Printausgabe aus dem Programm »Kindergärten/Kita« der Mediengruppe Oberfranken.* (Originalquelle siehe Fußzeile des Beitrags)

- ▶ Alle Beiträge dieser Ausgabe finden Sie [hier](#).

Seit über 15 Jahren entwickeln erfahrenen Pädagoginnen und Pädagogen unsere fertig ausgearbeiteten Materialien mit vielfältigen Anleitungen, Kopiervorlagen, Liedern, Geschichten, Experimenten, Bastelideen, Exkursionen und Spielvorschlägen für alle Bildungsbereiche sowie für Kinder unter 3.

- ▶ Informationen zu den Print-Ausgaben finden Sie [hier](#).

* Ausgaben bis zum Jahr 2016 erschienen bei OLZOG Verlag GmbH, München

Beitrag bestellen

- ▶ Klicken Sie auf die Schaltfläche **Dokument bestellen** am oberen Seitenrand.
- ▶ Alternativ finden Sie eine Volltextsuche unter www.edidact.de/kita.

Piktogramme

In den Beiträgen werden – je nach Fachbereich und Thema – unterschiedliche Piktogramme verwendet. Eine Übersicht der verwendeten Piktogramme finden Sie [hier](#).

Nutzungsbedingungen

Die Arbeitsmaterialien dürfen nur persönlich für Ihre eigenen Zwecke genutzt und nicht an Dritte weitergegeben bzw. Dritten zugänglich gemacht werden. Sie sind berechtigt, für Ihren eigenen Bedarf (in Gruppengröße) Fotokopien zu ziehen bzw. Ausdrucke zu erstellen. Jede gewerbliche Weitergabe oder Veröffentlichung der Arbeitsmaterialien ist unzulässig.

- ▶ Die vollständigen Nutzungsbedingungen finden Sie [hier](#).

Haben Sie noch Fragen? Gerne hilft Ihnen unser Kundenservice weiter:

[Kontaktformular](#) | ✉ Mail: service@edidact.de

✉ Post: Mediengruppe Oberfranken – Fachverlage GmbH & Co. KG
E.-C.-Baumann-Straße 5 | 95326 Kulmbach

☎ Tel.: +49 (0)9221 / 949-204 | 📠 Fax: +49 (0)9221 / 949-377

<http://www.edidact.de> | <https://bildung.mgo-fachverlage.de>

Im Fokus: Die Entdeckung der Langsamkeit – Entschleunigung in der Kita

„Entschleunigung“ ist ein Modewort unserer gehetzten Gesellschaft. Bewusst Geschwindigkeit aus dem Alltag nehmen. Die weitaus meisten Menschen sehen heute ihr Lebensziel im Erreichen eines gehobenen Lebensstandards, im Erwerb materieller Werte. Der Weg dorthin scheint garantiert über die Formel „höher, schneller, weiter“. Auch einige Kinder haben diese Formel bereits übernommen und auch die Kitas hat dieses Phänomen schon erreicht. Die Auswirkungen sind nicht selten Hektik, Stress, innere Unruhe, größere Belastungen und immer weniger Zeit für die „eigentliche Arbeit“ am und mit dem Kind.

Was heißt jedoch das „Eigentliche“? Wenn man zurück an die Kindheit denkt, an den Kindergarten oder an die Schule, woran erinnert man sich am ehesten: an die vermittelten Inhalte oder an Personen? Meistens erinnert man sich an Personen, die geduldig auf Bedürfnisse eingingen, die zuhörten, die trösteten, sich also Zeit nahmen. Kinder, die eine derartig intensive Zuwendung nicht erfahren, wachsen verunsichert auf und leiden oft schon in frühen Jahren unter Stresssymptomen. Doch das heutige pädagogische Fachpersonal versucht, viele Dinge gleichzeitig zu tun, ist vielfachen Anforderungen ausgesetzt, fühlt sich gehetzt und unter Zeitdruck. Die Entdeckung der Entschleunigung im Zeitalter des „Nun beeil dich doch!“ – „Kannst du schnell?“ ist jedoch gar nicht so einfach in den Alltag miteinzubeziehen. Selbstverständlich darf nicht übersehen werden, dass eine Arbeit gänzlich ohne Stresssituationen undenkbar ist. Für die Belastung am Arbeitsplatz gibt es mehrere Gründe: anhaltender Zeitdruck, Störungen und Unterbrechungen, Multitasking (gleichzeitiges Ausführen mehrerer Aufgaben).

Es geht bei der Entschleunigung nicht um eine umfassende Verlangsamung, denn jede Situation verlangt ihr eigenes Tempo. Aber die Fachkräfte müssen zur Verlangsamung fähig sein, um Ruhe und Gelassenheit entwickeln zu können. Gelingt das, so kommt es selbstverständlich auch den anvertrauten Kindern zugute. Denn nur wer über ausreichend Gelassenheit verfügt, ist besonders fähig, Ruhe zu vermitteln und mit Geduld den Kindern in ihrer Entwicklung individuell und entwicklungsbegleitend zur Seite zu stehen.

Ich würde mich freuen, wenn Ihnen diese Ausgabe Anregungen zum Nachdenken über den Umgang mit Zeit gibt und Sie gemeinsam mit den Kindern Anstöße zur Entschleunigung entdecken können, die Sie gut in den Alltag übernehmen können.

Eine Geschichte: Glücklich sein

Ein Mann wurde einmal gefragt, warum er trotz seiner vielen Beschäftigungen immer so glücklich sein könne. Er sagte: „Wenn ich stehe, dann stehe ich, wenn ich gehe, dann gehe ich, wenn ich sitze, dann sitze ich, wenn ich esse, dann esse ich, wenn ich liebe, dann liebe ich ...“ Dann fielen ihm die Fragesteller ins Wort und sagten: „Das tun wir auch, aber was machst du darüber hinaus?“ Er sagte wiederum: „Wenn ich stehe, dann stehe ich, wenn ich gehe, dann gehe ich, wenn ich ...“ Wieder sagten die Leute: „Aber das tun wir doch auch!“ Er aber sagte zu ihnen: „Nein – wenn ihr sitzt, dann steht ihr schon, wenn ihr steht, dann lauft ihr schon, wenn ihr lauft, dann seid ihr schon am Ziel.“

(EL)