

Arbeitsmaterialien für Erzieherinnen und Erzieher

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

Kreative Ideenbörse Kindergarten – Ausgabe 6

Ethik

Kinder brauchen Achtsamkeit – Kommunikation und Rituale im Alltag

Viola M. Fromme-Seifert



Produkthinweis

Dieser Beitrag ist Teil einer Printausgabe aus der „Kreativen Ideenbörse Kindergarten“ der Mediengruppe Oberfranken – Fachverlage (Originalquelle siehe Fußzeile des Beitrags)

► Alle Beiträge dieser Ausgabe finden Sie hier.



Piktogramme

In den Beiträgen werden – je nach Fachbereich und Thema – unterschiedliche Piktogramme verwendet.

► Eine Übersicht der verwendeten Piktogramme finden Sie hier.



Haben Sie noch Fragen?

Unser Kundenservice hilft Ihnen gerne weiter:

Schreiben Sie an info@edidact.de oder per Telefon 09221 / 949-204.

Ihr Team von eDidact



Kinder brauchen Achtsamkeit – Kommunikation und Rituale im Alltag

Eine der wichtigsten Voraussetzungen für die psychische Gesundheit von Kindern ist das Wahr- und Ernstnehmen ihrer Gefühle, Nöte und Wünsche. Gefühle können für Kinder überwältigend sein. Es ist ihnen eine Hilfestellung, wenn sie das, was sie fühlen, (wieder-)erkennen und einstufen können.

Denn „die Seele nährt sich von dem, worüber sie sich freut.“ (Aurelius Augustinus) Bei Kindern hängen seelische Freude und körperliche, sinnhafte Erfahrungen eng zusammen. Aktivität hilft Kindern, einen Kanal für ihre negativen Gefühle zu finden und sie körperlich umzulenken. Erwachsene können Kindern Möglichkeiten schenken, in schweren Phasen kleine Höhenflüge zu haben und von diesem Mutgefühl im Alltag weiter getragen zu werden.

Psychisches oder seelisches Wohlbefinden gehört zu den Grundpfeilern einer gesunden kindlichen Entwicklung. Diese sind in den Kinderrechten verankert, denn jedes Kind hat das Recht auf Fürsorge, Schutz und Identität (vgl. www.bmfsfj.de/bmfsfj/themen/kinder-und-jugend/kinderrechte/kinderrechte-im-alltag/kinderrechte-im-alltag-86538).

Das Wohlbefinden des Kindes kann durch folgende Rahmenbedingungen gefördert werden:

- durch Ihre Wertschätzung, Ihre bedingungslose Liebe und Zuwendung, Ihre Aufmerksamkeit und Zuverlässigkeit, Ihre Fürsorge und Ihren Schutz,
- durch die Art und Weise, wie Sie mit Ihrem Kind umgehen und es in der Entwicklung seiner Fähigkeiten unterstützen – zum Beispiel seine Eigenaktivität fördern, indem Sie ihm eine anregende Umgebung bieten, in der es selbst auswählen und bestimmen kann, womit und wie lange es spielen und sich mit etwas beschäftigen möchte; ihm Raum für seine Neugier und eigene Erfahrungen bieten; ihm Zeit lassen, eigene Lösungen zu finden und eigene Grenzen auszuloten; ihm Vorbild sind,
- durch sinnvolle Regeln und nachvollziehbare Grenzen – sie geben Ihrem Kind Sicherheit, Halt und Orientierung; sie helfen ihm, die Welt besser zu begreifen und Reaktionen seiner Umgebung vorhersehen und besser verstehen zu können,
- durch Regelmäßigkeiten im Alltag, Strukturen und Rituale – sie bieten Ihrem Kind Sicherheit und Orientierung; auf Gewohnheiten und Regelmäßigkeiten im Tagesablauf, zum Beispiel bei der Pflege, beim Schlafengehen, beim Füttern, kann sich Ihr Kind verlassen und einrichten,
- durch Ihr Zutrauen und Vertrauen,
- durch die erfolgreiche Bewältigung seiner alterstypischen Entwicklungsaufgaben.

Quelle: www.kindergesundheit-info.de/themen/entwicklung/psychische-gesundheit/psychische-entwicklung/

Sofort wird sichtbar, dass alle Bereiche das Themenfeld Achtsamkeit berühren.

Kinder brauchen

- Achtsamkeitsrituale (Ich-Du-Wir-Steine), Seite 20
- Gewaltfreie Kommunikation (Giraffe und Streitschlichter), Seite 23
- Rückzugsorte (Raumgestaltung), Seite 25