



Die Welt erfahren

Was brauchen kleine Kinder, damit sie sich gut entwickeln können?
Und wie können Eltern und Bezugspersonen sie auf diesem Weg begleiten?

Forum Prävention & Gesundheit
Bildschirmmedien im Vorschulalter

21. Juni 2021

Parallelveranstaltung von Giuletta von Salis, Marie Meierhofer Institut für das Kind

Ablauf des Workshops 19 bis 20 Uhr

- Vorstellen des MMI und Forschung zu digitalen Medien
- Input zu was Kleinkinder für ihre Entwicklung brauchen
- Fragen
- Videobeispiele
- Diskussion

Marie Meierhofer Institut für das Kind

1957 gründet Dr. med. Marie Meierhofer (1909 – 1998) das Institut für die Psychohygiene im Kindesalter

Seit 2017 ein assoziiertes Institut der Universität Zürich

Kompetenzzentrum für die frühe Kindheit und Umsetzung von Kinderrechten

- Enge Verbindung von Praxis und Forschung
- Multidisziplinäre Perspektive und Arbeitsweise
- Regional, national sowie international tätig und vernetzt



Fachberatung

Gutachten / Expertisen / Anhörungen Kinder (im Auftrag KESB / Gerichte)

Coaching / Supervision

Telefonische Beratung

KET: Kinder und Eltern in Trennung

Entwicklungspsychologische Beratung und Psychotherapie

Weiterbildung

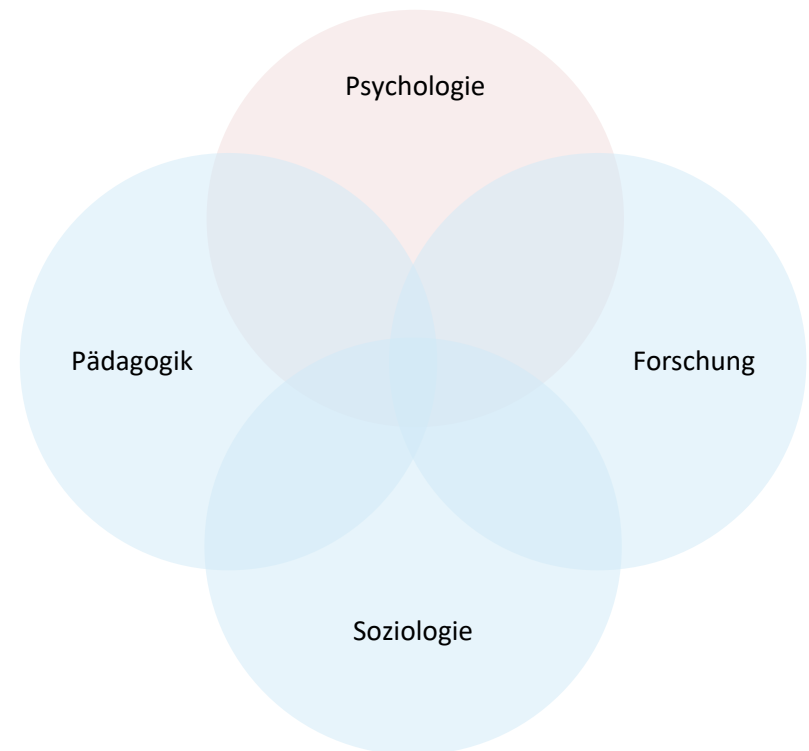
Lehraufträge, Referate, Tagungen

CAS - Lehrgänge

Grundlagenforschung und Evaluation

Fach-Zeitschrift *undKinder*

Praxisprojekt: MegaMarie



Aktuelle Forschung KiDiM



Ziel des Projekts «KiDiM» ist es besser zu verstehen, welchen Einfluss **digitale** aber auch **nicht-digitale** Aktivitäten eines Kindes auf dessen Entwicklung in den ersten Lebensjahren (bis 3 Jahre) haben.

Anhand von online Tagebuch der kindlichen Aktivitäten, Tagebuch Entwicklung, Videodokumentation einer Alltagssituation und Erfassung der Entwicklung.

Kleinkinder und ihre Eltern zu Zeiten der Covid-19 Pandemie

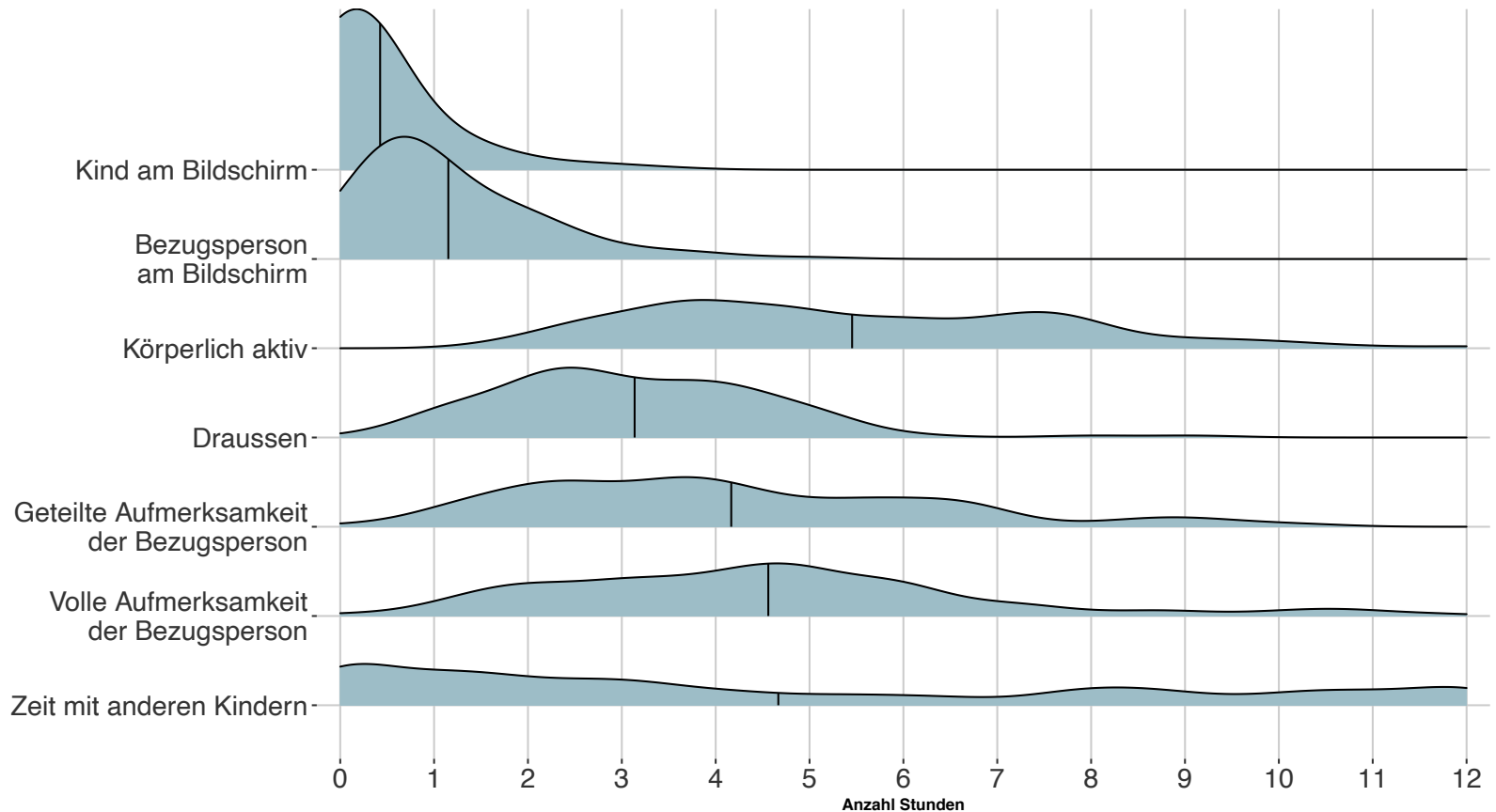
Alltagsgestaltung und Wohlbefinden von Kindern und Eltern

Eine mixed-method Studie



Rahmenbedingungen

Auf wie viel Zeit treffen die folgenden Beschreibungen für Ihr Kind zu?
(Grafik zeigt die durchschnittliche Anzahl Stunden pro Tag)



Vertikale Linie = Mittelwert

Schlussfolgerungen der Studie

Wie sieht der Alltag junger Kinder und ihrer Eltern aus?

Die Alltagsgestaltung der Familien war sehr unterschiedlich

Viele Familien arrangierten sich nach ein, zwei Wochen

Viel Zeit draussen und aktiv

Digitale Medien vergleichsweise wenig, Nutzung oft für soziale Kontakte

→ Flexibel aber nicht beliebig, strukturiert aber nicht starr

→ Traditionalisierung von Familien

→ Eine Ausgangssperre hätte die Situation beachtlich verschärft



Merkmale der frühen Kindheit

- Grosse Abhängigkeit - körperlich und psychisch-emotional - von den Betreuungspersonen
- Schnelle Entwicklung, viel Veränderung in Richtung Kompetenzen und Autonomie
- Individuell grosse Unterschiede
- Grundlagen werden gelegt für die psychische und physische Gesundheit

WHO Empfehlungen

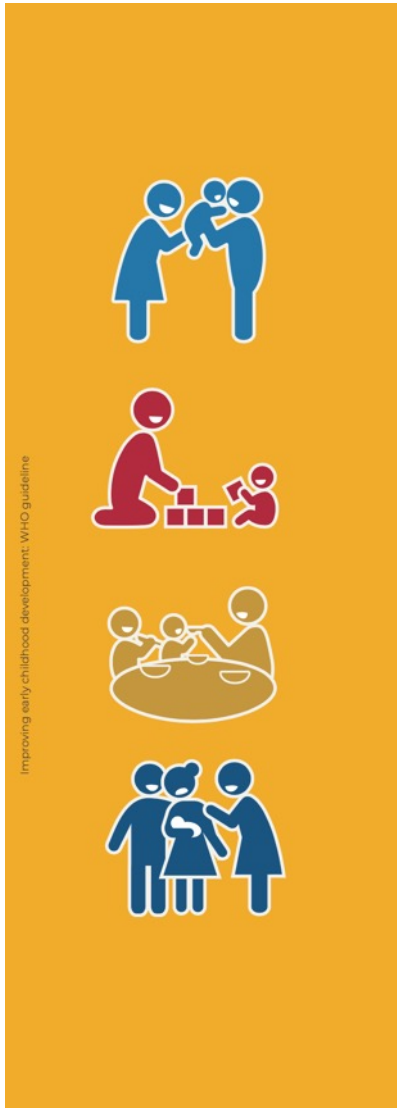


Figure: Components of nurturing care



Empfehlungen zur Förderung der psychischen Gesundheit in der frühen Kindheit

Sabine Brunner

Marie Meierhofer Institut für das Kind

www.mmi.ch



**Förderung der psychischen
Gesundheit in der frühen Kindheit**

Empfehlungen für Fachpersonen aus dem Gesundheits- und Sozialwesen

1 Fürs Kind da sein – Verlässliche Fürsorge



- Vertraut - Verlässlich – Verfügbar
- Betreuungsnetz
- Unterbrüche und Übergänge begleiten

2 Freude zeigen – Das Kind wertschätzen



- Der liebevolle Blick
- Stolz zulassen und zeigen
- Wertschätzende Berührungen
- Grenzen wahren

3 Trösten – Emotionale Unterstützung



- Verständnis und Trost für verschiedene negative Gefühlen
- Auch Kinder (Geschwister) können trösten
- Selbstregulation fördern

4 Mit Kindern reden – Beziehung herstellen



- Beziehung mit Worten herstellen
- Worte finden für Gefühle und Bedürfnisse
- Sprachspiele, lustige Plaudereien und Dialog

5 Erklärungen abgeben - Orientieren



- Umgebung, Personen und Handlungen kommentieren
- Stimmungen, Gefühle erklären
- Wechsel, Übergänge
Schwierigkeiten in Worte fassen

6 Spielen – Sich und die Welt entdecken



- Freiraum für neue Entdeckungen / Erlebnisse
- Anregung
- Begleitung bei Schwierigkeit
- Gemeinsames Spiel als Dialog

7 Neue Kontakte knüpfen – Das Zusammensein mit Anderen ermöglichen



- Sich einfügen in die eigene Generation
- Soziale Kompetenzen
- Eigene Gestimmtheit, Form von Kontaktaufnahme
- Neue Bezugspersonen

8 Selber Können – Autonomie zulassen und Grenzen erfahren



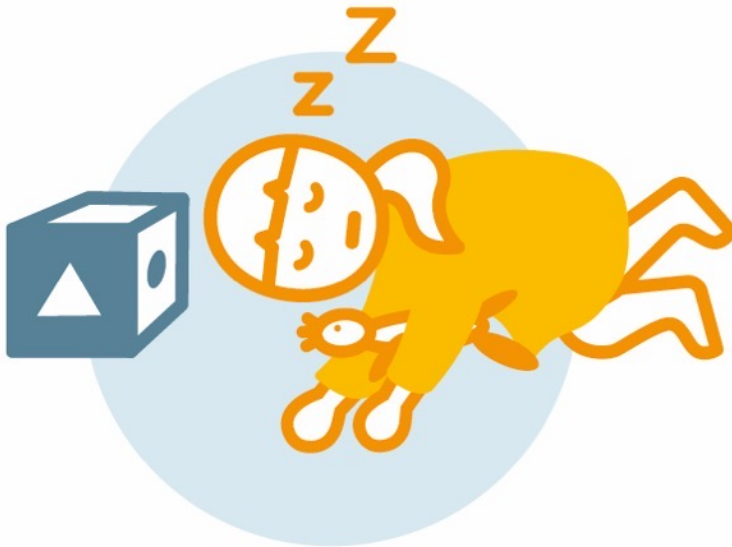
- Eigene Ideen, Wünsche entwickeln
- Die eigene Persönlichkeit ausbilden
- Grenzen der Autonomie erfahren
- Mit Frustration umgehen lernen

9 Essen und Bewegung – Zusammenspiel von Körper und emotionalem Wohlbefinden



- Körperwahrnehmungen fördern
- Freude am Essen
- Wille des Kindes beachten
- Bewegungsdrang nachgeben
- Spiel mit verschiedenen Sinnen

10 Zur Ruhe kommen – Pausen und Rhythmen



- Genügende, dem Kind angepasste Pausen
- Ruhemöglichkeiten schaffen
- Erkennbare und sinnvolle Rhythmen
- Unterstützung durch Rituale

11 Dazugehören – Akzeptanz und Inklusion



- Wertschätzung der ganzen Familie
- Akzeptanz der Verschiedenartigkeit
- Dazugehörigkeit bei allen fürs Kind relevanten Systemen

12 Eltern, Kinder und weitere Personen – Eng verbunden und aufeinander angewiesen



- Das Wohlbefinden der Eltern wirkt sich auf die Kinder aus
- Eltern benötigen selbst Pausen und Unterstützung
- Rollen beim Kind definieren und aufeinander abstimmen

TIPPS FÜR ELTERN MIT BABYS UND KLEINEN KINDERN BIS 4 JAHRE

SO WIRD MEIN KIND SEELISCH STARK! WIE KANN ICH ALS MUTTER ODER VATER DABEI HELFEN?



**IHR ALLE KÖNNT MIR
DABEI HELFEN, DAMIT ICH
SEELISCH STARK WERDE!**

Seelisch stark bedeutet, mein Kind ist psychisch gesund. Wenn mein Kind sich seelisch und körperlich wohlfühlt, kann es sich gut entwickeln. Mein Kind lernt jeden Tag neue Sachen. Manchmal erlebt es auch schwierige Situationen. Wenn mein Kind seelisch stark ist, kann es mit Problemen besser umgehen.

«Seelisch stark» zeigt sich in jedem Alter anders, zum Beispiel:

- Mein Kind spielt sorglos.
- Mein Kind ist neugierig und offen.
- Mein Kind kann einen Moment warten.
- Mein Kind kann ein eigenes Ziel verfolgen.
- Mein Kind ist kreativ: es malt, macht Musik, bastelt etwas.

Mein Kind kann schon viel selbst tun, damit es seelisch stark wird. Zum Beispiel: Babys können enge Beziehungen mit anderen Menschen aufbauen. Und Babys können sich manchmal sogar selbst beruhigen. Zusammen mit den Eltern, Geschwistern und anderen Menschen wird mein Kind seelisch noch stärker.

Da sein

Mein Kind soll sich sicher fühlen. Deshalb schaue ich, dass immer bekannte Menschen in der Nähe sind. Ich weiss, was mein Kind braucht. Ich kümmere mich um mein Kind.



Freude zeigen

Ich zeige meinem Kind, dass ich gerne mit ihm zusammen bin. Ich interessiere mich für das, was es tut. Dadurch weiss mein Kind, dass es wertvoll ist.



Miteinander reden

Vielleicht kann mich mein Kind noch nicht verstehen. Trotzdem rede ich mit ihm. Ich schaue, welche Gefühle es hat. Ich schaue zum Beispiel auf seinen Gesichtsausdruck. Und ich achte auf die Geräusche, die es macht. Ich antworte darauf.



Trösten

Wenn mein Kind weint, tröste ich es. Ich kann es beruhigen, wenn ich mit ihm spreche, es streichele oder halte. Und wenn ich es in meinen Armen wiege.



Sachen erklären

Ich erkläre meinem Kind wichtige und auch kleine Sachen, die gerade rundherum geschehen. Ich sage ihm, was ich mache und was ich fühle.



Andere Menschen treffen

Ich schaue, dass mein Kind andere Menschen trifft: Kinder und Erwachsene. Ich bin da, wenn mein Kind mich braucht.



Spielen

Spielen ist wichtig. Wenn mein Kind spielt, entdeckt es die Welt und sich selbst. Deshalb schaue ich, dass mein Kind spielen kann. Manchmal spiele ich mit.



Selber ausprobieren

Mein Kind darf Sachen ausprobieren. Es darf seine eigenen Erfahrungen machen. Ich erkläre ihm klar und verständlich, was es darf und was es nicht darf.



Sich im Körper wohlfühlen

Ich schaue, dass mein Kind sich im Körper wohlfühlt. Deshalb schaue ich, dass es sich genug bewegt und an der frischen Luft ist. Ich gebe meinem Kind gesundes Essen, das ihm Freude macht.

Zur Ruhe kommen

Mein Kind erlebt jeden Tag viel Neues. Deshalb braucht es Erholung. Ich schaue, dass mein Kind schlafen und sich ausruhen kann. Ich schaue, dass es Pausen im Alltag hat.

Einander helfen

Damit es meinem Kind gut geht, muss es mir auch gut gehen. Ich schaue, dass ich mich erholen kann. Ich frage andere Menschen, dass sie mir helfen.



Dabei sein und mitmachen

Mein Kind soll wissen, dass es zu verschiedenen Kindern und erwachsenen Menschen dazugehört. Wo immer es geht, darf mein Kind dabei sein und mitmachen. Auch wenn ich andere Menschen treffe, bin ich für mein Kind da.

Zeit für Fragen

Frühe Sprachbildung

Zusammen reden und die Welt entdecken

www.kinder-4.ch

Facebook / Shanieke Pryor



mmi

Da gibt es viel zu diskutieren!