



**Kindliche Ängste:** Angst vor Verlust, Trennung oder dem Toilettengang – in großen Einrichtungen fühlen sich kleine Kinder schnell verloren. Experte Joachim Armbrust hat ein Buch geschrieben

## Den Blickwinkel der Kinder achten

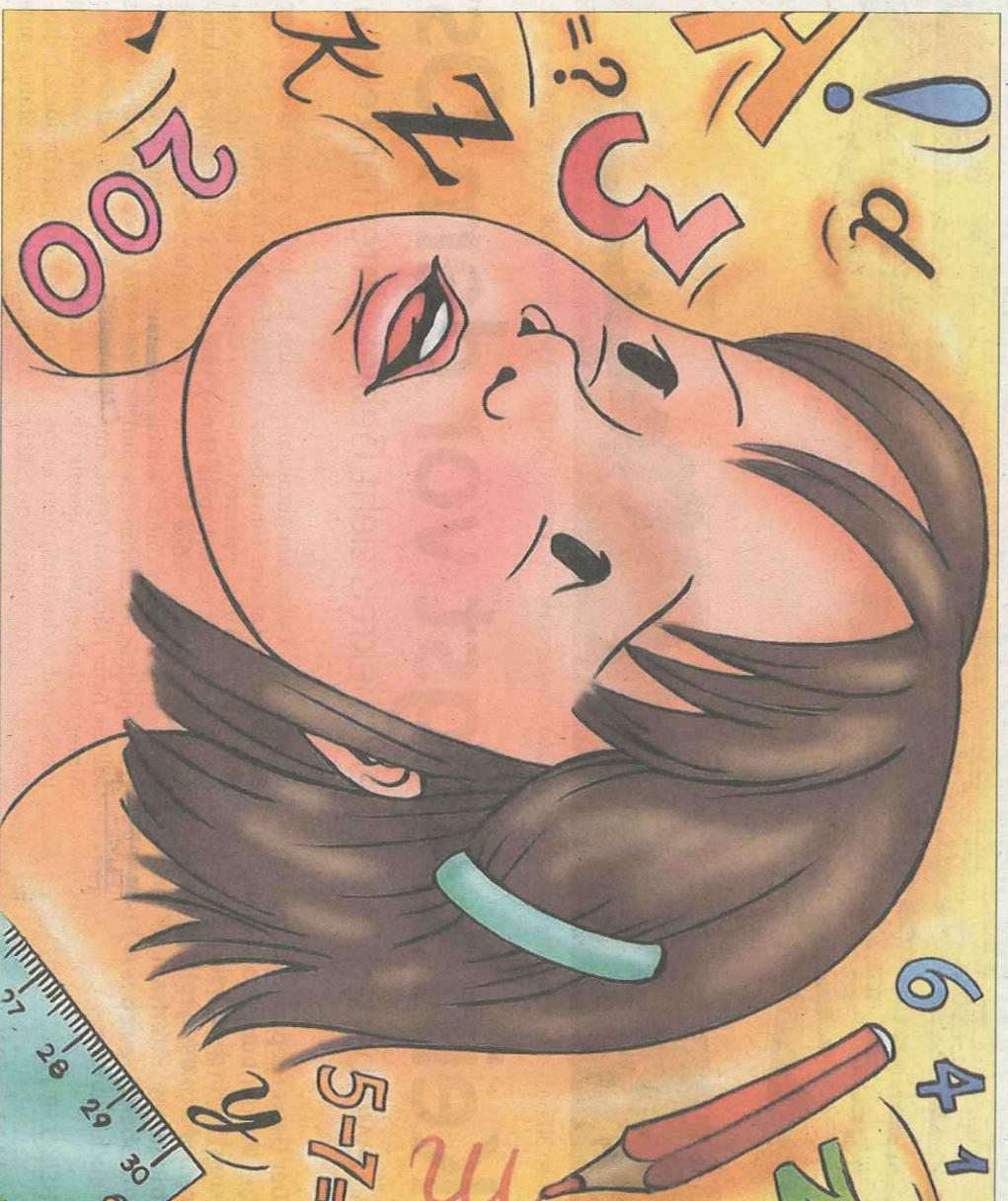
Eltern und Erzieher können Kindern helfen, ihre Bedürfnisse und Ängste zu formulieren

Verlängerte Öffnungszeiten, Mittagsbetreuung – Kindertagesstätte werden immer flexibler. Vor allem für Eltern, meint Joachim Armbrust. Der kindliche Blickwinkel gerate dabei leicht aus dem Fokus.

CHRISTINE HOFMANN

Region. Je mehr Mütter den Schritt in die Berufstätigkeit wagen, desto mehr steigt die Nachfrage nach Betreuungspätzen für Kinder. Immer mehr Kinder werden in immer jüngem Alter in Kindertagesstätten betreut. Das ist politisch gewollt und eröffnet einer ganzen Generation von Frauen ungeahnte berufliche Perspektiven. „Alles wunderbar“, meint Joachim Armbrust, „aber wer denkt an die Kinder?“ Der Diplom-Sozialpädagoge aus Schwäbisch Hall hat es getan. Er hat sich auf Augenhöhe von Dreijährigen begeben und ganz genau hingeschaut: Wie wirkt eine große Einrichtung auf einen kleinen Menschen? Wichtig sind Bezugspersonen? Welche Ängste können entstehen und wie ändern sie sich?

Nicht immer entsprächen die Bedingungen dem, was die kindlichen Bedürfnisse erforderten, hat Armbrust festgestellt. Durch persönliche Unterbesetzung, Zusammenlegung von Gruppen etwa während der Mittagsbetreuung oder durch offene Betreuungsformen verlor



Solche Handkarten zur Angstbewältigung liegen dem neuen Buch von Jörg Armbrust bei; diese Karten thematisieren die Angst vor Überforderung.

nicht selten den Überblick und entwickeln erste Ängste. „Die Anzahl der Reize ist für kleine Kinder schier unüberschaubar. Es fehlt ihnen schon allein an der Raumaufmerksamkeit“, sagt der heilkundliche Psychotherapeut, „da geht schnell ein Stück Verbehnatung verloren.“

Der Start im Kindergarten stelle für jedes Kind eine große Belastung dar. Die einen lebten sich schneller ein, die anderen littten länger unter verschiedenen Ängsten. Dabei erwarten Eltern und Erzieher, dass



Buchautor Joachim Armbrust aus Schwäbisch Hall  
Foto: Christine Hofmann

sich das Kind nach spätestens vier Wochen in der Einrichtung zurechtfindet. Das findet Joachim Armbrust reichlich knapp bemessen: „Wenn Erwachsene einen neuen Job beginnen, brauchen sie doch auch ein halbes bis dreiviertel Jahr, um sich richtig einzufinden.“ Ein missglückter Kindergartenstart kann lebenslange Folgen nach sich ziehen, ist Armbrust überzeugt: „Ein Mensch, der die Erfahrung gemacht hat, sich verloren zu fühlen, leidet darunter ein Leben lang. Er kann sich nicht in andere hineinversetzen.“

„Bei Angst reagieren Menschen noch genauso wie vor tausend Jahren. Entweder sie fliehen oder sie stellen sich dem Kampf“, erklärt Joachim Armbrust. Kinder machen es genauso. Manche begegnen Unbekanntem mit Mut, manche versuchen, sich zu entziehen. Dabei wollen alle nur ihr Bedürfnis nach Sicherheit befriedigt wissen. Die häufigsten Ängste, die Kindergartenkin-

der beschäftigten sind Verlustängste, Trennungsängste, Angst vor Gespenstern, der Toilette oder den anderen Kindern in der Kita. „Die größte Problematik besteht darin, dass Kinder ihre Ängste nicht versprachlichen“, weiß der 52-jährige,

„deshalb bleiben sie mit diesen Prozessen oft allein.“ Deshalb sei von Eltern und pädagogischen Fachkräften besondere Aufmerksamkeit gefordert, um die Ängste der Kinder zunächst überhaupt zu erkennen. Sind sie erkannt, sollten sie thematisiert werden. Joachim Armbrust gibt praktische Beispiele: Durch Rollenspiele, den Einsatz von Handpuppen oder Märchen können Kinder dabei unterstützt werden, ihre Bedürfnisse und Wünsche zu formulieren. „Manchmal reicht es schon, das Kind an die Hand zu nehmen und den Gang zur Toilette gemeinsam zu gehen. Oder es kurz in den Arm zu nehmen und zu sagen: Heute sind die großen Kinder aber wild, da suchen wir uns mal eine ru-

hige Ecke zum Spielen! Schon fühlt sich das Kind verstanden“, so der Autor. Die Sichtweise des Kindes an-

Info Das Buch „Kinderängste bewältigen. Wie Erzieher/-innen Kinder stärken können“ von Joachim Armbrust und Jasmin Hasslinger ist im Bildungsverlag EINS (www.bildungsverlag1.de) erschienen.

### Elternbegleitet, bezugspersonenorientiert, abschiedsbewusst

Eine außerfamiliäre Betreuung stellt für Kinder eine außergewöhnliche Belastung dar. Früher wurden Kinder am ersten Tag in der Einrichtung einfach abgeholt. Heute weiß man, dass die Gestaltung der Eingewöhnung entscheidend für die weitere Kindergartenkarriere ist. Die Schlagworte der Eingewöhnungszeit lauten: elternbegleitet, bezugspersonenorientiert und abschiedsbewusst.

Die Eltern begleiten das Kind in der ersten Zeit in der Einrichtung. Ihre Anwe-

senheit hilft dem Kind, Vertrauen zur neuen Umgebung und eine Bindung zur Bezugsperson aufzubauen. Je nachdem, wie sich das Kind in den ersten Stunden im Kindergarten verhält, wird die individuelle Verweildauer für die ersten Tage festgelegt und gemeinsam überlegt, wann eine erste kurze Trennung vom Elternteil möglich scheint.

Jedes neu aufgenommene Kind bekommt zur Eingewöhnung eine Bezugsperson zugeordnet, die die Eingewöhnung begleitet. Ihre Aufgabe ist es, dem Kind Sicherheit zu geben und ihm die Trennung von den Eltern zu erleichtern. Die Bezugspersonen sind in der ersten Zeit in der Einrichtung präsent und unterstützen das Kind bei der Eingewöhnung. Die Eltern werden in der ersten Zeit in der Einrichtung begleitet. Ihre Anwesenheit hilft dem Kind, Vertrauen zur neuen Umgebung und eine Bindung zur Bezugsperson aufzubauen. Je nachdem, wie sich das Kind in den ersten Stunden im Kindergarten verhält, wird die individuelle Verweildauer für die ersten Tage festgelegt und gemeinsam überlegt, wann eine erste kurze Trennung vom Elternteil möglich scheint.

Ein klarer Abschied von den Eltern gibt dem Kind stabilisierende Orientierung. Ist der Zeitpunkt gekommen, an dem das Kind eine Trennung von der Mutter verkraften kann, muss sich diese liebevoll vom Kind verabschieden und dann gehen. „Kuss und Schluss“ lautet die Devise. Ein langer Abschied erschwert nur die Bewältigung der Situation. hof

## Diese Tipps tur einen guten Start in den Kindergarten sind hilfreich für Eltern und Kinder

Das Loslassen kann man bereits üben, bevor ein Kind in den Kindergarten kommt. Kindern, die schon für einige Stunden von den Großeltern, einer Tante oder einem Babysitter betreut wurden, fällt der Abschied von den Eltern leichter. In einer Spiel- oder Krabbelgruppe, auf dem Spielplatz, im Spiel mit Nachbarkindern und Kindern von Freunden und Verwandten lernt ein Kind, Kontakte zu Gleichaltrigen zu knüpfen.

Eltern sollten am Anfang der Bringzeit kommen, dann sind noch nicht so viele Kinder im Kindergarten. Es ist noch nicht so laut und unübersichtlich.

In vielen Einrichtungen gibt es eine Eingewöhnungszeit, die das Kind langsam an den Kindergarten gewöhnt und ihm Zeit gibt, Vertrauen zu den Erziehern und den anderen Kindern aufzubauen.

Ein Kuscheltier oder die Lieblingspuppe tröstet über den ersten Abschiedsschmerz hinweg.

Der Kontakt zu den Erziehern ist in jedem Fall wichtig und ratsam. Im Austausch über das Kind, das tägliche Leben im Kindergarten und die mögliche Sicherheit, die die Erzieher auch den Eltern geben können, kann die Eingewöhnungsphase ein

bisssen „nach hinten“ geschehen werden. So bekommt das Kind gezeigt, dass es nicht abgeschoben wird oder dass es den Kontakt zu den Eltern verliert.

Konsequenz ist wichtig: Diskutieren Sie nicht jeden Morgen, warum und ob Ihr Kind wirklich in den Kindergarten muss.

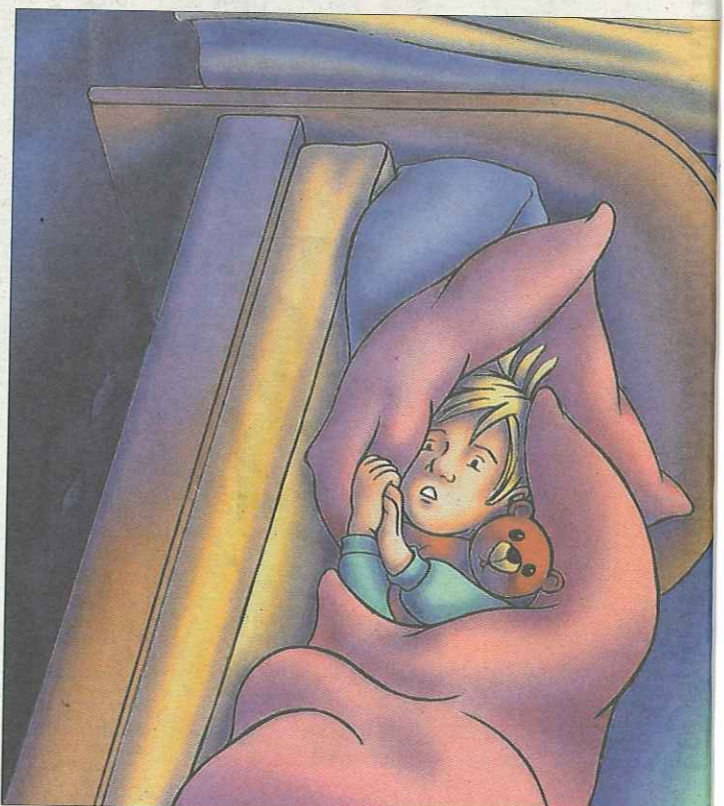
Wenn Sie ihn im Kindergarten angekündigt haben, dann tun Sie nun gehen werden, dann tun Sie dies auch. Vermeiden Sie dramatische Abschiede und lassen Sie sich nicht darauf ein, sich immer noch ein paar Minuten länger festhalten zu lassen. Verabschieden Sie sich „kurz und schmerzlos“ mit einem Kuss und ein paar aufmunternden Worten.

In den ersten Wochen ist ein Kind nach dem Besuch im Kin-

dergarten oft müde, weinerlich oder überreizt. Gönnen Sie ihm nachmittags Ruhe.

Die Eingewöhnungszeit in den Kindergarten dauert oft länger, als Eltern und Erzieherinnen es erwarten. Sie ist unabhängig vom Alter und überwiegend von seinem Temperament abhängig.

Altersgerechte Bücher bereiten auf den Kindergarten vor. Gut geeignet sind zum Beispiel „Der kleine Bär kommt in den Kindergarten“ von Jutta Langreuter und Vera Sobat, „Comi kommt in den Kindergarten“ von Eva Wenzel-Bürger und Liane Schneider oder aus der Sachbuchreihe „Wieso? Weshalb? Warum?“ und auch der Band „Unser Kindergarten“ von Katrin Lindley und Patricia Hof.



Diese Handkarte thematisiert Angst vor Gespenstern, Angst vor Unbekanntem, Angst vor unheimlichen Erfahrungen.  
Illustration: Martina Knapp