

Juliane Jakubek

ICH KANN DAS SELBER MACHEN



*Kinder liebevoll begleiten:
Mit Montessori-inspirierten Ideen
für mehr Selbstständigkeit*

GU

Inhalt

Vorwort 4

1

GROSSLIEBEN STATT GROSSZIEHEN 6

- Selbstbewusstsein und Selbstwirksamkeit 7
- Stilles Beobachten und geduldiges Begleiten 8
- Kinder sind gleichwertig, aber nicht gleichberechtigt 10
 - Die Eltern-Kind-Beziehung 13
 - Die kindliche Entwicklung 16
- Die wichtigsten Merkmale einer Ja-Umgebung 22

2

ICH LEBE IN EINER GEMEINSCHAFT 24

- Wir sind alle wichtig 25
- Ich halte Regeln ein 28
- Ich setze Grenzen und sage Nein 33
- Ich sage Bitte, Danke und Entschuldigung 46
 - Ich fühle mich wertvoll 51
 - Ich lerne teilen 55

3

ICH LEBE ZU HAUSE MIT MEINER FAMILIE 60

- Ich helfe im Haushalt 61
- Ich esse gesund 80
- Ich entscheide mit 91
- Wir sprechen miteinander 95

4

ICH KÜMMERE MICH UM MEINEN KÖRPER 100

- Ich wasche mich 101
- Ich lerne Zähne putzen 105



Ich werde trocken 110
Ich ziehe mich an 116

5 ICH KANN MICH BESCHÄFTIGEN 126

Ich schalte auch mal ab 125
Ich lerne spielend 130
Ich spiele in der Natur 133
Ich spiele mit Freunden 135
Ich spiele allein 137
Wie viel Spielzeug braucht mein Kind? 140

6 ICH KANN GUT SCHLAFEN 150

Kein Kind muss allein schlafen 151
Einschlafbegleitung statt Schlaftraining? 156
Kein Kind muss schlafen lernen 160
Schlafprobleme 164

7 ICH KANN MICH AUCH MAL TRENNEN 168

Die Kita-Eingewöhnung 169
Das unsichtbare Band zwischen Eltern und Kind 182
Ich schlafe heute woanders 184
Ein Leben voller Übergänge 187

Über die Autorin 190
Impressum 192





2

ICH LEBE IN EINER
GEMEINSCHAFT

Wir sind alle wichtig

Für ein gutes Miteinander ist es entscheidend, dass dein Kind schon früh lernt und begreift: Wir sind alle wichtig. Das ist etwas, was wir unseren Kindern von Anfang an vorleben können, indem wir ihnen auf Augenhöhe begegnen. Wenn wir mit Kindern auf Augenhöhe interagieren, fühlen sie sich respektiert, wertvoll und verstanden. Dazu zählt aber nicht nur, sich zu einem Kind herunterzubeugen oder in die Hocke zu gehen, wenn wir Erwachsenen mit ihm sprechen. Entscheidend ist auch, das Kind als eigenständige Person mit Bedürfnissen, Vorlieben und Grenzen anzusehen. So wie wir Erwachsenen, dürfen auch Kinder einen eigenen Willen oder einen schlechten Tag haben.

Augenhöhe - wortwörtlich

Schaffe faire Voraussetzungen und geh in die Knie, wenn du mit deinem Kind sprichst. So kann es deine Mimik und Gestik besser sehen und einordnen. Mit direktem Blickkontakt auf Augenhöhe versteht es dich besser und hört dir genauer oder aktiver zu – du kannst das aber selbst bei deinem Kind testen. Dein Kind ist viel empfänglicher für Aufforderungen (»Ziehst du dir bitte die Schuhe an?«), wenn du dich auf sei-

ne Höhe begibst und ihm dabei in die Augen schaust.

Kinder versuchen fortwährend, die Welt um sich herum zu verstehen, müssen dabei aber vieles erst lernen und erkunden. Sie handeln nicht so wie wir Erwachsene und nehmen ihre Umwelt anders wahr als wir. Dein Kind hat nicht die gleichen Bedürfnisse und Interessen wie du. Gewöhne dir an, seinen Bedürfnissen ebenso viel Beachtung zu schenken wie deinen eigenen, denn sie sind nicht weniger wert oder weniger wichtig, auch wenn sie für dich manchmal unverständlich sind.

Was empfandest du, wenn deine Mutter mit dir geschimpft hat? Fiel es dir leicht, Freundschaften zu schließen? Oft hilft es, die Welt aus Kinderaugen zu betrachten, um die täglichen Herausforderungen deines Kindes besser zu verstehen und ihm empathischer zu

KINDERRECHTE STÄRKEN

Die Leute müssen endlich anfangen, die Kleinsten unserer Gesellschaft als vollwertige Menschen anzusehen.

begegnen. So fühlt es sich geborgen und verstanden und lernt durch dein Vorbild, auch anderen verständnisvoll gegenüberzutreten.

Jeder von uns hat Bedürfnisse

Es ist wichtig, dass dein Kind von Beginn an lernt: Alle Menschen in seinem Umfeld sind wichtig und man muss auf andere achten und Rücksicht nehmen. Deswegen sollten Eltern ihre eigenen Bedürfnisse klar zum Ausdruck bringen.

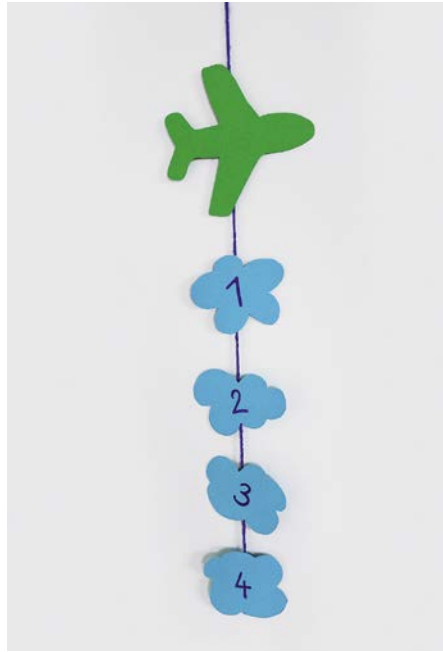
GANZ SCHÖN SCHLAU:

Junge Kinder können noch nicht sagen: »Hey, Mama/Papa, ich möchte reden. Gerade geht es mir nicht so gut, ich brauche dich.« Sie wissen aber, dass sie mit Warum-Fragen unsere Nähe und Aufmerksamkeit bekommen.

In unserem Familienalltag achte ich darauf, die Bedürfnisse und Wünsche meiner Kinder zu berücksichtigen, und gleichzeitig lebe ich ihnen vor, dass meine Bedürfnisse und die von anderen ebenso wichtig sind. Mein Sohn beispielsweise hört gern laut Hörspiele, am liebsten natürlich bei uns im Wohn-

zimmer, da er sich dort geborgen fühlt. Das stört seinen größeren Bruder aber manchmal beim Lesen. Der eine hat das Bedürfnis, sein Hörspiel zu hören und dabei Nähe von uns Familienmitgliedern zu bekommen. Der andere möchte sich aber gerade anders beschäftigen und sich auf sein Buch konzentrieren. Wir suchen meistens gemeinsam nach Lösungen, die für alle Beteiligten in Ordnung sind. Bei der Problemlösung dürfen alle Familienmitglieder Vorschläge, Ideen und Bedenken einbringen. Im geschilderten Fall wäre es zum Beispiel eine Möglichkeit, dem Großen Kopfhörer anzubieten, sodass er die anderen im Wohnzimmer nicht stört. So lernen unsere Kinder von klein auf, auf ihre Mitmenschen Rücksicht zu nehmen und eigene Bedürfnisse nicht zurückzustellen. Wir sind eben alle wichtig und wollen gut miteinander auskommen.

Auch bei Festen oder Feiern hat oft jedes Familienmitglied eigene Vorstellungen davon, wie ein perfekter Tag aussieht. Damit alle den Tag genießen können, sollte jeder im Rahmen seiner Möglichkeiten und Vorlieben mithelfen. Für ruhige oder sensible Kinder sind Feiern oft anstrengend und fordernd. Denk daran, deinem Kind währenddessen und danach genügend Ruhe einzuräumen. Auch währenddessen kannst du ihm anbieten, sich zurückzuziehen, wenn du merkst, dass es ihm zu viel wird.



Gleiches gilt für Urlaube oder gemeinsame Ausflüge, bei denen es ebenfalls viel zu bedenken und erledigen gibt: Packlisten schreiben, Brote schmieren, passende Kleidung einpacken, Beschäftigungen für die Anreise zusammensuchen, hinfahren, Gepäck ausladen und in der Unterkunft verstauen. Dabei sollte jedes Familienmitglied eine Aufgabe übernehmen. Schließlich wollen wir zusammen eine schöne Zeit verbringen. Wenn alle mitanpacken, kommt man besser und schneller ans Ziel. Durch kleine Verpflichtungen (zum Beispiel eine kleine Tasche zum Auto tragen) sieht sich dein Kind als vollwertiges Familienmitglied.

KREATIV-TIPP

Countdown für besondere Anlässe

Vor Urlauben oder anderen großen Ereignissen sind Kinder meist aufgeregt und voller Vorfreude. Gestalte einen Countdown für dein Kind, um ihm die Wartezeit zu veranschaulichen. Hänge dazu ein Bild des bevorstehenden Ereignisses an die Wand und befestige darunter kleine Papierringe. Jeden Tag darf dein Kind einen Ring abschneiden, sodass es genau sehen kann, wie lange es noch schlafen muss bis zum großen Tag.

WIESO HAT MEIN KIND TROTZANFÄLLE NUR BEI UNS ELTERN?

Das hat einen ganz einfachen Grund – und es ist sogar eine Art Kompliment an uns Eltern. Ein Kind fühlt sich bei seinen Eltern am wohlsten, wir sind sein sicherer Hafen und bei uns darf es so sein, wie es ist, ohne sich verstellen zu müssen. Es hat nichts zu befürchten, kann uns vertrauen und muss sich keine Sorgen machen, dass es von uns Eltern abgelehnt wird.

Dein Kind weiß, dass du immer da sein und es niemals im Stich lassen wirst, und fühlt sich wohl in deiner Gegenwart. Wenn nicht bei dir, wo soll es sonst seinen Emotionen freien Lauf lassen?

- Sie belasten das Verhältnis zwischen Eltern und Kind.
- Das Kind lernt nicht, dass sein Verhalten nicht richtig war und wie es sich stattdessen hätte verhalten sollen.
- Jüngere Kinder verstehen Time-outs nicht und die Trennung von ihrer Bezugsperson kann ein traumatisches Erlebnis darstellen.

Als uns eine befreundete Familie besuchte, wurde mein Jüngster beim Essen immer »aufgedrehter«, sodass ich ihn schließlich aus der Situation herausgenommen und in sein Zimmer ge-

bracht habe. Dort habe ich ihm in Ruhe erklärt, wieso sein Verhalten am Tisch nicht angemessen war und was mich daran gestört hat. Danach konnte mein Sohn seine Sicht erklären und über sein Verhalten beim Essen nachdenken. Solch ein Vorgehen ist etwas völlig anderes als ein Time-out als Bestrafung, wie wir es sonst kennen. Das Kind wird weder eingesperrt noch allein gelassen, es gibt auch keine bestimmte Zeitangabe, wie lange es im Zimmer bleiben muss, bis es wieder raus darf.



KREATIV-TIPP

Die Gefühlsstation

Kleinkinder haben meistens ein großes Interesse an den verschiedenen Gefühlen, die sie bei sich selbst und anderen wahrnehmen.

Eine Gefühlsstation bietet unterschiedliche Möglichkeiten, Gefühle spielerisch wahrzunehmen, zu identifizieren und auszudrücken. Die Station besteht aus Gefühlskarten, einem Spiegel, um Gesichtsausdrücke zu beobachten, und der Gefühlsampel. Dein Kind lernt, Emotionen zu benennen, zu identifizieren und zu unterscheiden.

Gesichtsausdrücke im Spiegel beobachten: Es fördert das Verständnis für nonverbale Kommunikation, wenn Kinder ihre Mimik zu bestimmten Gefühlen im Spiegel sehen. Beobachte mit deinem Kind verschiedene Gesichtsausdrücke und benenne jeweils die Emotion.

Gefühlskarten: Darauf sind verschiedene Gefühle und die jeweilige Situation, welche das Gefühl hervorruft, abgebildet. Solche Karten gibt es zu kaufen oder ihr gestaltet sie mit eurem Kind selbst. Du kannst zum Beispiel Fotos machen, auf denen du oder dein Kind unterschiedliche Gesichtsausdrücke zu unterschiedlichen Gefühlen zeigt – Trauer, Wut, Ekel, Furcht usw. Klebe die ausgedruckten Fotos auf stabile Karteikarten oder auf Kar-

ton – fertig sind die Gefühlskarten. Beginne mit drei bis vier Gefühlen, die du mit deinem Kind besprichst. Benenne das Gefühl und frage, ob und wann es sich schon mal so gefühlt hat. Nach und nach kann man weitere Gefühle gemeinsam erarbeiten. Binde die Erfahrung deines Kindes mit ein: »Siehst du, wie das Mädchen auf der Karte schaut? Sie ist traurig, weil ihr Spielzeug zerbrochen ist. Warst du auch schon mal traurig, weil etwas kaputtging, das dir wichtig war?«

Gestalte eine **Gefühlsampel** mit deinem Kind. Schneidet dazu drei Kreise in Rot, Gelb und Grün aus, fädelt diese auf eine Schnur und hängt sie wie eine Ampel untereinander auf. Das Kind kann nun mithilfe einer Wäscheklammer kennzeichnen, wie es sich gerade fühlt.

- Grün = Ich fühle mich sehr gut.
- Gelb = Ich fühle mich okay.
- Rot = Ich fühle mich nicht gut.

Das hilft ihm, auf sein Wohlbefinden zu achten und seine Gefühle wahrzunehmen.



3

ICH LEBE ZU
HAUSE MIT MEINER
FAMILIE

Ich helfe im Haushalt

Im Montessori-Ansatz werden Kinder von klein auf in die täglichen Aktivitäten einbezogen.

Kleinkinder unterscheiden noch nicht zwischen mithelfen im Haushalt und

gemeinsamem Spiel. Für sie ist beides gleichermaßen bedeutend und bereichernd. Beides fördert ihre Entwicklung und stärkt außerdem die Bindung zu uns Eltern.

Diese Haushaltstätigkeiten kann dein Kind allein durchführen

1 JAHR	2 JAHRE	3 JAHRE	4 JAHRE	5 JAHRE	6 JAHRE
Spielzeug in einen Korb räumen	Blumen mit einer kleinen Gießkanne gießen	Zahnpasta auf die Bürste auftragen	Fenster mit Spray und Abzieher putzen	Obst und Gemüse schneiden	Esstisch decken
Windel und Feuchttücher holen	Teller und Besteck zum Esstisch tragen	Staub wischen	Spielzeug aufräumen	Hilfe beim Kochen: umrühren, Teig formen	Bett nach dem Aufstehen machen
Taschentuch selbst wegwerfen	Ausgeleertes wieder trocken wischen	eigenen Platz nach dem Essen abräumen	Haustier füttern	Wasser aus Krug in Glas schütten	Wäsche falten
Obst waschen	Schmutzwäsche in den Wäschekorb werfen	Besteck einsortieren	Tisch mit Spray und Tuch abwischen	mit Schaufel und Besen aufkehren	Spülmaschine einräumen
auf Startknopf der Waschmaschine drücken	Teig kneten	Sockenpaare zusammensuchen	Kleidung auf Haken hängen	Blumen oder Erdbeeren einpflanzen	Teig mixen, Kochtopf umrühren

▼ MITHELFERWAGEN

Mit diesem rollbaren Küchenwagen (zum Beispiel vom Flohmarkt) neben dem Esstisch kann dein Kind selbstständig im Haushalt mithelfen.

In der ersten Etage sind Küchenrolle, Wasserspray, Abzieher und Abwaschbürsten. Diese Utensilien benötigen meine Kinder zum Beispiel zum Fenster- oder Spiegelputzen. In der zweiten liegen Handbesen und Schaufel zum

Aufkehren, wenn sie beim Essen gebrösel haben. Die zusammen aufgekehrten Brösel können dann in die Schüssel daneben geleert werden. In der untersten Etage befindet sich eine Schüssel mit Wasser und Geschirrspülmittel und ein Kistchen zum Trocknen nasser Schwämme. Damit kann das Kind Verschüttetes selbst aufwischen. An einem Haken könnt ihr noch Besen und Schaufel befestigen oder ein Handtuch aufhängen.





▲ WASSER SCHÜTTEN

Das Schütten von Wasser ist eine Übung des täglichen Lebens nach Montessori, mit der die Selbstständigkeit und das Einschenken erlernt werden. Stell dazu deinem Kind einen mit Wasser gefüllten Krug und ein leeres Glas auf ein Plastiktablett. Zur besseren Sichtbarkeit kannst du es mit Lebensmittelfarbe färben. Lege ein Tuch oder einen Schwamm dazu. Zeige nun, wie du vorsichtig das Glas füllst. Nun kann dein Kind das Schütten selbst ausprobieren. Halte dich im Hintergrund und greife nur ein, wenn es wirklich notwen-

dig ist. Ermutige dein Kind, Wasserpflützen mit einem Tuch oder Schwamm selbst aufzuwischen. Lass es mit verschieden großen Behältern und Gläsern experimentieren. Du kannst ihm auch bestimmte Aufgaben stellen (nur bis zur Markierung füllen usw.). Durch das Spielen und Schütten entwickelt das Kind ein Verständnis für Begriffe wie »leer«, »halb voll«, »voll«, »weniger« und »mehr« und lernt, Mengen und Volumen zu schätzen (dazu kann es auch einen Messbecher verwenden). Dies ist wichtig für die kognitive Entwicklung und fördert Kinder im mathematisch-naturwissenschaftlichen Bereich.

Alle helfen im Haushalt

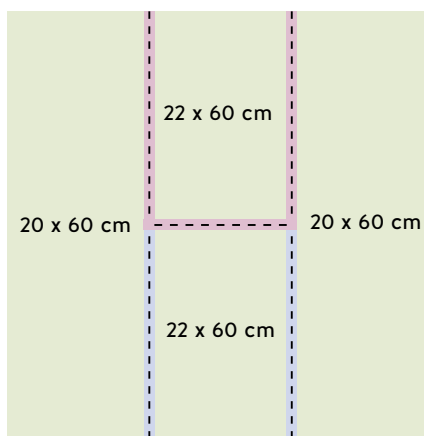
Durch die Mithilfe im Haushalt erlernt dein Kind wichtige Kompetenzen, übernimmt Verantwortung und entwickelt ein Gefühl für die Familie. Bereits Kleinkinder können kleine Aufgaben im Haushalt übernehmen. Es geht nicht um Perfektion, sondern darum, zu verstehen, warum der entsprechende Dienst wichtig ist. Dies ist sogar im Bürgerlichen Gesetzbuch in § 1619 festgehalten:

»Das Kind ist, solange es [...] den Eltern erzogen oder unterhalten wird, verpflichtet, in einer seinen Kräften und seiner Lebensstellung entsprechenden Weise den Eltern in ihrem Hauswesen und Geschäft Dienste zu leisten.«

Wäsche falten mit dem Faltbrett ▶

Mit dem Faltbrett wird Wäschefalten zum Kinderspiel. Schneide dazu einen alten Karton in drei gleich große Teile. Den Mittelteil noch mal in der Mitte durchschneiden. Klebe nun die Teile wie dargestellt mit Klebeband aneinander, sodass man sie zusammenklappen kann. Erklär deinem Kind, wie das Faltbrett funktioniert: Zuerst das T-Shirt

darauflegen, erst eine Seite einklappen und wieder aufmachen, dann die andere Seite. Nun noch von unten nach oben klappen – fertig. Im Kleiderschrank nimmt das Faltbrett nicht viel Platz weg und kann von dort nach Bedarf selbstständig geholt werden. Lass dein Kind damit experimentieren: Kann es damit auch andere Kleidungsstücke falten? Wie kann es Hosen, Socken usw. platzsparend und übersichtlich aufbewahren?



- = Klebeband
- = kein Klebeband

Ich helfe im Haushalt



▼ WÄSCHE AUFHÄNGEN MIT DEM KINDERWÄSCHESTÄNDER

Dein Kind kann einige seiner Kleidungsstücke auf dem Kinderwäscheständer aufhängen, während du daneben die andere Kleidung auf den großen Wäscheständer hängst. Zeige ihm, wie man die Wäsche am besten aufhängt. Die Benutzung von Wäscheklammern trainiert die Feinmotorik.



▼ SOCKEN-MEMORY

Alle Socken werden gleichmäßig und gut sichtbar auf dem Boden verteilt. Wie beim Memory kannst du nun abwechselnd mit deinem Kind einzelne Socken zu Paaren kombinieren. Sind zwei gleiche Socken gefunden, werden diese zusammengefaltet und in den Wäschekorb gelegt. Mehr Spaß macht es mit bunten Socken, herausfordernder ist es mit einfarbigen. Dein Kind lernt: Gemeinsame Hausarbeit macht Spaß!





▲ KEHREN IM QUADRAT

Brösel oder Schnipsel mit einem Besen auf die Schaufel zu kehren erfordert viel Geschick. Stelle Kinder-Kehrbesen und -Handfeger bereit und zeige deinem Kind, wie es den Raum sauber halten kann. Markiere als schnelle Beschäftigungsidee für zwischendurch ein Rechteck mit Klebeband auf dem Boden. In diese Ecke kann dein Kind Sonnenblumenkerne hineinkehren (oder,

schwieriger: Papierschnipsel) und dann mit dem Besen auf eine kleine Schaufel kehren. Stell einen kleinen Eimer daneben, in dem es die Kerne/Schnipsel anschließend entsorgen kann. Das Ziel dieser – wie Montessori es nennt – Übung des täglichen Lebens ist, einen Sinn für Ordnung zu entwickeln und Verantwortung zu übernehmen, indem dein Kind erkennt, wenn der Boden schmutzig ist, und eigenständig sauber macht.

Eine weitere, weniger umständliche Methode wäre, bunte Bilder oder ein Mobile an die Badezimmerdecke zu hängen, sodass es beim Ausspülen nach oben schaut und das Wasser nicht in die Augen läuft. Setz dem Kind vor dem Ausspülen einen Haarwuschschutz oder einen Shampoo-Hut auf

oder lass es beim Ausspülen ein Tuch oder einen trockenen Waschlappen ins Gesicht bzw. vor die Augen drücken, damit kein Shampoo oder Wasser in die Augen fließt, und verwende ein sanftes Kinder-Shampoo, das nicht in den Augen brennt.

TASCHENTUCH-STATION

Besonders in den kalten Monaten haben viele Kinder einen Schnupfen und eine laufende Nase. Ich richte meinen Kindern immer eine kleine Taschentuch-Station bei uns daheim ein, sodass sie jederzeit selbstständig die Nase putzen können. Die Station besteht aus einem kleinen Spiegel, einem Körbchen mit Taschentüchern und einem kleinen Mülleimer, in dem die gebrauchten Taschentücher entsorgt werden können. Wenn du die Taschentücher halbst, sind sie kleiner und handlicher für Kinder. Man kann natürlich auch eine Taschentuchbox im Drogeriemarkt kaufen. Ermittle dein Kind ggf. ans Naseputzen, so bekommt es ein Gefühl dafür, wann es notwendig ist, die Nase zu säubern. Außerdem ist es angenehmer, dies selber zu tun.



Ich lerne Zähne putzen

Als Eltern sind wir für die Zahngesundheit unseres Kindes verantwortlich. Erkläre ihm: »Ich bin deine Mama und entscheide, dass wir jeden Tag morgens und abends Zähne putzen. Du kannst entscheiden, welche Zahnbürste und welche Zahnpasta wir heute verwenden.« Idealerweise beginnt man ab dem Durchbruch des ersten Milchzahnes mit der Zahnpflege. Damit wird Zahnpflege als tägliches Ritual und selbstverständlicher Bestandteil des Tagesablaufs wahrgenommen und es entwickelt sich im Idealfall eine positive Einstellung zur Mundhygiene. Kinder sind in der Regel offen für neue Gewohnheiten und verinnerlichen diese schneller, wenn sie früh damit vertraut gemacht werden. Werden ihnen die richtigen Techniken frühzeitig vermittelt, beugt dies Karies und anderen Zahnproblemen vor.

Schon für Babys gibt es Kauspielzeug, das einer Zahnbürste ähnelt und dabei hilft, die Mundhygiene zu fördern. Es ist meistens aus einem weichen Material gefertigt und hat eine strukturierte Oberfläche, um das Zahnfleisch zu massieren. Noppen auf dem Spielzeug entfernen Bakterien und Plaque von den Zähnen. Denk daran, das Kauspielzeug regelmäßig zu reinigen.

Es gibt jedoch auch Kinder, die das Zähneputzen als etwas sehr Unangenehmes empfinden und es komplett verweigern. Hier sind liebevolle Konsequenz und die Geduld der Eltern besonders gefragt.

So klappt es mit dem Zähneputzen

- »Zuerst putze ich deine Zähne kurz und dann bist du die Zahnpolizei und zeigst, wie man richtig putzt, und dann kontrollierst du, ob ich gut und sauber geputzt habe.«
- Zahnputzspruch/Zahnputzlied erfinden: z. B. (nach der Melodie von »Pferdchen, lauf Galopp«): *Putz, putz, putz, runter mit dem Schmutz. Die Zähne müssen sauber sein, dann kommen keine Löcher rein. Putz, putz, putz, runter mit dem Schmutz.*
- Dem Lieblingsstofftier die Zähne putzen, dann dem Kind.
- Sich vom Kind die Zähne putzen lassen: Dein Kind putzt erst deine Zähne und dann putzt du die des Kindes.
- Tablet/Handy fürs Zähneputzen zur Ablenkung anbieten, ist okay!
- Zahnputz-Geschichten: »Die Zahnbürste ist der Zauberstab und zaubert böse Bakterien und Essensreste von den Zähnen.«

Kleine Entdeckerinnen und Abenteurer liebevoll beim Großwerden begleiten

Unsere Kinder haben den unstillbaren Drang, selbstständig zu werden. Mit diesem Buch können wir Eltern sie vom Kleinkind- bis ins Grundschulalter dabei unterstützen. Ganz ohne Stress und Druck, dafür mit mehr Entspannung im Familienalltag. Spielerisch kann das Kind in seinem eigenen Tempo seine Fähigkeiten ausbauen:

- *Regeln einhalten, Rücksicht nehmen & Grenzen setzen*
- *Anziehen, Zähne putzen & auf seinen Körper achten*
- *Mithelfen, aufräumen & gemeinsam essen*
- *Gut schlafen, Trennungen und Übergänge meistern*

die KINDERGARTEN Pädagogin

Juliane Jakubek öffnet für uns ihre Schatztruhe.
Darin finden wir Montessori-inspirierte Ideen
und Anregungen aus ihrem Alltag als Familien-
begleiterin und dreifache Mama.



WG 484 Familie
ISBN 978-3-8338-9265-3



www.gu.de