

NEUER LEBENSABSCHNITT

Kinder bei Übergängen begleiten



Jeder Mensch erfährt im Laufe seines Lebens viele Übergänge wie der Eintritt in die Grundschule oder der Einstieg in die Berufswelt. Diese neuen Lebensabschnitte sind mit Veränderungen und Abschied von Vertrautem verbunden und erfordern ein sich Einlassen auf Neues – neue Personen, neue Umgebung, neue Abläufe. Insbesondere die Übergänge der Bildungslaufbahn sind diejenigen, die Kinder und Eltern gemeinsam zu bewältigen haben.

Welche Herausforderungen stellen sich den Kindern?

ambivalente Gefühle: Freude und Stolz im Hinblick auf den neuen Lebensabschnitt, Trauer über Abschiede und Ängste.

Entwicklung: Damit die unterschiedlichen Übergänge gelingen, müssen verschiedene Entwicklungsschritte gemacht sein. Insbesondere im Bereich der Selbstregulation.

Veränderungen bei Beziehungen und Neuorientierung: Einlassen auf neue Personen wie Lehrer:innen oder Klassenkamerad:innen.

Identitätswandel: Das Kind hat mehrere Rollen. Bsp. Kindergartenkind, kleine Schwester zu Hause, usw.

Was sind wesentliche Veränderungen für die Eltern?

Wenn Kinder in einen neuen Lebensabschnitt starten, befinden sich Eltern in einer Doppelrolle. Zum einen sind sie Unterstützer:innen für das Kind und zum anderen haben sie selbst die Veränderungen, die mit dem Übergang verbunden sind, zu bewältigen. Deshalb ist es sinnvoll, wenn Eltern sich über ihre eigenen Gefühle, Gedanken und Befürchtungen bewusst sind und diese als eigene definieren und nicht dem Kind übertragen.

Vorbereitung der Eltern

- Was halte ich von der Kita? (Einstellung)
- Wie war meine Schulzeit? (eigene Erfahrungen)
- Wird mein Kind das schaffen? (Unsicherheiten)
- Schaffe ich die Balance von Beruf und Familie?
- usw.

Eine gute Eltern-Kind-Beziehung kann mit einem Basislager verglichen werden, das Bergsteiger:innen als Ausgangspunkt für den Gipfelsturm dient.



Wir machen
uns stark für Kinder,
Jugendliche und Familien
im Kanton
Schwyz!

Tipps zur Begleitung

- **Vorfreude nähren:** Den Kindern vorgängig die Orte zeigen
- **Besuchstage wahrnehmen:** Neue Bezugspersonen kennenlernen
- **Zeichnungen erstellen, anschauen:** Neugierig sein – Welt vom Kind erfahren
- **Kleiner Glücksbringer:** Talisman mitgeben
- **Zuwendung, Rückmeldung, Ermutigung** führen zu Wohlbefinden und steigern das Selbstwertgefühl
- **Auf Positives konzentrieren:** Stärken werden sichtbar, Machbarkeit des Übergangs wird erhöht
- **Beziehungsaufbau unterstützen:** Beziehung zu neuen Bezugspersonen ist keine Konkurrenz zur Eltern-Kind-Beziehung
- **Elterliche Feinfühligkeit:** Zuhören – Signale des Kindes wahrnehmen. Äusserungen richtig interpretieren
- **Kindern etwas zutrauen:** Loslassen
- **Geborgenheit und Verlässlichkeit bieten:** Das Gefühl der Sicherheit und Vertrauen in die Eltern erleichtern den Kindern Übergänge
- **Wertschätzen:** Geleistete Bemühungen anerkennen

Bei Fragen wenden Sie sich gerne an die Erziehungsberatung:
erziehungsberatung@chindernetz-sz.ch
Telefon 041 811 06 07

