

Familienbegleiter Gemeinsam sind wir stark

Freundschaft – Gefühle – Resilienz – Zusammengehören

Für Eltern und Kinder



Warum dieser Familienbegleiter?

Unser Projekt „Gemeinsam sind wir stark“ knüpft an die echten Alltagserfahrungen der Kinder an. Dieser Familienbegleiter lädt Sie ein, die Themen Freundschaft, Gefühle, Zusammengehören und den respektvollen Umgang mit Konflikten auch zu Hause aufzugreifen und Ihr Kind auf seinem Weg zu begleiten.



Unser Ausgangspunkt – der Situationsansatz

In unserer Bauernhofkita greifen wir die derzeitigen Lebenssituationen, Interessen und Erfahrungen der Kinder auf und verwandeln sie in bedeutsame Lerngelegenheiten.

Freundschaft, Gefühle, Ausgrenzung, Zusammengehören und das Miteinander in der Gemeinschaft sind wichtige Themen, die die Kinder aktuell bewegen und die wir gemeinsam mit ihnen entdecken.



Was wir gemeinsam stärken



Gefühle wahrnehmen
eigene und die anderer verstehen



zuhören
einander ernst nehmen



Grenzen achten
eigene und die der anderen respektieren



Konflikte lösen
gemeinsam nach Lösungen suchen



Selbstwert stärken
ich bin wichtig und genau richtig



Gemeinschaft erleben
wir gehören dazu und sind füreinander da



Gemeinsam wachsen – in Kita und Familie.





Tipps für Eltern

Wie Sie Ihr Kind zu Hause stärken können



Gefühle ernst nehmen

- Nehmen Sie die Gefühle Ihres Kindes ernst – auch wenn es für Sie nur „eine kleine Sache“ ist.
- Hören Sie ruhig zu und zeigen Sie: Ich bin für dich da.
- Gefühle dürfen sein und darüber zu sprechen hilft.



Freundschaften nicht erzwingen

- Kinder dürfen verschiedene Freunde haben – und das ist in Ordnung.
- Nicht jedes Kind muss mit jedem spielen.
- Auch Pausen und Zeit für sich allein sind wichtig.



Ausschluss und Grenzen unterscheiden

- „Ich möchte gerade allein spielen.“ ist eine persönliche Grenze und darf respektiert werden.
- Absichtlich jemanden ausschließen und verletzen ist nicht in Ordnung.



Starke Sätze üben

Üben Sie mit Ihrem Kind einfache Sätze für schwierige Situationen:

Stopp, das möchte ich nicht.

Das macht mich traurig.

Ich möchte auch mitspielen.

Ich hole mir Hilfe.



Nicht sofort lösen

- Unterstützen Sie Ihr Kind dabei, selbst nach einer Lösung zu suchen.
- Fragen Sie zum Beispiel: „Was könntest du jetzt tun?“
- Das stärkt das Selbstvertrauen und die eigene Handlungsfähigkeit.



Vorbild sein

- Kinder lernen durch das, was sie bei uns erleben.
- Zeigen Sie, wie man freundlich spricht, sich entschuldigt und Konflikte löst.
- Ein respektvoller Umgang miteinander beginnt zu Hause.



Selbstwert stärken

- Ihr Kind ist wertvoll – immer.
- Auch wenn heute jemand nicht mit ihm spielen möchte, bleibt es ein besonderer und wichtiger Teil der Gemeinschaft.



Hilfe holen ist in Ordnung

- Ihr Kind darf sich Hilfe holen, wenn es sich unwohl fühlt.
- Das ist kein Petzen, sondern mutig und klug.
- Erwachsene sind da, um zu unterstützen.



Freundschaft ist freiwillig – Respekt nicht.



10 Familienaufträge - Woche 1

Kleine Mitmachideen für zu Hause

Oskar

Fiete

1 Freundschaft

In der Familie nennt jeder eine Eigenschaft, die einen guten Freund ausmacht.



2 Gefühle

Jeder sagt am Abend:
„Heute war ich ...,
weil ...“.



3 Ausgrenzung

Überlegt gemeinsam:
„Was kann ich tun,
wenn jemand allein
dasteht?“



4 Freundliche Worte

Schenke heute einem
Familienmitglied
ein warmes Wort.



5 Gemeinsam schaffen wir mehr

Erledigt eine Aufgabe heute
bewusst gemeinsam.



Fragen für danach

- ♥ Wie hat sich das angefühlt?
- ♥ Was war leicht?
- ♥ Was war neu?



6

Ich bin wichtig

Nennen Sie Ihrem Kind drei Stärken, die nichts mit Leistung zu tun haben.



7

Heute spiele ich einmal mit dir

Überlegt: Mit wem spiele ich sonst selten?



8

Stopp sagen

Übt die Sätze:

- „Stopp.“
- „Das möchte ich nicht.“
- „Bitte hör auf.“



9

Freundschaftsnetz

Sagt einander:

- „Ich mag an dir ...“ oder
- „Danke, dass du ...“

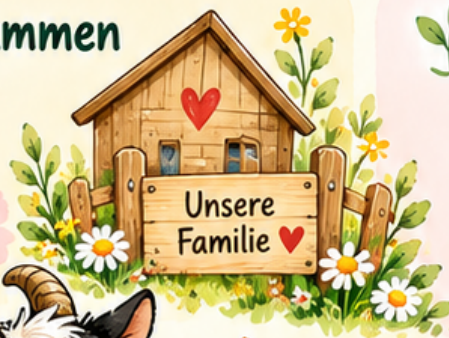


10

Wir gehören zusammen

Formuliert eine kleine Familienregel, zum Beispiel:

„Wir hören einander ausreden.“



Kleine Wirkung im Alltag

- ♥ zuhören
- ♥ ermutigen
- ♥ gemeinsam lachen
- ♥ Grenzen achten





Name des Kindes:



Datum:



Das hat mein Kind zu Hause erzählt:



Das haben wir gemeinsam ausprobiert:



Darauf war mein Kind stolz:



Das möchten wir der Gruppe mitgeben:



Das war mein schönster Moment:



Danke, dass Sie unser Projekt auch zu Hause begleiten.





♥ Was Kinder mitnehmen

Kinder stärken ihre emotionalen und sozialen Fähigkeiten durch echte Alltagserfahrungen. Im gemeinsamen Erleben, in Gesprächen, beim Nachdenken und Finden von Lösungen lernen sie, mit sich selbst und anderen gut umzugehen. So wachsen sie zu einfühlsamen, respektvollen und starken Persönlichkeiten heran.



★ Was wir stärken

- ♥ Gefühle benennen
- ♥ Empathie entwickeln
- ♥ Grenzen achten
- ♥ Konflikte friedlich lösen
- ♥ Selbstwert stärken
- ♥ Resilienz entwickeln
- ♥ Partizipation erleben



Situationsansatz

Unser Projekt baut auf den realen Lebenssituationen, Interessen und aktuellen Gruppenerlebnissen der Kinder auf. Wir greifen diese auf, nehmen sie ernst und verwandeln sie in bedeutsame Lernprozesse, die ihre Lebenswelt mit der pädagogischen Arbeit in der Kita verbinden.



♥ „Wir können Kindern Konflikte nicht abnehmen – aber wir können ihnen Werkzeuge geben, mit denen sie daran wachsen.“ ♥

