

## 20. Brief - Alter des Kindes: 3 Jahre

In diesem Brief lesen Sie:

### Seite 179

---

Von kleinen  
Nachtwandlern



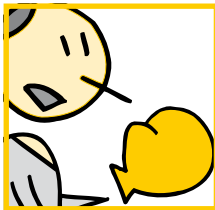
Die liebe Ordnung

### Seite 181

---

Jedes Kind  
braucht  
Spielkameraden

### Seite 182



Hilfe, mein Kind  
reagiert aggressiv!

### Seite 184



Der Schritt in  
den Kindergarten

### Seite 186

---

Trennung tut  
manchmal weh

---

Einen Schritt vor –  
zwei zurück?

# 20. Brief - Alter des Kindes: 3 Jahre

Liebe Eltern, liebe Mutter, lieber Vater!

## Einen herzlichen Glückwunsch zum Geburtstag Ihres Kindes!

„Eins, zwei, drei!“ Voller Stolz reckt es drei kleine Fingerchen in die Höhe, um zu zeigen, wie groß es nun schon ist. Und wenn Sie dies manchmal vergessen sollten, dann wird Ihr Kind Sie energisch darauf hinweisen: Nicht die Schuhe will es anziehen, sondern die Gummistiefel, nicht der gelbe Pullover, sondern der rote muss es heute sein. Und helfen dürfen Sie beim Anziehen auch nicht. Etwas alleine zu machen und zu entscheiden gehört nun mal zum Selbstständigwerden dazu. Das kann manchmal Nerven und Zeit kosten. Aber wie froh werden Sie sein, wenn Ihr Kind wirklich etwas ganz ohne Ihre Hilfe schafft, etwa sich selbstständig anzuziehen. Dazu braucht es einfach Übung. Dann wieder gibt es Tage oder Momente, wo Ihr „großes“ Kind gar nicht selbstständig sein will, bei allem und jedem auf Ihrer Hilfe

besteht. Wahrscheinlich will es sich vergewissern, dass es auch noch „klein“ sein darf. **Es ist nicht immer leicht für Eltern, sich auf diese wechselnden Befindlichkeiten einzustellen.** Und Sie müssen das auch nicht jederzeit. Mit einem Dreijährigen kann man auch schon verhandeln oder Kompromisse schließen. Etwa wenn Ihre Tochter oder Ihr Sohn nicht mehr weiterlaufen, sondern von Ihnen getragen werden will, könnte ein Vorschlag lauten: Bis zu dem Baum läufst du, dann trage ich dich bis zum grünen Auto, usw. ... Natürlich gibt es Situationen, die keine Kompromisse oder Diskussionen zulassen. Entscheiden Sie dann bestimmt und rasch und tun erst gar nicht so, als ob es für Sie und das Kind eine Wahlmöglichkeit gäbe. So muss zum Beispiel klar sein, dass es nur an Ihrer Hand die Straße überqueren darf, ohne Wenn und Aber.



## Von kleinen Nachtwandlern

Das eifrige Bemühen um Selbstständigkeit hat bei einigen Kindern eine Kehrseite. Sie wachen nachts wieder vermehrt auf, weinen, rufen nach Ihnen oder kommen gleich zu Ihnen ins Bett gekrabbelt. **Manche der zahlreichen Eindrücke, die tagsüber auf das Kind einströmen, tauchen mehr oder weniger erschreckend verkleidet in seinen Träumen wieder auf.** (Das ist im Übrigen ein Grund mehr, mit dem Fernsehen und seinen sekundenschnell wechselnden Bildern bei einem Dreijährigen sparsam umzugehen oder, besser noch, ganz darauf zu verzichten.) Die meisten Kinder können noch nicht von ihren Träumen erzählen. Mitten in der Nacht sollten Sie das Kind auch nicht drängen zu erzählen, was es geträumt hat. Ein tröstendes Gemurmel ein beruhigendes „Schlaf schön wieder ein!“; ein Streicheln über den Kopf hilft mehr. Wenn es in Ihr Bett gekrabbelt kommt und Sie das nicht wollen, tragen Sie es ruhig zurück. Alle Menschen wachen nachts mehrmals wieder auf, ohne davon am nächsten Morgen noch zu wissen. Alleine wieder einzuschlafen, das kann und wird ein Kind auch lernen. Vielleicht haben Sie aber gar nichts gegen das schlafende Kind an Ihrer Seite einzuwenden oder Sie sind selbst so schlaftrunken, dass

Sie seinen nächtlichen Besuch erst am Morgen bemerken – nun gut, dann wird es eben etwas länger für diesen Lernschritt brauchen. Bis es ihn von alleine schafft – oder bis Sie die Spielregeln ändern und Ihr Bett zur kinderfreien Zone erklären. Es kann auch sein, dass sich die Angst bei Ihrem Kind nicht in der Nacht bemerkbar macht, sondern vor dem abendlichen Einschlafen oder auch tagsüber. **Auch in der Welt eines Dreijährigen gibt es noch keine scharfe und dauerhafte Trennung zwischen Wirklichkeit und Einbildung.** Seine Ängste verstecken sich manchmal in Fantasiegestalten, die für das Kind real sind. **Sie verschwinden nicht, wenn Erwachsene sich darüber lustig machen.** Vielleicht hilft es dem Kind, wenn Sie beim abendlichen Ritual vor dem Einschlafen diese Ängste einbeziehen. **Um sich dem Schlaf anvertrauen zu können, braucht ein Kind Schutz.** In der christlichen Tradition gibt es die „Schutzengel“, die am Bett des Kindes über seinen Schlaf wachen. Versuchen Sie herauszufinden, wodurch sich Ihr Kind geschützt fühlt, das kann ein Segensspruch sein, eine besondere Geste, ein Schutzgegenstand oder ähnliches. Versichern Sie Ihrem Kind auch, dass Sie da sind und es beschützen.

# 20. Brief - Alter des Kindes: 3 Jahre

## Die liebe Ordnung

Jeden Abend das gleiche Chaos im Kinderzimmer oder gar in der ganzen Wohnung – verständlich, wenn es Ihnen reicht. **Aber Kinder haben nun einmal einen anderen Begriff von Ordnung als Erwachsene.** Bis Ihr Kind Ihre Vorstellungen von Ordnung begreift, dauert es noch eine Weile. Trotzdem können und sollten Sie Ihrem Sohn oder Ihrer Tochter nicht alles nachräumen. Einige Regeln kann es begreifen und einhalten: Dass es die Jacke an den Haken der Garderobe hängen soll (in Kinderhöhe!), dass die Schuhe einen bestimmten Platz haben, die Bücher ins Regal, die Bauklötze in eine bestimmte Kiste gehören... Das lernt es am besten, wenn Sie dies – noch – zusammen tun. **Die Ordnung muss für das Kind einen Sinn haben, zum Beispiel den, besser spielen zu können.** Wenn man nichts mehr findet, was man gerade für das Spiel braucht, ist das frustrierend. Andererseits: Wieso muss der Baustein in die Kiste zu den anderen Holzklötzen, wenn er gerade ein Baby ist? Dann gehört er einfach ins Puppenbett. Und wenn Ihr Kind ein Spiel begonnen hat, etwa aus seinem Kinderzimmer einen Bahnhof gemacht hat, sollten Sie seine fantasievolle Anstrengung respektieren und nicht einfach „aufräumen“, etwa gar, wenn es schläft und nicht protestieren kann. Dann wird es „aufräumen“ mit „zerstören“ gleichsetzen und wenig Lust dazu verspüren.

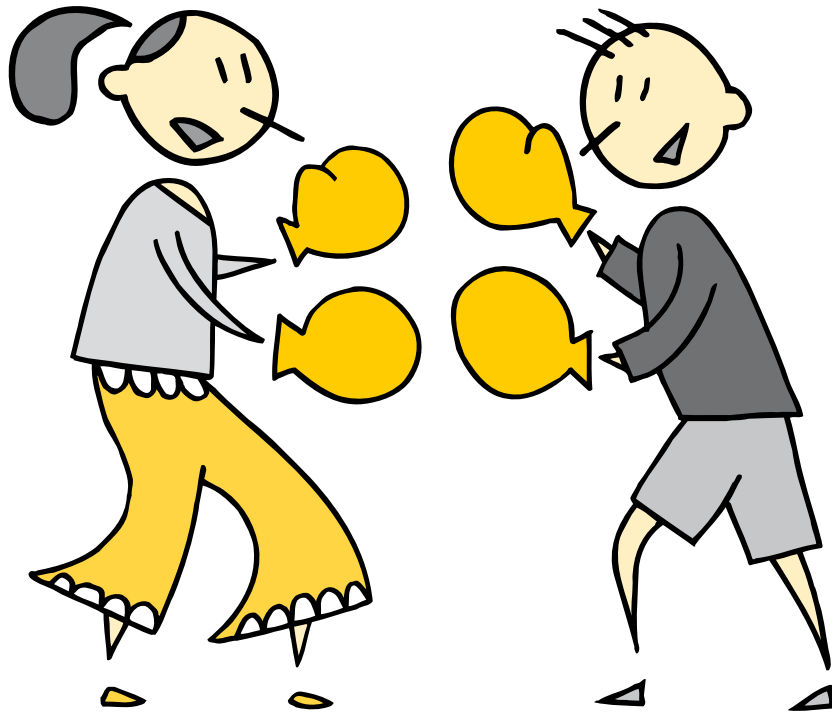


## Jedes Kind braucht Spielkameraden

Wenn Sie Ihr Kind noch nicht in einem Kindergarten oder einer Kindergruppe angemeldet haben, dann sollten Sie ihm ausreichend Gelegenheit geben Spielkameraden zu treffen, größere und kleinere Dreijährige spielen im Allgemeinen lieber mit anderen Kindern als allein oder mit Erwachsenen. Kinder lernen auch am schnellsten und einfachsten durch Nachahmung von anderen Kindern. Etwa das Dreiradfahren. Die, die es schon können, sind eben die Expertinnen bzw. Experten, die wissen, worauf es dabei ankommt. **Es ist auch viel lustiger, einem Spielkameraden nachzueifern als den „Großen“, die alles schon können oder besser wissen.** Das Kind entdeckt dabei seine Fähigkeiten zum Zusammenspiel. Es lernt den Standpunkt des anderen zu verstehen, darauf einzugehen, zu antworten, Regeln zu beachten, neue zu erfinden, Kompromisse auszuhandeln. **Mit Kindern aus verschiedenen Altersgruppen lernt sich dies alles besonders gut.** Da gibt es Gleichaltrige, Jüngere und Ältere, Buben und Mädchen, Stille und Laute, Lebhaftige und Bedächtige. In einer altersgemischten Gruppe kann ein Kind auch leichter seine Rolle wechseln: Mal ist es das „Kleine“, mal das „Große“, mal wird es beschützt, mal kann es die Rolle der Beschützerin oder des Beschützers übernehmen. Vielleicht liegt darin der Grund, dass es in altersgemischten Gruppen meist viel friedlicher

zugeht, als wenn ausschließlich Gleichaltrige zusammenkommen. Um bei diesem Zusammenspiel mit anderen Kindern wirklich wachsen zu können, ist natürlich eine gewisse Regelmäßigkeit der Erfahrung nötig. Ein Kind, das sich immer wieder auf zufällige Spielkameraden, neue Situationen und Regeln einstellen muss, hat auch weniger Chancen seinen „besten Freund“ oder seine „beste Freundin“ zu finden. Denn auch Dreijährige schließen schon Freundschaften. Sie sind ein wichtiges Übungsfeld für Nähe und Vertrauen zu anderen Menschen. **Freundschaften müssen gepflegt werden, um gedeihen zu können. Kinderfreundschaften sind auch für Eltern eine schöne und bereichernde Erfahrung.** Zur Freundin oder zum Freund geht das Kind meist gerne ohne Erwachsene für ein paar Stunden oder auch zum Übernachten. Das schafft Freiraum und Entlastung, insbesondere für allein Erziehende. In einer Großstadt wie München gibt es zahlreiche Angebote für Kleinkinder: in den Familienbildungsstätten, den Familienzentren etc. ... Sie und Ihr Kind sind also nicht nur auf Zufallsbekanntschaften angewiesen.

# 20. Brief - Alter des Kindes: 3 Jahre



## Hilfe, mein Kind reagiert aggressiv!

Wenn Kinder miteinander spielen, dann streiten sie sich auch. Das ist normal. Da schubsen sich zwei, es gibt Tränen und noch bevor Sie schlichtend eingreifen können, spielen sie wieder einträchtig miteinander. Schön, wenn es so ist. Aber manche Eltern erleben mit Entsetzen, dass ihr Kind bei jedem Konflikt haut, beißt oder tritt. Manche schämen sich so für ihr Kind, dass sie einfach wegsehen oder ihr Kind nicht mehr unter andere Kinder lassen. Wie soll es da lernen, dass man Probleme nicht nur mit körperlichem Einsatz regeln kann?

**Auseinandersetzungen und Streitereien sind nun mal unvermeidlich. Aggressives Verhalten von bzw. unter Kindern ist keine Seltenheit.** Hierzu zählen vor allem Schlagen, Treten, Beißen, Schubsen, Kratzen und An-den-Haaren-ziehen. Auch das Zerstören von Gegenständen und Spielzeug kann dazu gehören. Ab dem Kindergartenalter ist verbale Aggression durch Hänseleien und Beschimpfungen ebenfalls möglich. Reden statt schlagen, verhandeln statt beißen muss gelernt werden. Gründe für handgreifliches Verhalten bei Kindern

kann viele Auslöser haben. Frustration, Wut, Veränderungen in der Familie wie Trennung der Eltern, ein Umzug oder auch ein Geschwisterchen können u.a. das Gleichgewicht des Kindes zeitweise durcheinander bringen. Wenn Ihr Kind öfter auf andere Kinder (oder auch auf Sie selbst) losgeht, dann denken Sie nicht gleich an eine „Verhaltensstörung“. Es hat noch nicht gelernt, dass es nicht immer sofort das bekommen kann, was es haben möchte. Es hat noch nicht gelernt, seine eigenen Interessen oder Gefühle mit Worten durchzusetzen. Machen Sie stattdessen klar, dass Sie körperliche Übergriffe nicht dulden. Erklären Sie Ihrem Kind, dass Schlagen,

Treten und Kratzen kein Weg ist. Zeigen Sie ihm, dass man verhandeln kann (vielleicht mit Ihrer Hilfe). Zeigen Sie konsequentes und nachvollziehbares Verhalten. **Aber zeigen Sie ihm auch, dass Sie die Gefühle des Kindes, etwa Wut und Enttäuschung, die hinter seiner Aggression stehen, nachfühlen können und respektieren.** Loben Sie Ihr Kind, wenn es geschafft hat, nicht gleich auf ein anderes Kind loszugehen. So wird es allmählich sein Gleichgewicht finden zwischen Selbstbehauptung – auch körperlicher – und Achtung vor den anderen. Um diese Ausgewogenheit geht es, nicht darum, Wut oder Ärger zu verbieten. Das gilt für Mädchen und Jungen.

**Vorsorgeuntersuchung 7a nicht vergessen!**

### Impressum:

**Verantwortlich:**  
Landeshauptstadt  
München  
Sozialreferat,  
Stadtjugendamt  
**Text:**  
Monika Meister  
**Überarbeitung:**  
Claudia Stiebels  
**Gestaltung:**  
Kunst oder Reklame,  
München

**Illustration:**  
Jonas Distel  
**Fotos:**  
Von Münchner Eltern  
zur Verfügung gestellt,  
S. 178; kali9, S. 185  
© 2019  
Landeshauptstadt  
München, Abdruck  
nur mit schriftlicher  
Genehmigung.

### Haben Sie noch Fragen zu den Elternbriefen?

Rufen Sie uns an: Tel. 233-4 71 90  
oder schicken Sie uns eine Mail:  
[erziehungsinformation.soz@muenchen.de](mailto:erziehungsinformation.soz@muenchen.de)

Sie können die Elternbriefe auch online erhalten unter  
[www.muenchen.de/elternbriefe](http://www.muenchen.de/elternbriefe)

# 20. Brief - Alter des Kindes: 3 Jahre

## Der Schritt in den Kindergarten

Vielleicht haben Sie ja einen Platz für Ihr Kind in einem Kindergarten und nun zweifeln Sie, ob Ihr Kind überhaupt schon reif ist, sich mehrere Stunden am Tag von Ihnen zu trennen und sich in einer Gruppe durchzusetzen und wohlzufühlen.

Prinzipiell liegt die Bildung, Erziehung und Betreuung des Kindes in der Verantwortung der Eltern. Diese können und sollen über den Besuch Ihres Kindes in einer Kindertageseinrichtungen oder Kindertagespflege entscheiden. Für viele Familien stellt sich die Frage des Kindergartenbesuches nicht, weil finanzielle Gründe dazu zwingen, dass der alleinerziehende Elternteil berufstätig ist, beide Elternteile wieder arbeiten müssen oder weil Eltern einfach gerne wieder arbeiten möchten.

Entscheidend für eine gelungene Eingewöhnung Ihres Kindes in den Kindergarten ist natürlich auch, wie Sie selbst zu der Entscheidung stehen, Ihr Kind mehrere Stunden am Tag außerhalb der Familie betreuen zu lassen.

Vielleicht ist es eine Entscheidungshilfe für Sie zu wissen, welchen Auftrag eine Kindertageseinrichtung oder Kindertagespflege verfolgt.

Sie nimmt Ihnen nicht nur die Betreuung des Kindes ab, sondern bietet Bildung und Erziehung in vielfältiger Form: Die Sprachentwicklung wird durch verschiedenste Spiel- und Lernangebote gefördert. Die Beziehungs-, Gemeinschafts- und Kommunikationsfähigkeit Ihres Kindes wird aufgebaut. Kinder mit und ohne Behinderung werden nach Möglichkeit gemeinsam betreut, die soziale Integration wird gefördert, die

Entwicklung der Geschlechtsidentität wird unterstützt. Und nicht zuletzt bekommen auch Sie die Möglichkeit, andere Eltern kennenzulernen und sich mit ihnen auszutauschen.

Und schließlich haben Sie als Eltern auch den Vorteil, die gesunde Entwicklung Ihres Kindes von geschultem, pädagogischen Personal beobachten zu lassen.

Ihr Kind wird Ihnen aber auch selber Signale geben, ob es für den Kindergartenbesuch bereit ist: Die Lust auf andere Kinder ist ein sicheres, erstes Zeichen. Das Kind sollte sich ohne Angst für einige Zeit von den Eltern trennen können. Entscheidend für ein gutes Gelingen des Kindergartenbesuches ist die Eingewöhnungszeit. Und da jedes Kind unterschiedlich weit entwickelt ist, wird diese Zeit dem Entwicklungsstand der Kinder entsprechend gestaltet. In den städtischen Einrichtungen werden die Eltern intensiv in die Planung der Eingewöhnungszeit einbezogen. Falls es in der von Ihnen gewählten Einrichtung kein festes Konzept gibt, sollten Sie vorab die Gestaltung der Eingewöhnungszeit mit dem pädagogischen Personal besprechen.

Sie selbst sollten sich vor dem Kindergartenbesuch bewusst machen, dass lange Abschiedsszenen weder für das Kind noch für Sie selbst hilfreich sind. **Geben Sie Ihrem Kind stattdessen die Sicherheit, nach einer bestimmten Zeit wieder da zu sein, um es abzuholen.**

Verabreden Sie mit ihm eine Zeitangabe, die es versteht („nachher“ zum Beispiel ist viel zu unbestimmt). Der Ablauf in der Kindergruppe hat ja meistens eine Struktur, fragen Sie die Erzieherinnen oder Erzieher, was heute ansteht, dann können Sie ausmachen: Wenn ihr alle zusammen gesungen habt oder draußen im Garten gespielt habt. Sagen Sie Ihrem Kind zum Beispiel: „Ich werde ganz fest an dich denken!“ Diese Worte werden in ihm bleiben, auch wenn Sie schon verschwunden sind. Wenn Ihr Kind offensichtlich Kontakt zu anderen Kindern in der Gruppe gefunden hat, die Erzieherin oder den Erzieher

vertrauensvoll an die Hand nimmt oder sich auch von diesen trösten lässt, dann hat es den Schritt in den Kindergarten bewältigt.

**In den ersten Tagen und Wochen müssen Sie damit rechnen, dass Ihr Kind „fix und fertig“ nach Hause kommt.** Es hat so viel Neues zu bewältigen: Die Trennung, die anderen Kinder und Erwachsenen, die Spielangebote...

Geben Sie ihm deshalb ausreichend Zeit für Erholungspausen: ein Nickerchen, gemütliches Kuscheln, eine ruhige Vorleserunde.



## 20. Brief - Alter des Kindes: 3 Jahre

### Trennung tut manchmal weh

Abschied nehmen ist meist keine einfache Sache. Manchmal fällt es den Eltern fast noch schwerer als dem Kind! Aber Trennungserfahrungen sind für ein Kind wichtige Schritte auf dem Weg zu einer grösseren Selbstständigkeit. Es gewinnt mehr Vertrauen zu sich, aber auch zu Vater und Mutter. **Wenn die Eltern zwar weggehen, aber ganz sicher immer wieder kommen, verliert es die Angst, verlassen zu werden.** Sie als Eltern brauchen Vertrauen in die Menschen, die ihr Kind betreuen, vor allem darin, dass diese Ihnen ungeschönt sagen, wie es dem Kind ergangen ist. Viele Kinder sind nach einem tränenreichen Abschied ganz vergnügt, wenn die Eltern außer Sichtweite sind. Manche bleiben untröstlich oder traurig in sich gekehrt. Wenn Sie und die Betreuungspersonen den Eindruck haben, dass Ihr Kind noch nicht reif für Trennungen ist, dann sollten Sie es aus der Gruppe nehmen. Geduld hilft mehr als Zwang. Vielleicht sieht die Welt für Ihr Kind in einigen Monaten schon ganz anders aus. Manche Kinder fangen plötzlich an, beim Abschied zu weinen, nachdem sie schon Wochen oder Monate die morgendliche Trennung unbeschwert bewältigt hatten. Vielleicht hatten Sie und Ihr Kind am Morgen oder Tag zuvor „Stress“ miteinander. Oder es hat einen Konflikt in der Gruppe. **Regelmäßige Gespräche mit der Gruppenleitung können Probleme verhindern oder ausräumen.** Vielleicht ist Ihr Kind aber auch zurzeit so mit einem Entwicklungsschritt beschäftigt, dass es momentan einfach ein wenig aus dem Gleichgewicht geraten ist. Manche Eltern, vor allem allein Erziehende, haben morgens keine Zeit,

auf die Tränen ihres Kindes Rücksicht zu nehmen, die Arbeit beginnt pünktlich, die Trennung kann nicht aufgeschoben werden. Das tut den Eltern mindestens ebenso weh wie dem Kind. Gönnen Sie sich dann ausreichend Zeit nach dem Kindergarten füreinander, um etwas Schönes zu unternehmen.

### Einen Schritt vor – zwei zurück?

Der Besuch des Kindergartens ist ein Riesensprung nach vorn für Ihr Kind. **Aus dem Stand gelingt ein Sprung selten. Man muss Anlauf nehmen. Dazu bewegt man sich einige Schritte zurück.** So macht das jetzt wahrscheinlich auch Ihr Kind – im übertragenen Sinne. „Regression“ – „Rückschritt“ heißt der psychologische Ausdruck dafür. Die Kinder nehmen wieder Verhaltensweisen von früher an, als sie noch kleiner waren. Vielleicht will es, dass Sie ihm vermehrt helfen bei Sachen, die es schon kann, und vor allem im Kindergarten stolz selbstständig macht, etwa seine Schuhe an- und ausziehen. Oder es fängt wieder an am Daumen zu lutschen oder verlangt nach seinem Nuckeltuch. Vielleicht ist auch ab und zu das Bett nachts wieder nass oder es geht was in die Hose, obwohl es schon trocken war. Gestehen Sie ihm eine solche „Regression“ zu, **sie ist völlig normal und geht vorüber.**

Ihnen und Ihrem Kind bis zum nächsten Brief alles Gute,

*Ihr Stadtjugendamt*