

29. Brief - Alter des Kindes: 5 Jahre 3 Monate

In diesem Brief lesen Sie:

Seite 260

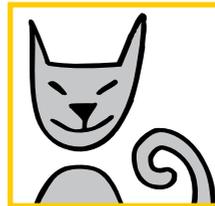


Mir ist so
langweilig

Seite 262

Kleine Pflichten für
kleine Menschen

Seite 263



Hamster,
Zwergkaninchen
und Co.

Seite 264



Wenn das
Bett nass wird

Seite 266

Adressen-
verzeichnis

29. Brief - Alter des Kindes: 5 Jahre 3 Monate

Liebe Eltern, liebe Mutter, lieber Vater!

Im letzten Brief haben wir davon geschrieben, dass die Fünfjährigen voller Tatendrang sind, ihnen immer etwas einfällt, sie gerne mit allem Möglichen (und Unmöglichem) herumexperimentieren. Natürlich ist das nicht immer so. An manchen Tagen wissen Kinder gar nichts mit sich anzufangen, nörgeln und quengeln herum, weil ihnen überhaupt nichts einfällt, womit sie sich beschäftigen könnten.

Mir ist so langweilig

„Was soll ich spielen?“ – Mit dieser jammernden Frage steht Ihr Sprössling nun schon zum wiederholten Mal vor Ihnen; ausgerechnet heute, wo Sie nicht gestört sein möchten, weil Sie etwas Wichtiges in Ruhe erledigen wollen oder müssen. „Mir ist so langweilig“ können Eltern schnell als Appell verstehen, diesem Zustand sofort entgegenwirken zu müssen.

Doch kennen wir Erwachsenen dieses Gefühl nicht auch?

Der lang ersehnte Urlaub ist da oder ein Nachmittag nur für Sie, es gibt keine Anforderungen und plötzlich fallen Sie in ein Loch und können diese Zeit erst einmal nicht so genießen, wie Sie es sich vorgestellt haben.

Sie benötigen erst einmal ein wenig Zeit, um sagen zu können, was Sie nun am liebsten machen wollen. Die Langeweile hat also den Sinn, eigene Bedürfnisse und Interessen erst einmal erkennen zu können. Genauso geht es den Kindern auch.

Fünfjährige haben noch viel zu entdecken und sie bergen eine enorme Kreativität in sich. Sie können schon viel alleine,

benötigen aber in manchen Dingen noch Anregung und Unterstützung.

Manchmal müssen Sie noch lernen, mit sich selbst etwas anzufangen.

In Momenten der Langeweile wird das Kind auf sich selbst zurückgeworfen, was jedoch zum Vorteil hat, dass Raum für Fantasie und Kreativität entstehen kann.

Aus diesem Grund ist es nicht förderlich, beim Klagen über Langeweile sofort ein Spielangebot zu machen oder gar das Kind vor den Fernseher zu setzen oder unbegrenzt Medien konsumieren zu lassen. Es gibt zwar viele für Kinder geeignete „Apps“ und Spiele, die Lerneffekte haben und Kreativität fördern, der Medienkonsum ist trotzdem immer eine Einbahnstraße und fördert eine passive Konsumhaltung.

Das Kind kann nichts hinterfragen und die Möglichkeiten sind immer vorgegeben und begrenzt. Wenn sich Ihr Kind also „langweilt“, geht es als Erstes darum, wahrzunehmen, was wirklich mit ihm los ist: ob Ihr Kind keine Lust auf Beschäftigung hat (und zum Beispiel lieber mit Ihnen kuscheln mag), ob es nicht alleine spielen will oder ob es nur eine Anregung braucht.

Manchmal fällt es Kindern auch einfach schwer, vom Kindergarten mit seinen unbegrenzten Spielangeboten und -aufforderungen „umzuschalten“, d.h. sich zu Hause alleine zu beschäftigen.

Auch ein **Überfluss an Spielsachen** kann Langeweile erzeugen, weil sich das Kind gar nicht mehr entscheiden kann, womit es jetzt spielen soll. Da kann es schon helfen, zusammen mit dem Kind auszusortieren, was vielleicht auf den Flohmarkt oder in den Keller wandern kann. **Manchmal ist auch einfach das Spielzeug zu „langweilig“, bietet zu**

wenig Möglichkeiten, die eigene Fantasie spielen zu lassen. Wie wär's zum Beispiel mit einer Kiste mit alten Klamotten zum Verkleiden und Theaterspielen?

Wenn Sie das Gefühl haben, Ihr Sohn oder Ihre Tochter hat häufig das Problem sich alleine zu beschäftigen, sollten Sie versuchen, die Ursache herauszufinden. Vielleicht haben Sie immer zu schnell eigene Vorschläge gemacht, sodass Ihr Kind sich jetzt auf Sie verlässt. Und wie verhält es sich im Kindergarten? Ergreift es dort auch selten die Initiative für eine Spielidee? Im Gespräch mit der Erzieherin oder anderen Eltern erfahren

Sie sicher einige Anregungen, wie und womit Kinder sich auch alleine beschäftigen können.

Sie können einem Fünfjährigen durchaus auch „echte“ Arbeit anbieten. Diese Dose mit Knöpfen sollte schon lange mal sortiert werden: die weißen zu den weißen, die bunten zu den bunten, Holzknöpfe zu Holzknöpfen... Vielleicht hat Ihr Kind Spaß daran. Hier lässt sich gut die Überlegung anschließen, inwieweit man Kinder in diesem Alter schon an Hausarbeiten beteiligen kann oder sollte.



Kleine Pflichten für kleine Menschen

Sicher kann und sollte ein Kind in diesem Alter schon regelmäßige Pflichten im Haushalt übernehmen. Sie dürfen es nur nicht überfordern. Zum Beispiel kann es helfen, den Tisch zu decken, oder nach dem Essen seinen Teller wegräumen, schließlich sind Eltern nicht die Dienstboten der Kinder.

Meist interessiert die Kinder die Arbeit im Haushalt und sie helfen gern; etwa beim Schneiden von Gemüse oder beim Spülen des Geschirrs – mit dem ganzen Abwasch oder dem Abtrocknen sind sie allerdings noch überfordert. Ohne Pannen wird die Mithilfe nicht immer abgehen, und manches wäre ohne die Unterstützung des Kindes schneller erledigt. Aber: Erst Übung macht den Meister, die Meisterin. Über Missgeschicke sollten Sie großzügig hinwegsehen, sonst verliert das Kind die Lust und sein Selbstvertrauen. Wenn es mitmachen darf und auch Verantwortung hat, fühlt es sich „groß“ und in das Leben der Familie einbezogen. **Seine kleinen Pflichten wird es umso selbstverständlicher übernehmen, je mehr es erlebt, dass alle in der Familie sich die Verrichtungen der alltäglichen Hausarbeit teilen.**

Was aber, wenn Ihr Kind keine Lust hat, die aufgetragene Arbeit zu erledigen? Wenn es aus einem Spiel herausgerissen wird, ist diese Unlust verständlich, denn es geht ja gerade einer durchaus ernsthaften Beschäftigung nach. Einen Zeitaufschub sollten Sie Ihrem Kind daher gewähren. Andererseits sollten auch kleine Pflichten nicht nur nach Lust und Laune erledigt werden. Aber vielleicht können Sie sich Diskussionen

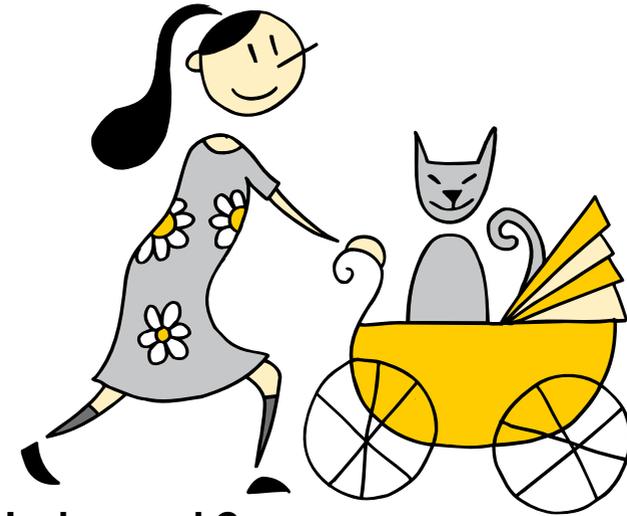
oder gar Machtkämpfe ersparen, wenn Sie dem Kind, wo es möglich ist, einen Spielraum lassen, wann es seine Aufgabe erfüllt. Manchmal haben ja auch Erwachsene keine Lust auf eine bestimmte Hausarbeit, dann bleiben zum Beispiel die Betten ungemacht.

Vielleicht können Sie ja so etwas wie eine Art „Keine-Lust-Gutschein“ für jeden in der Familie einführen: Einmal in der Woche darf jeder oder jede mal keine Lust haben oder findet jemanden zum Tauschen nach dem Motto: „Ich mach das für dich, dann machst du das für mich.“ Das ist natürlich nur als kleine Fantasieanregung gedacht, um eine praktikable Lösung für Ihre Familie zu finden.

Problematisch ist es, wenn das Mithelfen im Haushalt mit Belohnungen erkauf wird. Ein Kind sollte nicht bestochen werden, um „brav“ zu sein. Mit einer Belohnung geben die Eltern dem Kind zu verstehen, dass sein Helfen (oder Wohlverhalten) keine Selbstverständlichkeit ist. **Schließlich wird es meinen, dass es nichts tun muss, wenn keine Belohnung dafür herauspringt.** Belohnungen verführen auch zum Feilschen nach mehr, denn irgendwann stellt die einmal gewährte „Vergütung“ nicht mehr zufrieden.

Zum Thema „Pflichten“ gehört auch die Frage, wie weit Kinder die Pflege und Versorgung von Haustieren übernehmen können.

Hamster, Zwergkaninchen und Co.



Irgendwann kommt nahezu jedes Kind mit dem Wunsch nach einem Haustier daher. Und sind Haustiere für Kinder nicht eine wunderbare Gelegenheit, Verantwortung für ein anderes Lebewesen zu übernehmen? Sicherlich, aber überlegen Sie gründlich, bevor Sie entscheiden, ob und welches Tier Sie als neuen Familiengenossen aufnehmen – **Haustiere sind Angelegenheiten der ganzen Familie!** In erster Linie müssen sich die Eltern also darüber klar werden, wie viel Zeit und Mühe sie dafür aufwenden wollen – vor allem, wenn das anfängliche Interesse des Kindes nachlässt und schließlich sie selbst zum Haupt-Tierpfleger aufsteigen. **Jüngere Kinder sind überfordert, wenn sie allein die Verantwortung übernehmen sollen;** wie sehr sie sich beteiligen können, hängt natürlich auch davon ab, wie „pflegeleicht“ das Haustier ist.

Ein Hund erfordert mehr Aufwand als ein Hamster oder eine Katze. **Und regelmäßige Zuwendung braucht jedes Tier, sonst verkümmert es.** Fünfjährige können wohl das Füttern übernehmen, wenn man ihnen zeigt, was und wie viel sie geben sollen – wenn man sie erinnert. Fünfjährige sind noch unbeständig in ihren Neigungen und kaum in der Lage, regelmäßig und zuverlässig an das Füttern und Sauberhalten eines Tieres zu denken. Wenn die Eltern dann ständig mahnen und schimpfen, fängt ein Kind womöglich an, sich über das Tier zu ärgern und behandelt es schlecht. Wenn es gut läuft, können Tiere Kindern viel geben, sie erwidern die Zuneigung des Kindes ohne Berechnung, sind Ansprechpartner und Spielgefährten. Und im Fell des Freundes mit vier Pfoten kann man sich auch mal ausweinen.

29. Brief - Alter des Kindes: 5 Jahre 3 Monate

Kinder brauchen aber auch die Anleitung von den Eltern, wie sie mit dem neuen Hausgenossen umgehen müssen, welche Eigenarten und Bedürfnisse er oder sie hat, zum Beispiel, warum die Katze faucht oder der Hund knurrt.

Wer ein Tier hält, muss es artgerecht ernähren, pflegen und unterbringen.

Also machen Sie sich selbst vor der Entscheidung kundig: Hamster sind nachtaktiv und ruhen tagsüber, von daher sind sie also eigentlich kein idealer Spielgefährte für kleinere Kinder, Mäuse hingegen sind tagsüber aktiv, sind sehr gesellig und leiden, wenn sie allein sind.

Und Tiere sind Lebewesen und keine Sache – von der man sich einfach wieder trennen kann, wenn sie einem lästig wird.

Jede Tierart hat auch eine unterschiedliche Lebenserwartung. Mäuse zum Beispiel leben selten länger als zwei Jahre, Katzen können bis zu 20 Jahre alt werden. Dass ein Tier stirbt, muss immer mitbedacht werden. Für die meisten Kinder ist der Tod ihres Tieres ein großer Schmerz. Allerdings sollte dies für die Eltern nicht ausschlaggebend sein, sich gegen ein Tier zu entscheiden. Der Tod gehört zum Leben. Ein Kind muss sich aber in seiner Trauer ernst genommen fühlen.

Bei der Entscheidung für oder gegen ein Haustier muss weiterhin überlegt sein:

Gibt es eine Allergie gegen Tierhaare in der Familie? Wer versorgt das Tier, wenn Sie in Urlaub fahren? Was kostet der Unterhalt, ist die Wohnung geeignet, Tierhaltung erlaubt?

Wenn Sie entscheiden, kein Haustier zu nehmen, so können Sie der Tierliebe Ihres Kindes dennoch entgegenkommen, etwa durch Besuche im Zoo oder mit einem Urlaub auf dem Bauernhof.

Wenn das Bett nass wird

Die meisten Kinder können jetzt ihre Blase kontrollieren, nur tagsüber passiert manchmal noch ein „Malheur“, meist in der Aufregung des Spiels oder vor lauter Schreck.

Wenn Kinder nachts noch einnässen, machen sich die meisten Eltern Sorgen.

Da gilt es erst einmal in Ruhe hinzuschauen: War das Kind überhaupt schon über einen gewissen Zeitraum (einige Monate) nachts trocken oder nicht? **Es gibt nämlich auch bei der Fähigkeit zur Blasenkontrolle eine breite Entwicklungsspanne bei Kindern.** Manche Zweijährige sind nachts trocken, manche Achtjährige noch nicht. In seltenen Fällen gibt es organische Gründe für das nächtliche Bettnässen. Wenn die Kinderärztin, der Kinderarzt dies ausgeschlossen hat, braucht Ihr Kind noch Zeit zur Reife, bis es nachts „automatisch“ trocken wird. In diesem Fall bedarf Bettnässen keiner besonderen Behandlung.

Etwas anderes ist es, wenn ein Kind schon längere Zeit – also mindestens einige Monate – nachts trocken war und nun wieder einnässt. Dies kann ein Hilferuf an die Eltern sein, der auf einen unbewältigten Konflikt hinweist. Vielleicht ist ein Geschwisterchen angekommen, vielleicht spürt es die Spannungen zwischen den Eltern, obwohl die sich bemühen, das Kind herauszuhalten. Gerade damit sich diese Konflikte und Spannungen für Ihr Kind nicht verstärken, braucht es jetzt Ihre verstehende und hilfreiche Haltung. **Spott oder gar Bestrafung machen für das Kind alles nur noch schlimmer;** für die Eltern übrigens auch, weil dies ja nichts bewirkt. **Kein Kind macht mit Absicht nachts ins Bett:** weder das Kind, dessen Blasenkontrolle noch reifen muss, noch



das Kind, das vielleicht nachts von einem seelischen Kummer „überwältigt“ wird. **Statt noch mehr Spannung ist dagegen Entspannung angesagt** – das hilft auch den Blasenmuskel zu entspannen. Denn je mehr sich das nasse Laken zwischen Ihnen und dem Kind zum „Problem“ auswächst, desto eher kann es sich zum Dauer-Problem entwickeln. Wenn das Kind spürt oder zu hören bekommt, dass etwas mit ihm nicht stimmt, leidet auch sein Selbstbewusstsein.

Sein Selbstbewusstsein wird hingegen gestärkt, je mehr Selbstverantwortung es übernehmen kann. So sollte es seine Windel am Abend selber anziehen. Es kann aber auch sein, dass es sich weigert, weil nur „Babys“ eine Windel tragen, dann sollten Sie es nicht dazu zwingen. Ein Gummütuch unter dem Bettlaken erspart zwar nicht das ständige Wechseln und Waschen, aber es hilft Ihrem Kind. **Und schließlich ist es auch groß genug, um das Bettlaken zum Trocknen**

vor die Heizung oder an einen anderen geeigneten Platz zu tragen oder in die Waschmaschine zu stecken.

Die Weigerung eine Windel zu tragen sollten Eltern vor allem dann respektieren, wenn ein jüngerer Geschwister vielleicht nachts schon trocken ist. Für das „große“ Kind ist es einfach wichtig, in dieser Frage nicht zum „kleinen“ zu werden.

Vielleicht scheuen Sie sich Ihr Kind wegen dieses „Problems“ bei seinem Freund, seiner Freundin schlafen zu lassen oder andere Kinder zum Übernachten einzuladen. Es ist Ihnen selbst möglicherweise peinlich oder Sie fürchten, dass Ihr Kind als „Bettnässer“ verspottet wird. Ihr Selbstbewusstsein hilft aber auch Ihrem Kind. Sprechen Sie offen mit den anderen Eltern, geben Sie Ihrem Kind als Übernachtungsgepäck eine Windel oder eben Gummütuch und Bettwäsche mit. Und Kinder hacken auf den vermeintlichen Schwächen anderer

29. Brief - Alter des Kindes: 5 Jahre 3 Monate

Kinder meist nur herum, wenn sie die geringschätzig Haltung der Erwachsenen dazu kennen oder spüren.

Die Fähigkeit die Blase zu kontrollieren hat übrigens nichts mit der Trinkmenge zu tun. Es hilft gar nichts, dem Kind ab dem späten Nachmittag nichts zu trinken zu geben. Nur die volle Blase vermittelt den Spannungszustand, der als Weckreiz dienen kann. **Ebenso wenig kommt man zum Ziel, wenn man das Kind nachts weckt.** Schließlich soll es ja lernen, sich selbst zu kontrollieren. Der Topf neben dem Bett oder schwache Nachtlampen, die den Weg zur Toilette weisen, können dagegen dabei helfen, dem Weckreiz, wenn er sich entwickelt hat, auch zu folgen.

Gerade wenn das Bettnässen plötzlich wieder aufgetreten ist, braucht Ihr Kind viel mehr Aufmerksamkeit als das nasse Bettuch.

Machen Sie die Einschlafzeit zur Kuschelstunde, versuchen Sie durch Beobachtung und vorsichtige Gespräche herauszufinden, was es bedrückt. Fragen Sie im Kindergarten nach, wie es Ihrem Kind dort geht.

Eltern fühlen sich oft selbst als „Versager“, wenn ihr Kind wieder einnässt. Der Besuch einer Beratungsstelle (s. Brief 27) kann Entlastung von Schuld- und Schamgefühlen bringen. Gemeinsam mit der Beraterin oder dem Berater können Eltern konkrete Lösungen erarbeiten, die auf die ganz persönliche Situation des Kindes und der Familie abgestimmt sind.

Weckautomaten, gar Medikamente sind dagegen eher ein Herumdoktern am Symptom, **denn nicht das nasse Bettlaken muss ja behandelt werden, sondern die Seele des Kindes**, die mit einer Belastung nicht allein zurechtkommt.

Im nächsten Brief widmen wir uns den Fragen rund um die Einschulung. Bis dahin Ihnen und Ihrem Kind alles Gute.

Ihr Stadtjugendamt

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

Sie können die Elternbriefe auch online erhalten unter www.muenchen.de/elternbriefe

Adressenverzeichnis

Erziehungsberatungsstellen
siehe Elternbrief Nr. 27

Impressum:

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

Illustration:
Jonas Distel
Fotos:
pip/photocase.de,
S. 261; photo-
phonie, S. 265
© 2017
Landeshauptstadt
München, Abdruck
nur mit schriftlicher
Genehmigung.