



## Selbstständigkeit, Zumuten, Zutrauen

Kinder lernen durch eigene Erfahrungen. Sie erforschen von sich aus ihre Umgebung, wenn sie sich wohl und sicher fühlen. Dafür brauchen sie das Vertrauen ihrer Eltern und Gelegenheiten, Neues auszuprobieren und auch einmal Fehler zu machen. Lassen Sie Ihr Kind einfache Entscheidungen selbst treffen. Schützen Sie es vor Gefahren und üben Sie gleichzeitig den Umgang damit. Begleiten Sie Ihr Kind zum Beispiel zu Fuss in den Kindergarten und üben Sie mit ihm das Verhalten im Verkehr. So lernt es schrittweise, den Schulweg zu meistern – allein oder zusammen mit anderen Kindern.

### **Trauen Sie Ihrem Kind etwas zu**

Selbstvertrauen wächst, wenn Kinder Herausforderungen selbstständig bewältigen. Beziehen Sie Ihr Kind zuhause in den Alltag mit ein. Geben Sie ihm kleine Aufgaben: bei der Wäsche die passenden Socken finden, das Besteck einräumen, den Tisch decken, Rüebli schälen, Gurken schneiden, Blumen giessen, beim Einkaufen die Milch holen oder Äpfel wiegen. Achten Sie darauf, dass Ihr Kind Kleider und Schuhe hat, die es selbst anziehen kann und lassen Sie ihm genügend Zeit dafür.

Neue Aufgaben warten auch in der Schule darauf, entdeckt und angepackt zu werden. Wenn Ihr Kind Alltägliches wie Hände waschen, zur Toilette gehen oder aufräumen schon kann, startet es mit gesundem Selbstvertrauen in den Kindergarten. So wird es neue Herausforderungen gerne angehen und Lernangebote mit Freude nutzen.

### **Wir sind für Sie da:**

Mütter- und Väterberatung Kanton Bern



Erziehungsberatung des Kantons Bern

