



# Kinder werden durch Bindung stark

## Wichtige Menschen

Kinder brauchen ab der Geburt eine enge und gute Bindung zu ihren Eltern und zu anderen vertrauten Menschen.

Kinder entwickeln sich viel besser, wenn sie sich verstanden und geliebt fühlen.

Sie lernen auch viel besser neue Sachen.

Kinder werden dadurch schneller selbständig.





Kinder brauchen in den ersten Lebensjahren:

- Kontakt und körperliche Nähe
- eine Umgebung,  
die die Kinder beim Wachsen unterstützt
- direkte Zuwendung
- Sichere Bindung
- Jedes Kind ist einmalig  
und wird auch als einmalig akzeptiert
- das Kind traut sich selbst etwas zu
- sich geborgen fühlen
- Beziehungen und Kontakte, die zuverlässig sind
- klare Regeln, an die sich alle halten
- viel mit einander sprechen
- Sorgfältiger Umgang mit Medien.  
Das bedeutet, sich zu kümmern,  
was das Kind im Fernsehen oder im Internet ansieht.
- geduldig sein im Umgang mit dem Kind





## Kontakt und körperliche Nähe

Kinder möchten körperlichen Kontakt zu vertrauten Menschen.  
Zum Beispiel ihren Eltern oder Geschwister.

Es ist nur dann in Ordnung, wenn das Kind die körperliche Nähe auch möchte.  
Achten Sie auf die Signale vom Kind.

Mit dem eigenen Körper und Körperkontakt wollen Kinder gute Erfahrungen machen.

Das macht das Immunsystem stark.  
Damit bleibt das Kind gesund.

Kinder beruhigen sich oft besser, wenn sie sanft gestreichelt werden.

Kinder zeigen uns auch ihre Grenzen.  
Sie zeigen, was sie nicht mögen.  
Diese Grenzen müssen Sie einhalten.

### **Tipp:**

Singen Sie Lieder vor.  
Oder Sie machen Finger-spiele zu denen Körperkontakt dazu gehört.



Auch Massagen sind gut,  
wenn das Kind sie genießt.

**Das ist ein Beispiel  
für eine Streichel-massage im Gesicht:**

Komm her mein kleines Bärchen,  
ich streichel deine Häärchen.

Komm her du kleine Maus,  
ich streichel deine Augen·brauen aus.

Komm her mein kleiner Hase,  
ich streichel deine Nase.

Komm mein kleiner Hund,  
ich streichel deinen Mund.

Und in dein Öhrchen,  
erzähl ich dir ein Märchen: „Flüster...“



## **Eine Umgebung, die die Kinder beim Wachsen unterstützt**

Kinder lernen beim Spielen.

Kleine Kinder spielen gerne mit Sachen aus dem Alltag.  
Zum Beispiel Plastikschüsseln oder Decken.

Kinder lernen von anderen Kindern.  
Kinder spielen gerne mit anderen Kindern.  
Dabei finden sie Freunde.  
Dabei lernen Kinder wichtige Dinge im Umgang mit anderen Menschen.

Zum Beispiel:

- auf andere Kinder Rücksicht nehmen
- Körpersprache von anderen verstehen lernen
- Gesichtsausdruck sehen und verstehen, was damit gemeint ist
- Streit lösen
- Gefühle zeigen

DIE ERSTEN JAHRE

RUND UMS KIND

Kinder bewegen sich viel und gerne.  
Dadurch werden sie ruhiger und sicherer.  
Der Körper und der Kopf  
entwickeln sich gut,  
wenn sich das Kind viel bewegt.



**Tipp:**

gehen Sie einmal am Tag für 1 Stunde  
mit dem Kind nach draußen.

Zum Beispiel auf den Spielplatz oder den Sportplatz.



## Viel mit·einander sprechen und direkte Zuwendung

Kindern tut es gut,  
wenn sich Erwachsene  
Zeit für sie nehmen  
und sich ganz auf sie konzentrieren.

Sprechen Sie mit Ihrem Kind.  
Erklären Sie dem Kind die Welt.

Zuwendung und Aufmerksamkeit  
helfen dem Kind  
gut auf sich selbst auf·zu·passen.  
Das Kind lernt auch,  
gut mit anderen Menschen umzu·gehen.

### **Tipp:**

Planen Sie Zeit für Ihr Kind ein,  
in der sie sich nur um das Kind kümmern.  
Legen Sie in dieser Zeit Smartphones und  
andere elektronische Geräte auf die Seite.





## Wer hat diesen Text gemacht?

Mitarbeiterinnen der Fachstelle Frühe Hilfen haben den Text geschrieben.

Die Geschäftsstelle Inklusionskonferenz hat den Text in Leichte Sprache übersetzt.

Der Text wurde geprüft von Peter Sinn und Kollegin.

Die Bilder sind von:

© Lebenshilfe für Menschen

mit geistiger Behinderung Bremen e.V.

Illustrator: Stefan Albers, Atelier Fleetinsel, 2015

und

aus der Broschüre „Stark durch Bindung“

Bayrisches Staatsministerium für Familie, Arbeit und Soziales

Stand: Dezember 2021

