

**Liebe Netzwerkmitglieder!**

Die Vorweihnachtszeit 2019 neigt sich dem Ende entgegen. Entsprechend der Tradition rundet der „15. Rundbrief“ das Jahr mit dem Thema der Netzwerktagung ab. Der diesjährige Tagungsschwerpunkt lag auf dem Thema „Zusammenarbeit mit Eltern stärken“. Seit 2006 hat das „Netzwerk Kita & Gesundheit Niedersachsen“ diesen Scherpunkt mit den Titeln „Was brauchen Kitas? Was brauchen Eltern?“ oder „Hilfe die Eltern kommen (nicht)!“ immer wieder aufgegriffen. Mit dem Blick auf unsere diesjährige Netzwerktagung zeigte sich deutlich ein Wandel an Vorstellungen und Wünschen im Rahmen einer gelungenen Zusammenarbeit mit Eltern und wie wichtig diese Aspekte vor dem Hintergrund zunehmender Ganztagsbetreuung und Krippenplätze in den Einrichtungen sind. Die Betreuung der Kinder erstreckt sich mittlerweile über viele Jahre hinweg, so dass die einrichtungsinternen Konzepte große Bedeutung, auch für die Gesundheit, Bildung und Entwicklung der Kinder haben. Einige Aspekte hierzu finden Sie in dem umfangreichen Tagungsbericht.

**Planungen für das Jahr 2020**

Auf dem diesjährigen Organisationstreffen am 04.12.2019 in Hannover, gab es wieder rege Diskussionen, interessante Hinweise und Informationen. Ziel war es, sich über aktuelle Themen, Problemlagen und Fragestellungen für 2020 auszutauschen. Zum Abschluss des Treffens wurde festgelegt, dass die Netzwerktagung am 17.11.2020 zu den Themen „Alltagskompetenzen entwickeln, stärken und fördern ...“ stattfinden wird. Sollten Sie hierzu über Hinweise, Anregungen oder Tipps verfügen, dann lassen Sie es uns wissen. Schicken Sie uns einfach eine E-Mail, denn wir freuen uns über Ihre Anregungen.

Auch in diesem Jahr möchten wir uns ganz herzlich bei allen bedanken, die Ideen und Beiträge beigesteuert und die Aktivitäten des Netzwerks so mitgestaltet haben.

Wir wünschen Ihnen eine schöne Weihnachtszeit, einen angenehmen Jahresausklang und einen gesunden Start ins neue Jahr 2020.

Mit herzlichen Grüßen

Angelika Maasberg

*Fachreferentin für Gesundheitsförderung*

Inhalt

<b>SCHWERPUNKTTHEMA</b>	<b>3</b>
GUTE ZEITEN – SCHLECHTE ZEITEN?! ZUSAMMENARBEIT MIT ELTERN STÄRKEN	3
UMGANG MIT KRÄNKUNG	6
GELINGENSBEDINGUNGEN ZUSAMMENARBEIT MIT ELTERN VORURTEILSBEWUSST GESTALTEN	7
TÜR- UND ANGELGESPRÄCHE	8
KONFLIKTE MIT ELTERN...	9
STOLPERFALLE SPRACHE	9
ZUSAMMENARBEIT UND KOMMUNIKATION MIT ELTERN	9
<b>IN EIGENER NETZWERK-SACHE</b>	<b>10</b>
LEICHTE SPRACHE, LEICHT GEMACHT?	10
<b>AKTUELLES</b>	<b>11</b>
PÄDAGOGISCHE FACHKRÄFTE SIND GEFRAGT!	11
ZÖLIAKIE – WAS BEDEUTET ES FÜR DEN KITA-ALLTAG?	12
AN DIE TÖPFE, FERTIG, LOS!	13
<b>MITGLIEDERBEITRÄGE</b>	<b>15</b>
ZÄHNEPUTZEN IN DER KITA, IST DAS NICHT „UNHYGIENISCH“?	15
FOCUS IN DER ELTERNARBEIT	16
MEINE KITAAPP	17
<b>LITERATUR</b>	<b>19</b>
DANI UND DIE DOSENMONSTER	19
BINDUNGS- UND BEZIEHUNGSQUALITÄT	19
EINGEWÖHNUNG UND BEZIEHUNGSaufbau	19
FRÜHPÄDAGOGISCHE KONZEPTE PRAKTISCH	19
AUTISMUS UND GESUNDHEIT.	20
KONFLIKT UND STREIT	20
BINDUNG UND AUTONOMIE	20
<b>ALLTAGSTAUGLICHES</b>	<b>21</b>
<b>VERANSTALTUNGSHINWEISE</b>	<b>23</b>
PSYCHISCHE GESUNDHEIT IN DER KITA	23
REGIONALE DIALOGWERKSTATT	23
FRÜH ÜBT SICH... DIE STÄRKEN UND...	23
PARTIZIPATION	24
– EIN WICHTIGES THEMA	24
KITA IN BEWEGUNG	24
BURNOUT-PRÄVENTION	24
ROTE KARTE FÜR`S ARBEITSKLIMA?!	25
NATUR BEWEGT ERLEBEN	25
GUTE UND GESUNDE KITA FÜR ALLE!	25
TISCHLEIN DECK DICH ...	26

**Impressum:**

Rundbrief 15 des Netzwerks Kita & Gesundheit Niedersachsen

Dezember 2019 c/o Landesvereinigung für Gesundheit und  
Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen e.V.  
Fenskeweg 2, 30165 Hannover  
Tel.: (05 11) 3 88 11 89 -0  
Fax: (05 11) 3 88 11 89 -31  
E-Mail: [info@gesundheit-nds.de](mailto:info@gesundheit-nds.de)  
Internet: [www.gesundheit-nds.de](http://www.gesundheit-nds.de)

**Redaktion:**

Angelika Maasberg, Stephanie Schmitz

**Beiträge:**

Margarita Feller, Jeanette Kluba, Angelika Maasberg, Prof. Dr. Karl Ernst von Mühlendahl, Sandra Pape, Bärbel Peper, Elena Reuschel, Stephanie Schmitz, Annegret Schwepper, Julia Veigel, Ruben Vormeier, Sandra Warszewicz.

Bildquellen und Graphiken:

Seite 1, 3 © LVG&AFS

Seite 11 © Deutsche Zöliakie-Gesellschaft e.V. Broschüre für leichte Sprache

Seite 12 © Sarah Wiener Stiftung

Seite 16 © LVG&AFS

Seite 17 © Prof. Dr. med. Karl Ernst v. Mühlendahl, Meine Kita-App

Seite 23 © [www.pexels.com](http://www.pexels.com)

**Druck und Versand:**

Dominika Krysik

**Beiträge:**

Namentlich gekennzeichnete Artikel geben die Meinung der Autorin/des Autors wieder, nicht unbedingt die der Redaktion

## SCHWERPUNKTTHEMA

Sandra Pape,  
Elena Reuschel, Stephanie Schmitz

### **Gute Zeiten – schlechte Zeiten?! Zusammenarbeit mit Eltern stärken**

#### Bericht zur 14. Jahrestagung des Netzwerks Kita & Gesundheit

Unter dem Titel „Gute Zeiten – schlechte Zeiten?! Zusammenarbeit mit Eltern stärken“ fand am 21. November 2019 die landesweite Fachtagung des „Netzwerks Kita & Gesundheit Niedersachsen“ in Hannover statt. Mit der Unterstützung der Techniker Krankenkasse wurde in diesem Jahr das Thema Zusammenarbeit mit Eltern in Kitas aufgegriffen. Für die kindliche Entwicklung ist eine gute Zusammenarbeit von Eltern und pädagogischen Fachkräften von besonderer Bedeutung, da sie den Kindern eine gezielte und individuelle Förderung ermöglicht. Auf der Veranstaltung rückten die Zusammenarbeit

und insbesondere die Förderung eines regelmäßigen, zielführenden und guten Austausches zwischen den Eltern und der Kita in den Mittelpunkt. Mit Vorträgen, einem Wortwechsel und praxisorientierten Workshops wurden das Thema beleuchtet, Informationen vermittelt sowie Tipps und Anregungen gegeben.

Zu Beginn der Tagung begrüßte Frau Angelika Maasberg, die Koordinatorin des Netzwerks Kita und Gesundheit Niedersachsen, die circa 150 Teilnehmer\*innen. Frau Maasberg wies in diesem Zusammenhang auf die Angebote und den Aufbau des Netzwerks hin. Aktuell sind 80 Prozent der Netzwerk-Mitglieder direkt in

der Kita beschäftigt oder stehen in engem Kontakt mit ihnen, wie zum Beispiel Kita-Fachberatungen. Weitere Mitglieder des Netzwerks sind Verbände, Berufsbildende Schulen, Vertreter\*innen von Jugend und Gesundheitsämtern, Kinderärzt\*innen sowie Krankenkassen. Das Netzwerk Kita bietet neben regelmäßigen Online-Newslettern und Rundbriefen mit wichtigen Informationen zum Thema Gesundheitsförderung und ebenso kollegiale Austauschtreffen oder Organisationstreffen an. Bei einem Treffen im Dezember 2018 wurde auch das Thema der diesjährigen Netzwerktagung gemeinsam erarbeitet.

Nach der Begrüßung wies Frau Maasberg auf die Komplexität in der Elternarbeit hin: Einerseits gibt es Eltern, die sehr engagiert sind und kooperativ den Kita-Alltag mitgestalten. Andererseits können Eltern auch sehr fordernd auftreten und die pädagogischen Fachkräfte unter Druck setzen. Weiterhin gibt es aber auch Eltern, die sich sehr wenig kümmern (können) oder kaum Interesse zeigen. Diese Eltern zu erreichen ist oft nicht einfach und fordert den Einrichtungen

viel ab. Als Expertin zu diesem Thema wurde Frau Prof. Dr. Eva Busch, Leiterin des Winnicott Instituts in Hannover, begrüßt. In ihrem Vortrag „Zusammenarbeit mit Eltern stärken“ gab sie wichtige Informationen und Denkanstöße weiter.

#### **Unterschiedliche Interessen verstehen und Beziehungsaufbau sichern**

Um die unterschiedlichen Interessen der Eltern, der Kinder und der pädagogischen Fachkräfte in der Kita zu verstehen und somit eine Basis für eine gelingende Zusammenarbeit zu schaffen, war es zunächst von Bedeutung, einen Input zum Thema kindliche Entwicklung zu vermitteln. Frau Prof. Dr. Busch erörterte, dass



in den ersten zwei Lebensjahren der Kinder eine bekannte, zuverlässige, immer verfügbare und „primäre“ Bezugsperson von äußerst großer Bedeutung ist. In den ersten drei Lebensjahren wird somit eine wichtige Vertrauensbasis geschaffen. Die Expertin erklärte, dass in der Kita das Risiko besteht, dass diese konstante Bezugsperson nicht mehr vorhanden ist. Den Kindern fehlen gegebenenfalls die benötigte Bestätigung und Verbundenheit, die sie zuvor mit der Anwesenheit der Eltern erfahren konnten. Um dieses in der Kita zu gewährleisten, wäre bei 6-8-Wochen alten Kindern die Betreuung durch eine pädagogischen Fachkraft für drei Kinder nötig. Dieser Betreuungsschlüssel ist in den Kitas jedoch nicht realistisch. Frau Prof. Dr. Busch gab zu Bedenken, dass ein sehr früher Kita-Besuch die Wahrscheinlichkeit für das Auftreten einer Entwicklungsstörung erhöhen kann. Diese Störungen können von den Kindern auf unterschiedliche Arten geäußert werden: laute und schreiende Kinder oder eher zurückziehende und verstummende Kinder. Störungen, die in der Entwicklung auftreten, können mitunter auch Schwierigkeiten im späteren Lebensverlauf zur Folge haben. Als Beispiele können dissoziales und/oder aggressives Verhalten, Depressionen oder auch Störungen im Beziehungsaufbau genannt werden.

Frau Prof. Dr. Busch beobachtet, dass aufgrund der engen Verbundenheit zwischen Eltern und Kindern, es Eltern oft nicht leichtfällt, ihre Kinder in der Kita abzugeben. Eltern wünschen sich, dass ihr Kind gut betreut wird und die gleiche Aufmerksamkeit bekommt, die es auch zu Hause erfährt. Dem entgegen steht das Interesse der pädagogischen Fachkräfte, die zwar ebenfalls jedes Kind individuell fördern, aber auch jedem Kind die gleiche Aufmerksamkeit schenken möchten. Eine 1:1-Betreuung, die sich Eltern häufig wünschen, ist nicht leistbar. So löst der Wunsch der Eltern, dass die pädagogischen Fachkräfte permanent und zu jeder Zeit für die Anliegen der Eltern zur Verfügung stehen sollen, Druck aus.

### **Eltern im Rahmen gesellschaftlicher Anforderungen**

Im weiteren Verlauf Ihres Vortrages ging Frau Prof. Dr. Busch auf die Frage ein, ab

wann die Kinder eine Kita besuchen sollten: Ihrer Meinung nach ist ein Alter von drei Jahren am sinnvollsten. Dieser Idealzustand kollidiert jedoch mit den gesellschaftlichen und wirtschaftlichen Anforderungen an die Eltern. Das klassische Familienbild, wie es früher geprägt wurde, dass die Mutter sich um die Kinder kümmern und die Väter arbeiten und Geld verdienen, ist in der heutigen Gesellschaft kaum bis gar nicht mehr vorhanden. Zum einen möchten sowohl die Frauen als auch die Männer sich selbst verwirklichen, arbeiten gehen sowie selbstständig und unabhängig sein. Dem hinzu kommt die wirtschaftliche Situation, dass das Aussetzen von Arbeit über einen Zeitraum von drei Jahren kaum zu finanzieren ist.

### **Strukturen schaffen Sicherheit**

In den Kitas ist teilweise zu beobachten, dass Eltern sich aufgrund ihrer Sorge, dass ihr Kind in der Kita zu wenig Aufmerksamkeit erhält, einmischen und das Gespräch mit den pädagogischen Fachkräften suchen. Eine gelingende Kommunikation, Zusammenarbeit und Engagement von den Eltern sind zu begrüßen – aber ein ungeplantes und nicht vereinbartes Gespräch zwischen „Tür und Angel“ kann den alltäglichen Ablauf und die Strukturen in der Kita stören. Diese Störung verhindert, dass eine Kita ihre Regeln leben kann. Wünschenswert wäre, dass Eltern vorgegebene Regeln einhalten, die Strukturen und Vorgänge in der Kita respektieren und demnach nicht in den alltäglichen Kita-Ablauf eingreifen. Dieses ist sowohl für die pädagogischen Fachkräfte als auch für die Kinder wichtig, damit sie sich entspannt auf den Kita-Alltag einlassen können. Dennoch sollten Eltern mit ausreichend Informationen versorgt werden und über das Wissen verfügen, wann und wo sie mit ihren Anliegen ein offenes Ohr finden.

### **Elternfreie Zone!?**

Eine von Frau Prof. Dr. Busch geäußerte Idee, um auch den Kindern ein leichteres Ankommen zu ermöglichen, ist das Einrichten einer „elternfreien Zone“ in der Kita. In diesem Fall wäre es jedoch ratsam, dass eine pädagogische Fachkraft vor der Tür zur Verfügung steht, um sich um die Belange der Eltern zu kümmern.

Die angestoßene Idee von Frau Prof. Dr. Busch löste eine lebhafte Diskussion im Publikum aus. Es kam die Frage auf: „*Wie kann in der Kita berücksichtigt werden, dass Kinder ihre Eltern in den Kita-Alltag integrieren? Wann können sie ihnen zum Beispiel gemalte Bilder zeigen? Wie kann gewährleistet werden, dass Eltern dennoch ihren „Platz“ in der Kita erhalten?*“ Eine weitere Teilnehmerin merkte an: „*Es gibt Studien, die belegen, dass es positive Auswirkungen auf die Entwicklung von Kindern hat, wenn Eltern in der Kita mit involviert sind.*“

Frau Prof. Dr. Busch erklärte daraufhin, dass eine organisierte Beteiligung, die zum Kita-Konzept passt und mit den Erzieher\*innen abgesprochen ist, generell zu begrüßen und sehr positiv ist. Als Beispiel nannte sie die Vorleseeltern. Problematisch ist jedoch ein unangekündigtes „Hereinplatzen“ von Eltern, die ohne einen passenden Rahmen „mal kurz“ etwas mitteilen möchten. Eine solche Kommunikation führt zu Missverständnissen und einem unstrukturierten Durcheinander. Es fördert Druck auf Seiten der Kitafachkräfte und Missverständnisse in der Kommunikation. Sinnvoll ist eine klare Struktur, in der die Eltern wissen, wann sie ihr Anliegen äußern können. Dieses ist insbesondere auch im Zusammenhang mit dem Ablösungsprozess von großer Bedeutung, da hier das Bedürfnis nach Kommunikation und Teilhabe der Eltern besonders groß ist.

### **Austausch und Diskussion**

Im Anschluss an den Vortrag von Frau Prof. Dr. Busch folgte ein Wortwechsel, bei dem die Teilnehmer\*innen der Tagung die Möglichkeit hatten, sich über die Zusammenarbeit mit Eltern in ihrer Kita auszutauschen. In Diskussionsgruppen und mit Hilfe von Leitfragen wurde beispielsweise darüber gesprochen, wann und wie die Zusammenarbeit mit Eltern besonders gut funktioniert.

Nach dem Wortwechsel nahmen sich Frau Prof. Dr. Busch und Frau Maasberg den offenen Fragen aus den Diskussionsgruppen an und kommentierten die Ergebnisse. In diesem Zusammenhang wies Frau Prof. Dr. Busch erneut auf die Wichtigkeit hin, dass die Ankunft und die Abholung

der Kinder mit einer Struktur verbunden sein sollten, welche durch klare Regeln organisiert ist. Auch regelmäßige Elternabende, Elterngespräche nach Termin oder Elterncafés zum Austausch und zur Vermittlung von Informationen sind gut geeignet. Sie geben den Eltern den gewünschten Raum, um ihre Bedürfnisse und Anliegen den pädagogischen Fachkräften mitzuteilen, mit ihnen in regelmäßigem Austausch zu stehen und auch am Kita-Alltag teilzuhaben. Darüber hinaus ist es sinnvoll, auch die Eingewöhnungsprozesse in der Kita gut zu strukturieren, um den Eltern direkt von Beginn an eine Vertrauensbasis zu geben, damit diese wissen, dass ihre Kinder gut aufgehoben sind.

### **Faktoren für gelingende Elternarbeit**

Anschließend erläuterte Frau Prof. Dr. Busch die Faktoren für eine gelingende Elternarbeit. In diesem Kontext sei eine gute Ausbildung für die pädagogischen Fachkräfte, ein offenes Herz sowie die eigene Haltung von besonderer Bedeutung. Weiterhin gab sie zu bedenken, dass eine gute Struktur in der Zusammenarbeit mit den Eltern notwendig ist und von allen Mitarbeiter\*innen getragen und gelebt werden muss. Frau Maasberg fasste zusammen, dass letztendlich ein klares Konzept mit festen Regeln und Sicherheit für beide Personengruppen ein Bestandteil der guten Zusammenarbeit mit Eltern ist.

Für den Umgang mit Mehrsprachigkeit in der Kita ist es weiterhin ratsam, niederschwellige Konzepte zu verfolgen und gegebenenfalls Übersetzer\*innen hinzuzuziehen. Eine Hilfe in der Kommunikation mit Eltern können zum Beispiel auch Mitteilungshefte sein, die im Idealfall niederschwellig gestaltet sind und die auf einfachem Wege Transparenz und Informationsaustausch ermöglichen. Frau Maasberg ergänzte, dass grundsätzlich individuelle Gespräche mit einer direkten Ansprache sehr wirksam sind. Darüber hinaus sind Eltern-Kind-Nachmittage, gemeinsame Kochabende in der Kita oder ein Elternbeirat gute Möglichkeiten, beide Elternteile, in diesem Zusammenhang auch insbesondere die Väter, mit einzubeziehen. Ein motivierter und engagierter Einsatz und ein respektvoller Umgang, Verständnis und Wertschätzung gegen-

über beiden Seiten ist hier eine Grundvoraussetzung.

### **Workshop-Phase**

Nach der Mittagspause fanden parallel folgende fünf praxisorientierte Workshops statt, die einzelne Themen im Kontext mit der Stärkung der Zusammenarbeit mit Eltern aufgriffen und Informationen und Anregungen für den Arbeitsalltag mitgaben:

*Workshop 1* mit dem Titel „Nimm es nicht persönlich – Umgang mit Kränkung“ leitete Frau Rothardt. Sie informierte die Teilnehmer\*innen, warum Personen kränkende Aussagen treffen. Darüber hinaus gab sie Tipps, wie mit verbaler und nonverbaler Kommunikation auf Kränkungen reagiert werden kann und wie man sich durch eine eigene innere Haltung persönlich abgrenzen kann.

*Workshop 2* beschäftigte sich mit den Gelingensbedingungen, wie eine Zusammenarbeit mit Eltern vorurteilsbewusst gestaltet werden kann. Frau Bischof-Schiefelbein erläuterte unter dem Leitgedanken „Vielfalt respektieren, Ausgrenzung widerstehen“ die vorurteilsbewusste Gestaltung der pädagogischen Praxis.

*Workshop 3.* Hier ging es um die „Tür- und Angelgespräche – konstruktive Elterngespräche führen“. Neben Informationen zum Datenschutz und Formen von Elterngesprächen referierte Frau Bothe insbesondere darüber, wie eine pädagogische Einrichtung dem Wunsch der Eltern gerecht werden kann, dass diese gut über das Tages- und Wochengeschehen informiert sind.

*Workshop 4* griff das Thema „Konflikte mit Eltern – entschärfen, lösen, vermeiden“ auf. Frau Talley zeigte vielfältige Kommunikationssituationen mit Eltern auf, die zum Teil auch konfliktbehaftet sind. Sie gab Antworten auf die Fragen, wie Konflikte mit Eltern entstehen und warum sie aufrecht erhalten bleiben, mit welchen Ansätzen kritische Situationen mit Eltern entschärft oder im Idealfall vermieden werden können und welche Ansätze hilfreich sind, um die eigene, berufliche Konfliktlösefähigkeit weiterzuentwickeln.

*Workshop 5* mit dem Thema „Stolperfalle Sprache – Kommunikation mit Eltern“ brachte Herr Gravelmann den Teilneh-

mer\*innen näher. In diesem Zusammenhang erklärte er, auch in Bezug auf mangelnde Sprachkenntnisse, warum Botschaften bei Eltern oft nicht ankommen und wie eine Kommunikation so gut wie möglich gestaltet sein muss, damit keine Missverständnisse entstehen.

*Kontakt: Sandra Pape, Elena Reuschel, Stephanie Schmitz, Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen e.V., siehe Impressum*

*Ruben Vormeier*

## **Nimm es nicht persönlich Umgang mit Kränkung**

„Wer kränkt greift andere an - wer kränkt sagt aber mehr über sich selbst aus als über andere“ - dies war einer der Hauptaussagen von Narissa Rotthardt. Denn oft sollen Kränkungen inneren Unfrieden, Minderwertigkeitskomplexe oder Kompetenzmangel verdecken. Als pädagogische Fachkraft in der Kita muss sich nun die Frage gestellt werden: Wie gehe ich damit um? Im Workshop lieferte die Referentin Antworten auf diese Frage und gab zu bedenken, dass Kränkungen nicht stillschweigend und vor allem nicht stillleidend hingenommen werden müssen.

Einer der wichtigsten Faktoren bei Auseinandersetzungen besteht in der Kompetenz und Souveränität, sich durch würdevolles Auftreten, ein ruhiges Sprechtempo, Sprechpausen und intensiven Blickkontakt zu präsentieren. In diesem Workshop hatten die Teilnehmer\*innen die Möglichkeit, eigene Beispiele aus der Praxis mit einfließen zu lassen. Dabei wurde das Stellen offener Fragen, körpersprachliche Machtdemonstrationen und geistesgegenwärtiges Antworten geübt, um ein breites Handlungsspektrum zu erlangen. Ein wichtiger Aspekt dabei waren Rollenspiele. Durch Rollenspiele erhielten die Teilnehmer\*innen eine direkte Reflexion und gute Übungen für den Kita-Alltag.

*Kontakt: Ruben Vormeier, Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen e.V., siehe Impressum*

Stephanie Schmitz

## Gelingsbedingungen - Zusammenarbeit mit Eltern vorurteilsbewusst gestalten

„Vielfalt respektieren, Ausgrenzung widerstehen“ ist das Motto einer vorurteilsbewussten Gestaltung der pädagogischen Praxis. Diese wurde am 21. November 2019 in dem Workshop „Gelingsbedingungen – Zusammenarbeit mit Familien vorurteilsbewusst gestalten“ auf der Tagung des „Netzwerks Kita & Gesundheit Niedersachsen“ thematisiert. Die Referentin Bischof-Schiefelbein erklärte in diesem Zusammenhang, dass zur Umsetzung dieses Mottos vier Ziele handlungsleitend sind:

- Alle Kinder in ihren Identitäten stärken.
- Allen Kindern Erfahrungen mit Vielfalt ermöglichen.
- Kritisches Denken über Gerechtigkeit und Fairness anregen.
- Das Aktivwerden gegen Unrecht und Diskriminierung unterstützen.

Um diese Ziele zu erreichen, gibt es unter anderem die Möglichkeit, dass sich einzelne Mitarbeiter\*innen verschiedene Bausteine bzw. Aussagen anschauen und für sich selbst reflektieren, inwiefern diese Bausteine konkret in der eigenen Kita umgesetzt werden, wo die eigene Kita oder die Person selbst noch besser werden kann und was sie letztendlich dafür tun kann. Die Bausteine setzen sich aus den folgenden Aussagen zusammen:

- Kinder lernen bei uns Ihre Rechte kennen.
- Kinder wie Erwachsene erinnern sich gegenseitig an Grenzen und Regeln, wenn diese nicht eingehalten werden.
- Wir leben ein gleichberechtigtes Miteinander.
- Die Ideen der Kinder führen bei uns zu Veränderungen.
- Bei uns wird Demokratie geübt.
- Uns interessiert, was einem Kind wichtig ist und warum.

Diese Aussagen helfen, den Fokus auf die Unterstützung zur Entwicklung der Ich-Identität und der Bezugsgruppenidentität zu richten. In diesem Zusammenhang war das Thema Partizipation ebenfalls von großer Bedeutung. Die Art und Weise, wie pädagogische Fachkräfte auf Eltern und Familien der ihnen anvertrauten Kinder zugehen und mit Ihnen kooperieren, spielen eine wesentliche Rolle.

### Vorurteile

Um eine vorurteilsbewusste Zusammenarbeit mit Eltern zu gestalten, ist es notwendig, sich mit dem Begriff „Vorurteil“ auseinanderzusetzen. Vorurteil heißt, dass einer Person, einer Gruppe, einem Sachverhalt oder einer Situation vor einer gründlichen Untersuchung, Abklärung und Abwägung ein Urteil zuteilwird, ohne dass die, zum Zeitpunkt der Beurteilung zur Verfügung stehenden Fakten, verwendet werden.

Ein Vorurteil ist ein vorschnelles Urteil auf Grundlage unzureichender Informationen, das zudem übergeneralisiert (Verallgemeinerung; zum Beispiel: alle Frauen, alle Eltern, alle Erzieher\*innen...) und veränderungsresistent ist, da es auch bei widersprüchlichen Informationen nicht geändert wird. Sie sind von Emotionen begleitet und haben wertende Komponenten. Bei der Entstehung von Vorurteilen greifen zwei Mechanismen: Zum einen die Tendenz zu generalisieren und zum anderen die selektive Wahrnehmung.

Vorurteile sind im alltäglichen Leben jedoch nicht nur negativ zu betrachten. Sie haben auch einen Nutzen, indem sie Komplexität vereinfachen, Orientierung erleichtern, Zeit sparen und die Navigation im Datenschwungel vereinfachen. Sie dienen zu einer ersten Einschätzung von Situationen und schützen folglich auch vor gefährlichen Situationen.

Grundsätzlich hat jeder Mensch kulturelle Prägungen und Vorurteile, was andere Menschen betrifft. Daher steht eine vorurteilsbewusste und nicht die vorurteilsfreie Gestaltung der Zusammenarbeit zwischen der Kita und den Eltern im Fokus. Vorurteile können durch ein Alter, das Geschlecht, Hautfarbe, Religion, Sexualität, Behinderung oder dem sozialen Status entstehen. Diese Aspekte beeinflussen das Bild, dass

eine Person sich von anderen Menschen macht. Vorurteile lassen eine Art „blinden Fleck“ entstehen, der verhindert, dass Menschen unvoreingenommen wahrgenommen werden. Da jeder Mensch diesem Denkmuster unterworfen ist, ist es umso wichtiger, sich bewusst zu machen, dass Vorurteile vorhanden sind. Das Bewusstsein über Vorurteile ist ein wichtiger Schritt, um dagegen anzugehen und somit eine vorurteilsbewusste Zusammenarbeit zu gestalten.

### **Fazit**

Eine Selbstreflexion ist absolut notwendig, um sich die eigenen Vorurteile bewusst zu machen. Es ist wichtig, sich immer selbst zu hinterfragen und auch eingefahrene Handlungen und Denkmuster in Frage zu stellen. Die eigene Haltung muss geprüft werden und Kita-Fachkräfte müssen sich selbst dazu motivieren und ermutigen, offen und neugierig zu bleiben. Für eine vorurteilsbewusste Zusammenarbeit mit Familien ist es ebenso von Bedeutung, dass Familien ohne Wertung anerkannt werden und dass Partizipation gelebt wird.

*Kontakt: Stephanie Schmitz, s. Impressum*

*Annegret Schwepper*

## **Tür- und Angelgespräche Konstruktive Elterngespräche führen**

Die gelenkten Elterngespräche, wie zum Beispiel das Aufnahmegespräch oder auch Elternabende, als auch die spontanen „Tür- und Angelgespräche“ im Kita Alltag nehmen eine wichtige Funktion in der Kommunikation und in der Zusammenarbeit mit Eltern ein.

Während gelenkte Elterngespräche für einen gesicherten, regelmäßigen Informationsaustausch sorgen und den nötigen Raum für die individuelle Abstimmung der Kinderbetreuung bieten, sind im Alltag „Tür- und Angelgespräche“ für den kontinuierlichen Vertrauens- und Beziehungsaufbau zwischen Eltern und Erzieher\*innen von besonderer Bedeutung. Sie

ermöglichen auf niedrigschwelliger Ebene Absprachen und den Austausch wichtiger Informationen.

### **Sensible Themen benötigen einen geschützten Rahmen**

Durch „Tür- und Angelgespräche“ können also die geplanten Austauschformate sinnvoll ergänzt werden und die Erzieher\*innen so ein umfassenderes Bild der aktuellen kindlichen Entwicklung erlangen. In dem Workshop am 21. November 2019 hob die Referentin Frau Bothe jedoch hervor, dass es abzuwägen ist, welche Themen im freien Raum besprochen werden können. Besonders sensible Themen sollten eher im geschützten Rahmen eines geplanten Einzelgesprächs stattfinden. Außerdem sind Regelungen für den sensiblen Umgang mit persönlichen Informationen zu befolgen, gerade auch unter Berücksichtigung des zunehmenden Einsatzes digitaler Medien. Beispielsweise sollte vorab mit den Eltern geklärt sein, mit welchen bringenden Personen Informationen geteilt werden dürfen.

Über die bereits benannten Gesprächsformen hinaus sollten Eltern in die Strukturen und Abläufe in der Kita durch ein umfassendes Kommunikationssystem eingebunden werden. Am Beispiel des KLAX-Kindergartens werden Eltern über Kommunikationswege, wie regelmäßige Elternbriefe per Mail sowie über den Aushang einer pädagogischen Wochenplanung, über anstehende pädagogische Inhalte und Veranstaltungen informiert. Zum Nachvollziehen der Entwicklung ihres Kindes erhalten die Eltern neben den regelmäßigen Entwicklungsgesprächen auch ein individuelles, digitales Entwicklungsportfolio.

### **Gemeinsame Wertgrundlagen für den täglichen Umgang**

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass auf Basis gemeinsamer Wertgrundlagen für den täglichen Umgang miteinander, durch die beispielhaft benannten Kommunikationsstrukturen und der dadurch geschaffenen Transparenz ein Einbezug der Eltern in den Kita-Alltag erfolgt. Beständige Partizipation, der Austausch miteinander in geregelten Formen, wie auch in Tür- und Angelgesprächen sowie die transparente Dokumentation der

Entwicklungsförderung können den Kita-Alltag für Eltern verständlicher machen und somit als Grundlagen für den Beziehungsaufbau von Eltern, Kindern und Erzieher\*innen dienen.

*Kontakt: Annegret Schwepper, Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen e. V., siehe Impressum*

*Sandra Pape*

## **Konflikte mit Eltern... entschärfen, lösen, vermeiden**

„Eine kooperative und respektvolle Kommunikationskultur ist eine Win-Win-Situation für alle!“ Mit dieser Erkenntnis startete der Workshop „Konflikte mit Eltern entschärfen, lösen, vermeiden“ im Rahmen der Netzwerk-Tagung am 21. November 2019. Die erfahrene Referentin und systemische Beraterin Frau Jutta Talley arbeitete gemeinsam mit den Teilnehmenden in einer ersten Gruppenübung heraus, welche Folgen eine solche Kommunikationskultur für alle Kita-Beteiligten hat, u. a. wurden die Vorbildrolle für die Kinder, das entstehende Vertrauen der Eltern in die Kita, die Entlastung der Leitungskraft oder der gegenseitige Rückhalt im Team für Kitafachkräfte benannt.

Mit einem theoretischen Input und verschiedenen Modellen ordnete Frau Talley ein, wann überhaupt von Konflikten gesprochen wird, dass es auch versteckte Konflikte geben kann und welche Folgen Konflikte für die Gesundheit haben können.

Im Fokus des Workshops stand vor allem die Konfliktlösung. Die Referentin betonte: „Die Lösung des Konflikts sollte das Ziel sein. Es geht nicht darum, als Gewinner daraus hervorzugehen – sonst gibt es auch immer Verlierer!“ Für die Lösung von Konflikten ist generell Gesprächsbereitschaft sowie auch Empathie und die Fähigkeit zum Perspektivwechsel nötig. Hilfreich können auch neutrale Personen

oder Mediator\*innen sein, die in eskalierenden Konfliktfällen vermitteln.

Für die Stärkung der eigenen Konfliktlösefähigkeit konnten die Teilnehmenden zum Abschluss des Workshops praktische Übungen zur Stimmlage und Gesprächsführung in Konfliktsituationen ausprobieren.

*Kontakt: Sandra Pape, Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen e.V., siehe Impressum*

*Elena Reuschel*

## **Stolperfalle Sprache Zusammenarbeit und Kommunikation mit Eltern**

Herzlich Willkommen, Bienvenue, hartelijk welkom, Hun bixer hatin, Witamy!

Wie wäre es, wenn Kinder und deren Eltern in der Kita in ihrer Herkunftssprache Willkommen geheißen werden? Sie fragen sich warum? Im Kontext der Zusammenarbeit und Kommunikation mit Eltern besteht immer die Gefahr des Missverständnisses – auch durch eine unzureichende Willkommenskultur und durch mangelnde Deutschsprachkenntnisse treten mitunter Missverständnisse auf, die zu Unzufriedenheiten führen.

In dem Workshop der Netzwerk-Tagung am 21. November 2019, „Stolperfalle Sprache – Zusammenarbeit und Kommunikation mit Eltern“ mit dem Sozialpädagogen und Eltern-Medientrainer Reinholt Gravelmann wurde gemeinsam und interaktiv erarbeitet, warum Botschaften bei Eltern häufig nicht ankommen und wie die Kommunikation verbessert werden kann.

Der Referent stellte zu Beginn des Workshops heraus, dass die Vielfalt des Lebens eine Herausforderung und Bereicherung zugleich ist. Für eine gute Zusammenarbeit mit Eltern müssen viele verschiedene Blickwinkel betrachtet und mitgedacht werden: die Sprache, die soziale Herkunft, die Wohnsituation, die Religion, der Familienstand oder die psychische Verfassung sind dabei nur beispiel-

hafte Aspekte die Berücksichtigung finden müssen.

Die Frage ist, wie Kommunikation so gut wie möglich gestaltet werden kann. Was gilt es zu beachten? Wie kann Kommunikation besser gelingen? In dem Workshop haben die Teilnehmenden gelernt, wie wichtig es ist, dass sich die pädagogischen Fachkräfte bei der Kommunikation mit Eltern Zeit nehmen. Kaffee, Kekse & Co. sorgen für eine gute Wohlfühl- und Gesprächsatmosphäre. Die Eltern fühlen sich aufgehoben und vertrauen den pädagogischen Fachkräften ihre Wünsche und Sorgen an. Wichtig dabei ist, dass die Gespräche auf Augenhöhe stattfinden und nicht von oben herab geführt werden. Zudem sollten sich die pädagogischen Fachkräfte an das Niveau der Eltern anpassen. In Gesprächen ist es zum Beispiel nicht unbedingt zielführend Fremdwörter einzubauen, die Eltern aus unterschiedlichen Gründen nicht verstehen können.

Missverständnisse können auch durch mangelnde Deutschkenntnisse hervorgerufen werden. Kulturcodes wie der Handschlag zur Begrüßung oder Blickkontakt können schnell zu Stolpersteinen werden.

Eine gute Willkommenskultur ist daher in der Kita unabdingbar. Dabei sollten die Träger mit in die Verantwortung genommen werden, so dass verschieden Kulturen in der Kita gelebt werden können. Der Einsatz von Dolmetscher\*innen kann eine große Hilfe darstellen. Weiterhin sollten mehrsprachige Elternbriefe und Angebote zur Verfügung stehen.

Zu guter Letzt bestärkte Herr Gravelmann die Teilnehmenden: „Sie müssen an sich, an Ihr Können, an Ihre Arbeit und an die Option von Veränderbarkeit glauben!“

*Kontakt: Elena Reuschel, Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen e.V., siehe Impressum*

## IN EIGENER NETZWERK-SACHE

Kollegialer Austausch  
am 30. Oktober 2019

### **Leichte Sprache, leicht gemacht?**

Durch Rückmeldungen und Gespräche mit Kitaleitungen und pädagogischen Fachkräften wurde das Thema „leichte Sprache“ an das Netzwerk „Kita & Gesundheit Niedersachsen“ herangetragen. In diesem Zusammenhang ist deutlich geworden, dass hier viele offene Fragen oder Unsicherheiten vorhanden sind und ein großer Bedarf nach einem kollegialen Austausch besteht.

#### **Was macht leichte Sprache aus?**

Leichte Sprache steht zunehmend in der Aufmerksamkeit von unterschiedlichsten Arbeitskontexten. Dabei unterscheidet sich

die leichte Sprache von der einfachen Sprache. Leichte Sprache hat ihren Ursprung in der Behindertenhilfe und beinhaltet Strukturen und Regeln, die es zu beachten gilt.

Unter der fachlichen Leitung von Astrid Thulke (Bundesweite unabhängige Beschwerdestelle für die Lebenshilfe, LVG&AFS) konnten im Rahmen des „kollegialen Austauschs“ viele Fragen erörtert und beantwortet werden. Unter anderem wurden zum Beispiel folgende weiterführende Aspekte diskutiert: Wie sollten pädagogische Fachkräfte für die leichte Sprache sensibilisiert werden? Was passiert, wenn Behörden sich der leichten Sprache verweigern? Ist leichte Sprache im Deutschen für Menschen anderer Nationalitäten noch zu schwer? Wo bekommen wir evtl. Unterstützung?

Mit Hilfe einer Handreichung gab es zahlreiche Hinweise, Materialanregungen und Tipps zur Erstellung von Texten, zur visuellen und medialen Gestaltung, der Wortstruktur, dem Satzbau sowie der Bedeutung von Bildern.

### Fazit

Erfahrungsgemäß ist es möglich, komplexe Inhalte in reduzierter Form darzustellen. Wichtig dabei ist, dass die wesentlichen Inhalte und Schwerpunkte herausgearbeitet und möglichst mit einem aussagekräftigen Bild unterstützt werden. Leichte Sprache kann auch neu zugezogenen Menschen den Zugang zur deutschen Sprache erleichtern.

*Kontakt: Angelika Maasberg, Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen e. V., siehe Impressum*

## Save the date!

Am **17 November 2020** findet die 15. Jahrestagung des Netzwerks „Kita & Gesundheit Niedersachsen“ statt. Der Tagungstitel wurde noch nicht genau festgelegt, aber so viel kann gesagt werden: Das Schwerpunktthema ist erst einmal weit gefasst und lautet „Alltagskompetenzen entwickeln, stärken und fördern“.

Haben Sie zu diesem Schwerpunktthemen Wünsche, Anregungen und Tipps, dann schicken Sie uns eine E-Mail an [angelika.maasberg@gesundheit-nds.de](mailto:angelika.maasberg@gesundheit-nds.de).

Wir freuen uns über die Erfahrungen aus Ihrer Praxis.

*Kontakt: Angelika Maasberg, s. Impressum*

## AKTUELLES

*Angelika Maasberg*

### **Pädagogische Fachkräfte sind gefragt!**

Häufig suchen Pädagog\*innen, Einrichtungsleitungen, Fachberatungen und kommunale Vertreter\*innen den Kontakt zum „Kompetenzzentrum für Gesundheitsförderung in Kitas“. Sie fragen nach Unterstützungs- und Beratungsangeboten, Materialien, Tipps und Hinweisen rund um das Thema Gesundheitsförderung in der Kita.

Um zu erfahren, was pädagogische Fachkräfte und Leitungen bewegt, führt das Kompetenzzentrum in unregelmäßigen Abständen kurze Umfragen durch. Sie sollen Tendenzen, Vorstellungen, Erwartungen und Wünsche zum Bereich Kita und Gesundheit aufzeigen. Die so gewonnenen Erkenntnisse fließen in die weiteren Aktivitäten des Kompetenzzentrums ein.

So wurde zum Beispiel in der letzten Zeit vermehrt das Thema „Zusammenarbeit mit

Eltern“ angefragt. Wie können wir mehr Eltern erreichen? Wie können wir Eltern einbinden, die schwer erreichbar sind? Wie kann die Zusammenarbeit gut oder besser gelingen? Welche Anregungen gibt es?

Aufgrund dieser Nachfragen führt das Kompetenzzentrum vom 06. November bis 20. Dezember 2019 eine Online-Befragung durch. Mit dieser Kurzbefragung richtet sich das Kompetenzzentrum an Kita-Mitarbeiter\*innen und Leitungen und Fachberatungen in Niedersachsen und Bremen.

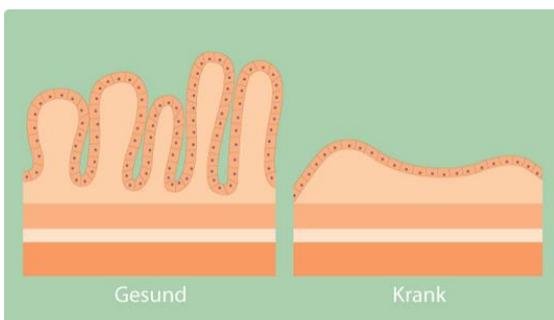
Die Befragungsergebnisse werden aufbereitet, zusammengetragen und anschließend als „Ideen-Börse“ zur Verfügung gestellt. Eine Zusammenstellung ist demnächst unter [www.kogeki.de](http://www.kogeki.de) einsehbar.

*Kontakt: Angelika Maasberg, Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen e. V., siehe Impressum*

Julia Veigel

## Zöliakie – Was ist das und was bedeutet es für den Kita-Alltag?

Zöliakie ist eine chronische Erkrankung des Dünndarms, die auf einer lebenslangen Unverträglichkeit gegenüber dem Klebereiweiß Gluten beruht. Gluten kommt vor allem in den Getreidearten Weizen, Dinkel, Roggen und Gerste vor. Im Dünndarm wird die aufgenommene Nahrung in ihre Bestandteile zerlegt und gelangt über die Zotten der Dünndarmschleimhaut in den Körper. Bei Zöliakiebetreffenen führt die Zufuhr von Gluten zu einer Autoimmunreaktion der Dünndarmschleimhaut. Die Zotten bilden sich zurück. Dadurch wird die Oberfläche des Dünndarms immer kleiner und es können nicht mehr genügend Nährstoffe vom Körper aufgenommen werden.



Quelle: Deutsche Zöliakie-Gesellschaft e.V. Broschüre für leichte Sprache

Die häufigsten Symptome im Überblick:

- Durchfall
- Wachstumsstörungen/ Mangelerscheinungen
- Zahnschäden
- Mangelnde Konzentration
- Appetitlosigkeit
- Missmut/ Weinerlichkeit

Durch eine lebenslange glutenfreie Ernährung können Betroffene ein beschwerdefreies, normales Leben führen. Da bereits minimale Mengen Gluten (bereits 1/8 g Weizenmehl) den Dünndarm schädigen, kann es durch Diätfehler erneut zu Krankheitsanzeichen kommen. Die strikte glutenfreie Ernährung ist für die Gesundheit des Betroffenen ausschlaggebend.

Glutenhaltige Lebensmittel, die zwingend gemieden werden müssen:

- Weizen, Dinkel, Grünkern, Roggen und Gerste und weitere.
- Lebensmitteln, die aus diesen Getreidearten hergestellt werden oder sie (bzw. ihr Mehl) enthalten, wie Nudeln, Brot, Kuchen, Gebäck etc..
- Vorgefertigte Lebensmittel, die glutenhaltige Zutaten enthalten.

### Bedeutung für den Kita-Alltag

Kinder mit Zöliakie unterscheiden sich nicht von anderen Kindern, wenn sie eine strikte glutenfreie Ernährung einhalten. Betroffene Kinder sollen möglichst keine Sonderrolle einnehmen, damit kein Gefühl der Ausgrenzung entsteht. Wichtig sind kontinuierliche Rücksprachen mit den Eltern und Informationen an alle Kinder, der Austausch unter den Kolleg\*innen sowie mit dem Caterer / bzw. dem Personal in der Kita, welches für die Zubereitung des Essens zuständig ist. Kindern mit Zöliakie soll die Teilnahme am Mittagessen durch ein spezielles Essensangebot oder ein von zu Hause mitgebrachtes Essen, mit Möglichkeit zum Aufwärmen, ermöglicht werden.

Wichtige Punkte zur Vermeidung von Kontaminationen:

- Einkauf glutenfreier Lebensmittel z. B. mit Hilfe der Aufstellung glutenfreier Lebensmittel.
- Zubereitung des glutenfreien Essens nach gründlicher Reinigung der Arbeitsflächen und –utensilien inkl. separater Lagerung der glutenfreien Produkte.
- Einsatz von glutenfreiem Spiel- und Bastelmaterial (Knete, Fingerfarben, Kreide etc.).
- Besondere Aufmerksamkeit in Speise- & Spielsituationen (Brot tauschen, Essen vom Nachbar, Essen vom Boden).

Weiterführende Informationen zum Thema Zöliakie gibt es über die Deutsche Zöliakie-Gesellschaft e. V. (DZG). Als Selbsthilfeeorganisation bietet die DZG für Zöliakiebetreffene Hilfe und Unterstützung für das tägliche Leben.

Weiteres Informationsmaterial wie Flyer zur glutenfreien Ernährung (auch mehrsprachig), Broschüre in leichter Sprache, Broschüre „Paul und der Gluttenkobold“ für Kindergartenkinder sowie eine Mappe mit Informationen rund um das Thema „Kita & Schule“ sind ebenfalls erhältlich bei: Deutsche Zöliakie-Gesellschaft e.V., Kupferstr. 36, 70565 Stuttgart, [info@dzg-online.de](mailto:info@dzg-online.de).

Kontakt: Julia Veigel, Diätassistentin/ DZG e.V., Stuttgart, Tel.: 0711 45 99 81-0

Maria Smentek

## An die Töpfe, fertig, los!

Ein Apfel am Tag allein spart den Arzt oder die Ärztin sicher nicht, doch beim Zusammenhang von Ernährung und Gesundheitsförderung sind sich Expert\*innen einig: Was wir essen hat einen wesentlichen Einfluss auf unser körperliches, geistiges und auch seelisches Wohlbefinden. Dabei werden Vorlieben, Ernährungsgewohnheiten und der ganz persönliche Geschmack stark von unseren kindlichen Erfahrungen geprägt. „Wenn Kinder den Familientisch entdecken oder Essen in der Kita-Gemeinschaft erleben, haben Eltern, Erzieher\*innen die Möglichkeit, sie von klein auf für frische und vielfältige Lebensmittel zu begeistern“, erklärt Cornelia Ermes, Ökotrophologin und Trainerin von „Ich kann kochen!“, der gemeinsamen Initiative für praktische Ernährungsbildung von Sarah Wiener Stiftung und BARMER, in Niedersachsen. „Damit legen sie einen wichtigen Grundstein für gesundheitsförderliches Verhalten und die Vorbeugung von Zivilisationskrankheiten wie Übergewicht und chronischer Erkrankungen.“

### Probieren geht über studieren

Praktische Ernährungsbildung kann direkt beim Apfel beginnen: Wie wäre es mit einer Verkostung unterschiedlicher Sorten? Die lässt sich auch in der Einrichtung ganz einfach umsetzen und die Kinder das Lebensmittel ganz bewusst und mit allen Sinnen erleben: Wie fest ist die Schale? Wie riecht ein Holsteiner Cox? Welcher Apfel ist besonders sauer? Von dort ist es mit Unterstützung der Erwachsenen nicht

weit zur ersten selbstgemachten Butter auf Vollkornbrot oder zu selbstgeschnitzten Ofenpommes mit frischem Ketchup aus Apfel, Zwiebeln, Tomatenmark und Gewürzen. Es ist immer wieder überraschend, wenn Kinder plötzlich sonst ungeliebte Lebensmittel wie Brokkoli, Kohlrabi oder Rote Bete kosten – weil sie durch die eigene Zubereitung die Zutaten mit allen Sinnen kennenlernen und so einen Bezug zu ihrem Essen entwickeln können.

### Verantwortungsvoll und bewusst genießen

Wenn schon kleine Kinder wieder mehr über Lebensmittel, deren Herkunft und Zubereitung wissen, verändert es ihren Blickwinkel auf das, was sie sich in den Mund stecken – und sie bekommen die Chance, gesund aufzuwachsen und Vielfalt und Frische einzufordern.

Praktische Ernährungsbildung bedeutet daher auch, den Kindern Verantwortung zu übertragen: für die Zutaten, für das Schnippeln, Rühren und Abschmecken der Speisen, aber immer auch für ihr Ess-



verhalten und ihren Körper. „Wenn Kinder die Gemeinschaft beim Kochen erleben und ihr selbst zubereitetes Essen genießen können, fördert das eine ausgewogene Ernährung mehr als jedes rationale Plädoyer für Gemüse“, bescheinigt auch Cornelia Ermes.

### Praktische Ernährungsbildung in der Kita – es braucht nicht viel!

Erzieher\*innen sind dabei zentrale Vorbilder, nicht nur da Mahlzeiten durch umfangreichere Betreuungsoptionen mehr und mehr außerhalb der Familie eingenommen werden. Sie können in verschiedenen Situationen des Kita-Alltags – vom selbstgerührten Nachtmahl bis zur eigenen Kräuternernte vom Fensterbrett – ihren

Schützlingen spielerisch und nachhaltig Ernährungskompetenz vermitteln.

Über das Kochen, die Geschmacksbildung und Fragen der Esserziehung haben Kitas auch die Chance, für die gesundheitsförderliche Ernährung direkt an den Familienalltag anzuknüpfen: sei es, dass Rezepthefte zum Nachkochen für Zuhause gebastelt werden, man gemeinsam Ideen für eine frische Brotdose entwickelt, die Kinder die Snacks für den nächsten Elternabend vorbereiten oder gemeinsame Kochaktionen stattfinden. Die Ernährungsgewohnheiten, die in der Kita positiv geprägt werden, wirken sich auch auf den Essalltag in den Familien aus.

„Das Schöne am pädagogischen Kochen ist: es braucht nicht viel und man muss selbst kein Küchenprofi sein, um den Kleinen frische Lebensmittel, abwechslungs-

reiche Gerichte und die grundlegenden Küchentechniken nahe zu bringen“, betont Cornelia Emres. Oft braucht es noch nicht einmal eine Küche, viel Geld oder Zeit. Gemüsesticks oder Salate lassen sich wunderbar ohne Herd zubereiten. Schon mit wenigen regionalen Zutaten kann man leckere Gerichte zubereiten, die den Kindern die Vielfalt vor ihrer Haustür schmackhaft machen. Und einfache Rezepte wie Hirsebrei mit Fruchtmus sind selbst im eng getakteten Alltag ruckzuck fertig. Die Kinder aber profitieren von ihren Kocherfolgen, Geschmacksentdeckungen und Küchenkünsten gesundheitlich ein Leben lang.

*Kontakt: Maria Smentek, Sarah Wiener Stiftung, Wöhlertstraße 12-13, 10115 Berlin, Tel.: 030 70 71 80 265, Mobil: 0151 2320 3680*

Wenn Erzieher\*innen oder andere pädagogische Fachkraft ihre Schützlinge für das selber Kochen und eine ausgewogene Ernährung begeistern wollen, können sie sich unter [www.ichkannkochen.de/mitmachen](http://www.ichkannkochen.de/mitmachen) für eine kostenfreie Fortbildung der Initiative „Ich kann kochen!“ anmelden.

Das gemeinsame Angebot der gemeinnützigen Sarah Wiener Stiftung und BARMER vermittelt deutschlandweit Erzieher\*innen, Sozialpädagog\*innen sowie Grundschullehrkräften die Grundlagen des pädagogischen Kochens – vom Wissen zur kindlichen Geschmacksentwicklung bis hin zur praktischen Umsetzung an Topf und Schneidebrett. Um direkt in die Praxis zu starten können außerdem eine Lebensmittelförderung der BARMER von bis zu 500€ für eigene Koch-Projekte in der Einrichtung beantrag werden.

Nächste freie Termine in Niedersachsen sind:

04.02.2020 Lüneburg  
14.02.2020 Osnabrück  
29.02.2020 Goslar  
04.03.2020 Braunschweig  
18.03.2020 Göttingen

## MITGLIEDERBEITRÄGE

*Jeanette Kluba*

### **Zähneputzen in der Kita, ist das nicht „unhygienisch“?**

Diese Befürchtung wird immer wieder an die Jugendzahnärztlichen Teams des öffentlichen Gesundheitssystems herangebracht, und aus diesem Grund hören auch leider immer mehr Kindertageseinrichtungen mit dem täglichen Zähneputzen auf.

Das ist nicht nur ein *großer Nachteil* für die Kinder, die von dieser langjährigen Präventionsmaßnahme besonders profitieren, sondern auch *unnötig*.

Warum unnötig? Weil der irreführende Gedanke dahinter steht, dass Karies verhindert werden kann, indem die Zahnbürste, welche gelegentlich durch die Kinder vertauscht werden, aus dem Kindergartenbereich verbannt wird.

Dem ist aber nicht so! Wie das Robert-Koch-Institut im Jahr 2012 schon untersucht und veröffentlicht hat, ist die Zahnbürste theoretisch ebenso Keimüberträger wie Spielzeug oder der persönliche Kontakt der Kinder untereinander. Und um die Menge an Keimen („Keimlast“) auf der Zahnbürste weiter zu minimieren, sind die Borsten so beschaffen, dass sich die Erreger nicht gut ansiedeln können. Außerdem wird sie nach Gebrauch ausgewaschen und dann über 24 Stunden bis zum nächsten Gebrauch getrocknet, wodurch die meisten verbliebenen Erreger absterben. Schließlich hat die Zahnpasta zudem noch keimunfreundliche Inhaltsstoffe.

**Karies ist keine Krankheit, die durch fremde Zahnbürsten übertragen wird - Karies ist die Folge davon, dass die Säuberung der Zähne nicht oder nur unzureichend erfolgt!**

Ihnen, den Expert\*innen in diesem Bereich, ist es ohnehin bewusst: viele Kinder werden leider nicht optimal in ihrem häuslichen Umfeld gefördert. Sie erhalten dadurch nicht die gleichen Chancen wie andere Kinder und erleiden dadurch viele

Nachteile für ihr gesamtes weiteres Leben. Dies gilt für viele Bereiche und auch in Bezug auf das Erlernen einer guten Mundgesundheitspflege. Das kann im Kindergarten ausgeglichen werden! Mit dem Ritual des täglichen Zähneputzens im Kindergarten!

Wie dies gut gelingen kann, können Sie mit Ihrem zuständigen Jugendzahnpflegeteam besprechen. Bei Bedarf können Sie die Kontakte dazu auch gerne bei uns erfragen.

#### **Rituale und Gewohnheitsbildung**

Wenn Sie Bedenken haben, wie umfangreich Ihre Bemühungen in dieser Maßnahme denn dann sein müssen möchten wir noch einmal betonen: SIE als pädagogische Fachkraft sind dabei ausschließlich für das Ritual, die Gewohnheitsbildung zuständig. Die Sauberkeit der Zähne, und damit dann letztendlich auch das Vermeiden von Karies liegt weiterhin ausschließlich in der Verantwortung der Eltern.

Viele Kindertagesstätten hören leider mit dem täglichen Zähneputzen auf. Unser Anliegen ist es, durch Überzeugungsarbeit dagegen anzugehen und wieder allen Kindern die gleichen Chancen auf eine gute Mundgesundheit zu ermöglichen.

Es sind aber auch immer noch viele Kindertageseinrichtungen, die sich für das tägliche Zähneputzen der Kinder einsetzen und dies auch praktizieren, trotz allen Trubels, den die Kleinen dabei auch gerne mal veranstalten (waren wir nicht alle mal Kinder?). Diesen Personen und Einrichtungen möchten wir sehr herzlich für Ihr Engagement danken und Sie gerne weiterhin darin unterstützen, „dabei“ zu bleiben. Erzählen Sie auch gerne weiter, wie es geht!

*Kontakt: Dipl. Biol. Jeanette Kluba, Landesarbeitsgemeinschaft zur Förderung der Jugendzahnpflege in Niedersachsen e.V. (LAGJ)  
Vahrenwalder Str. 257, 30179 Hannover,  
Tel.: 0511 - 3 50 55 45, E-Mail: jea-  
nette.kluba@lagj-nds.de, www.lagj-nds.de*



*Ps: Wissen Sie (noch), wie viele Kinder heute Karies haben? Es ist jedes 5. Kind im Alter von drei Jahren – also drei von 15! – und nachdem die Kinder aus dem Kindergarten in die Schule eintreten, haben 11 von 25 der zukünftigen Schulkinder schon kariöse Zähne und/oder eine Behandlung in der Zahnarztpraxis hinter sich gehabt. ...*

*Bärbel Peper, Margarita Feller,  
Sandra Warszewicz*

## Focus in der Elternarbeit

Worauf richte ich in der Elternarbeit meinen Fokus und was hat das mit meiner Gesundheit zu tun?

Inspiziert von Vera F. Birkenbihl, beginnen wir diesen Artikel mit folgender Aufgabe, nämlich den nächsten Satz spontan zu vervollständigen, es zählt ausschließlich der erste Gedanke: „Elternarbeit ist ...“

Unsere Antwort zeigt unseren aktuellen Fokus und somit unsere Aufmerksamkeit – und wohin wir diese Aufmerksamkeit lenken, dorthin folgt unsere Energie. Durch diese Aufgabe kann ich mir meine Haltung, meinen Blickwinkel bewusstmachen und daran gemessen, kann ich mich entscheiden, ob ich diesen inneren Zustand beibehalten möchte oder nicht.

Wir pädagogischen Fachkräfte verfügen über umfassendes Wissen zum Bereich Elternarbeit. Darüber hinaus haben wir die Kompetenz zu reflektieren, ob wir unseren Fokus eher auf „Probleme oder Ziele“ lenken.

Es gilt als belegt, dass sich ein Fokus auf „Probleme“ kräftezehrend auswirkt – und somit ebenfalls an der Gesundheit zerrt. Hingegen setzt ein Fokus auf „Ziele“ Kräfte

te frei, wir bleiben im Handeln, in der Selbstwirksamkeit – und das dient im positiven Sinne unserer Gesundheit.



Abb. 1 (vgl. Scholz & Haussmann (2013), *Kommunikationslotsen, bikablo 2.0*, S. 48.

„Ich verstehe mich als Lernender und Erkundender (im Gegensatz zum Wissenden)“. Und genau dieser Satz (mit diesem Bild Abb.1) hat für uns in der pädagogischen Elternarbeit den Weg ermöglicht „weg vom Problemfokus – hin zur Zielformulierung“. Das ist für uns gleichzeitig kräfteschonend und gesundheitsfördernd.

Ein aktuelles Beispiel aus unserer eigenen Praxis: Bei der Aufgabe den Satz „Elternarbeit ist ...“ zu beenden, äußerten die Kolleg\*innen sich von interessant über wichtig, bis hin zu anstrengend oder belastend. Danach beantworteten die Kolleg\*innen die Frage, ob sie mit ihrem entsprechenden Fokus zufrieden seien. Sämtliche Kolleg\*innen mit einer eher negativ empfundenen Antwort wünschten sich eine Veränderung hin zu einer positiv besetzten Aussage.

Wir haben anhand von Fallarbeit erweiterte Handlungsstrategien gemeinsam im Team entwickelt und alle bisher problembehafteten Satzendenungen wurden von den einzelnen Fachkräften in zielführende umgewandelt. Die erneute Frage nach der eigenen Zufriedenheit mit der Antwort wurde einheitlich mit „Ja“ beantwortet. Somit verspürte jede\*r eine innere Haltung „weg vom Problemzustand – hin zur eigenen Handlungskompetenz. Um diesen neuen Zustand weiterhin zu festigen, wünschten die Kolleg\*innen weitere Fallbearbeitungen.

... Und gleich gestern ergab sich eine neue Situation. Es ging um einen dringenden Termin und eine Vertretungsregelung

in den Gruppen. Zunächst waren zwei Kolleginnen dabei aufzuzählen, was nicht gehen würde. Mit dem Blick auf die innere Haltung „weg vom Problemzustand – hin zur eigenen Handlungskompetenz“ haben die Kolleg\*innen dann geschaut, wann es funktionieren kann, dass jemand einmal eine Stunde für sich in der Gruppe ist.

Der Blick „Weg von... – hin zu ...“ funktionierte sofort und die Kolleg\*innen haben sich eine Springkraft für je eine Stunde aufgeteilt (dann waren alle Gruppen erfreulicherweise wieder komplett besetzt). Heraus kam, in Zukunft bestimmte Zeiten für Termine auszuklammern und lieber andere zu wählen.... (wieder ein „Weg von... – hin zu...“). Diese Fokusänderung funktioniert.

### Fazit

Im sozialpädagogischen Alltag ist Kommunikation eine entscheidende und wichtige Säule. In unseren Einrichtungen treffen wir ununterbrochen auf eine Vielzahl von Ideen, Bedürfnissen, Wertvorstellungen, Sprachen, Glaubenssätzen. Denn jede Person bringt sich „mit Haut und Haaren“ in die Kita ein. Und jede\*r kennt Situationen in denen Kommunikation als herausfordernd empfunden wurde.

*Kontakt: Bärbel Peper, Kitaleitung, heilpädagogische Fachkraft & NLP - Practitioner & - Master, E-Mail: maerchenzeitbp@aol.com*

*Margarita Feller: Erzieherin, stellvertr. Kita-Leitung, margarita.feller@gmx.de*

*Sandra Warsewicz, Kindheitspädagogin (B.A.), Gründerin „Werkstatt der guten Gedanken“, www.sandra-warsewicz.de*

*Prof. Dr. Karl Ernst von Mühlendahl*

## Meine KitaApp

*Eine Organisations- und Kommunikationshilfe für Kita-Mitarbeiter\*innen sowie Eltern und zugleich Quelle für kinderärztliche Gesundheitsinformationen.*

„Meine KitaApp“, die ab sofort für iOS- und Android-Smartphones zur Verfügung steht, kann jede Kita für die interne Kom-

munikation nutzen und Eltern sowie Sorgeberechtigten anbieten, deren Kinder sie betreuen.

Zudem enthält die Kita-App Informationen zur Gesundheit, die fachkundig und seriös von der Kinderumwelt, einer gemeinnützigen GmbH und einer Einrichtung der Deutschen Akademie für Kinder- und Jugendmedizin (DAKJ e.V.), des Dachverbandes der Kinder- und Jugendärzte, für die App erarbeitet wurden. Alle Gesundheitsinformationen werden ständig aktualisiert. Damit hat „Meine KitaApp“ einen besonderen Wert und ein Alleinstellungsmerkmal.

Die Handhabung ist einfach. Sobald sich eine Kindertagesstätte für die Nutzung von „Meine KitaApp“ registriert hat, können alle Eltern und Sorgeberechtigten, deren Kinder in dieser Einrichtung betreut werden, die App im App Store oder bei Google Play herunterladen und sich mit ihren Kindern anmelden. Damit ermöglichen sie der Einrichtung, Nachrichten direkt auf ihr Smartphone zu schicken.

„Meine KitaApp“ enthält Informationen zu den wichtigsten Erkrankungen, die in einer Einrichtung auftreten können und bietet dazu auch die entsprechenden Empfehlungen für die Behandlung und für das, was von Mitarbeiter\*innen und Eltern vom Infektionsschutzgesetz verlangt wird.

„Alle Informationen orientieren sich an den medizinischen Leitlinien und werden von uns regelmäßig aktualisiert – die Einrichtungen und vor allem auch die Eltern und die Sorgeberechtigten erhalten so seriöse, fachliche und werbefreie Informationen, z. B. darüber, wie man bei einer ansteckenden Krankheit wie Scharlach richtig reagiert oder wie man die Verbreitung von Kopfläusen in einer Gemeinschaftseinrichtung am besten verhindert“, erläutert Prof. Dr. med. Karl Ernst von Mühlendahl, Geschäftsführer und medizinischer Leiter der Kinderumwelt, das Konzept des neuen Angebotes.

Alle Informationen sind in der App im sogenannten Mediacenter verfügbar und können von den Mitarbeiter\*innen einer Einrichtung ganz einfach verschickt werden – an einzelne Eltern oder als Sammelnachricht an verschiedene Empfänger\*innen. Wenn „Meine KitaApp“ in einem

Kindergarten genutzt wird, dann können in sehr kurzer Zeit alle Eltern erreicht werden und erhalten geprüfte Gesundheitsinformationen.

Das hat für alle Beteiligten große Vorteile – denn die Erzieher\*innen brauchen nicht selbst nach den richtigen Empfehlungen zu suchen und auch die Eltern wissen, dass sie den Empfehlungen der Kinder- und Jugendärzt\*innen vertrauen können, wenn es z. B. um das richtige Verhalten im Fall einer grassierenden Grippewelle im Kindergarten geht.

Neben den Gesundheitsinformationen der Kinderumwelt kann „Meine KitaApp“ auch für die Versendung von Nachrichten aus der Einrichtung selbst genutzt werden, um z. B. alle Eltern einer Kindergruppe darüber zu informieren, dass ein Ausflug ins

Freie geplant wird oder ein neuer Wochenessensplan vorliegt.

Interessierte Einrichtungen können das neue Angebot zunächst sechs Monate kostenfrei ausprobieren. Die Kinderumwelt möchte auch die Rückmeldungen aus den Einrichtungen verwerten, um das Angebot weiter zu entwickeln.

Eine Anfrage zur Nutzung oder zu den medizinischen Inhalten kann an folgende E-Mails gerichtet werden:

Meine-KitaApp@monks.de oder  
info@uminfo.de

*Kontakt: Prof. Dr. med. Karl Ernst v. Mühlendahl, Umweltmediziner und Pädiater; Kinderumwelt gGmbH der Deutschen Akademie für Kinder- und Jugendmedizin, Heinrich-Stürmann-Weg 7, 49124 Georgsmarienhütte, Tel.: 05401 33906500; E-Mail: [muehlend@uminfo.de](mailto:muehlend@uminfo.de),*



## INFORMATIONSBLATT KOPFLAUS

### → GUT ZU WISSEN

Kopflausbefall ist bei Kleinkindern nicht selten und beruht zumeist nicht auf mangelnder Hygiene. Eltern sind verpflichtet, einen Befall der Kita zu melden, Kitas müssen das Auftreten von Läusen dem Gesundheitsamt melden. Nach einmaliger Behandlung besteht keine Ansteckungsgefahr, ist also Fortsetzung des Kita-Besuches möglich.

### → URSACHE

Die Kopflaus ist ein Insekt von 2 – 3 Millimeter Größe, für das der Mensch der einzige mögliche „Wirt“ ist.

### → ÜBERTRAGUNG

Die Übertragung geschieht fast ausschließlich von Mensch zu Mensch.

### → SYMPTOME UND VERLAUF

Juckreiz und Kratzspuren im Bereich des behaarten Kopfes sind wichtige Hinweise, aber nicht bei allen Befallenen vorhanden.

## LITERATUR

### **Dani und die Dosenmonster**

In dem illustrierten Buch beschreiben die Autor\*innen den Weg eines Elternteils in die Alkoholabhängigkeit. Als der Vater des kleinen Jungen Dani arbeitslos wird, ziehen kurz darauf komische Gestalten in die Wohnung ein. Erst ist nur eine da, aber bald sind sie überall die „Dosenmonster“. Danis Vater fehlt zunehmend die Energie, sich um seinen Sohn zu kümmern. Aber Dani gibt nicht auf und sagt den Dosenmonstern, zusammen mit Tante Julia, den Kampf an. Das Buch zum Thema Alkoholabhängigkeit soll als Türöffner für Gespräche dienen.

*Paula Kuitunen, Sören Kuitunen-Paul (Hrsg.): Dani und die Dosenmonster. Ein Kinderfachbuch über Alkoholprobleme. Mabuse Verlag, 2019, ISBN 9783863214418, 67 Seiten, 16,95 Euro*

### **Bindungs- und Beziehungsqualität in der Kita**

Die Beziehung zwischen Erzieher\*in und Kind stellt eine wichtige Komponente für erfolgreiches Lernen dar. Der Autor Michael Glüer vermittelt hier Studierenden, pädagogischen Fachkräften und weiteren Interessierten sowohl einen theoretischen als auch einen praxisorientierten Überblick über Bindungs- und Beziehungsqualität im Setting Kindertagesstätte. Dabei steht die praktische Umsetzung von konkreten Maßnahmen und Interventionen im Mittelpunkt. Die praxisbezogenen Hinweise regen zur Reflexion über die eigene Handlungsweise sowie zum bewussten Aufbau einer stabilen Bindung zu den Kindern an.

*Michael Glüer: Bindungs- und Beziehungsqualität in der Kita. Grundlagen und Praxis. Kohlhammer, Stuttgart, 2017, 218 Seiten, ISBN 978-3-17-026016-0, 32,00 Euro*

### **Eingewöhnung und Beziehungsaufbau In Krippe und Kita**

Mit Hilfe des Buchs möchte die Autorin pädagogische Fachkräfte bei der Konzeption der Eingewöhnungsphase in Krippe und Kita unterstützen. Hierfür gibt sie einen Überblick zu den verschiedenen Möglichkeiten und Modellen der Eingewöhnungsphase. Ihr Ziel ist es, ein Bewusstsein dafür zu schaffen, dass die Eingewöhnung, wenn sie erfolgreich bewältigt wird, die Grundlage für jeden kindlichen Entwicklungs- und Bildungsprozess darstellt. Zur Orientierung und für die praktische Arbeit sind die aufgeführten Leitfäden, wie zum Beispiel zur Planung und Ausgestaltung des Übergangs, sowie Checklisten zur Vorbereitung eines Aufnahmegesprächs mit den Eltern (u. a.) für pädagogisches Fachpersonal hilfreich.

*Rahel Dreyer: Eingewöhnung und Beziehungsaufbau in Krippe und Kita. Modelle und Rahmenbedingungen für einen gelungenen Start. Verlag Herder GmbH, Freiburg im Breisgau 2017, ISBN 978-3-451-32544-1, 192 Seiten, 19,99 Euro*

### **Frühpädagogische Konzepte praktisch umgesetzt**

Die Autorin geht in dem Buch der Frage nach „Wie kann man Kinderpartizipation zu einem festen Bestandteil des Kitaalltags werden lassen?“ Dabei stellt sie praxisnah Partizipations-Möglichkeiten, wie zum Beispiel die Arbeit im Kinderparlament, die Kinderkonferenz oder den Kinderrat vor, um Mitbestimmung in den individuellen Rahmenbedingungen der eigenen Einrichtung umsetzen zu können. Mit Hilfe konkreter Beispiele, Ideen, Lösungsvorschläge und Empfehlungen werden pädagogischen Fachkräften Wege

aufgezeigt, wie eine offene und klare Kommunikation über Mitbestimmung im Team, sowie mit Eltern und Kindern gelingen kann.

*Giovanna Debatin: Frühpädagogische Konzepte praktisch umgesetzt: Partizipation in der Kita. Cornelsen Verlag, Berlin, 2. Auflage 2017, ISBN 978-3-589-15872-0, 128 Seiten, 15,99 Euro*

## **Autismus und Gesundheit. Besonderheiten erkennen – Hürden überwinden**

Als Ärztin und Asperger-Autistin versteht es die Autorin, eine differenzierte Perspektive auf Schwierigkeiten in unterschiedlichen Versorgungs- und Lebensbereichen einzunehmen. Dabei fokussiert sie unter anderem Vorsorge und Gesundheitsförderung sowie die ambulante und stationäre medizinische Versorgung. Neben praktischen Handlungsempfehlungen tragen Erfahrungsberichte von Betroffenen und Angehörigen dazu bei, die alltäglichen Herausforderungen von Menschen mit Autismus besser zu verstehen. Dieses Buch richtet sich deshalb neben Betroffenen auch an Angehörige und Gesundheitsprofessionen.

*Christine Preißmann: Autismus und Gesundheit. Besonderheiten erkennen – Hürden überwinden – Ressourcen fördern. Kohlhammer Verlag, Stuttgart, 2017, 201 Seiten, ISBN 978-3-17-032027-7, 28,00 Euro.*

## **Konflikt und Streit**

Der Ratgeber eignet sich sowohl für den privaten als auch für den beruflichen Kontext. Der erste Teil des Buchs befasst sich mit dem theoretischen Hintergrund sowie der Notwendigkeit von Konflikten zur Beziehungsgestaltung. Zudem werden die Faktoren, die zum Gelingen beziehungsweise zum Scheitern von Konfliktlösungen

führen können, behandelt. Darstellungen und Beispiele veranschaulichen diese Erklärungen. Im zweiten Teil nimmt der Autor die eskalierten Konflikte in den Blick und eine selbstständige Klärung nicht mehr möglich ist. Eine kurze Darstellung der Rolle von Konfliktmanager\*innen zeigt Handlungsstrategien auf. Abgerundet wird der Ratgeber mit Fallbeispielen, anhand derer das Dargestellte deutlich nachzuvollziehen ist. Fachlich, humorvoll und leicht verständlich geschrieben, richtet er eine konstruktive Sichtweise auf Konflikte.

*Rainer Sachse: Konflikt und Streit. Wie wir konstruktiv mit ihnen umgehen. Springer, Berlin und Heidelberg, 2017, 187 Seiten, ISBN 978-3-662-49863-7, 19,99 Euro*

## **Bindung und Autonomie in der frühen Kindheit**

Die Autorin stellt im ersten Teil des Buches das Eltern-Kind-Verhalten zunächst aus evolutionärer Perspektive dar und konzentriert sich dabei auf Forschungsmethoden der Humanethologie sowie auf kulturgeschichtliche Fragestellungen zur Eltern-Kind-Beziehung. Im zweiten Teil des Werkes steht frühkindliches Interaktionsverhalten im Mittelpunkt, angefangen bei sehr kurz gefassten Einführungen zur Bindungstheorie und deren Weiterentwicklung im „Zürcher Modell“ von Norbert Bischof. Den größeren Teil widmet die Autorin dann vorrangig der Darstellung von Nähe-Distanz-Regulierungen in verschiedenen Altersphasen sowie dem Themenblock „Einübung von wohlthuendem Verhalten“. Dabei betont sie besonders die Bedeutung der Bindungssicherheit.

*Ursula Henzinger: Bindung und Autonomie in der frühen Kindheit. Humanethologische Perspektiven für Bindungstheorie und klinische Praxis. Psychosozial Verlag, Gießen, 2017, 462, Seiten, ISBN 978-3-8379-2672-9, 44,90 Euro*

# ALLTAGSTAUGLICHES

## REZEPTE

### Griechische Gemista

#### Zutaten:

- 8 große Tomaten
- Ca. 400-600g rohen Reis
- 2 Zwiebeln
- Petersilie
- Dill
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl

#### Zubereitung:

Die Tomaten auslöffeln und in eine Schüssel geben.

Den Schüsselinhalt mit Zwiebeln, Dill, Petersilie, Salz und Pfeffer würzen, vier Esslöffel Olivenöl mischen und pürieren.

Den rohen Reis untermengen.

Die Tomaten mit dieser Masse bis zur Mitte füllen und in einer Auflaufform im Ofen bei ca. 200° eine Stunde backen.

Beim Backen regelmäßig Wasser und Olivenöl hinzugeben, so dass die Tomaten mindestens bis zur Hälfte bedeckt sind.

#### Varianten:

Es können auch Auberginen, Zucchini oder Paprika befüllt werden. Für eine besondere Verfeinerung, zum Beispiel für ein Weihnachtsessen, können der Füllung je nach Geschmack auch Sonnenblumenkerne oder Nüsse hinzugefügt werden. Für eine noch gesündere Variante können auch kleine Möhrenraspel, Erbsen oder anderes Gemüse hinzugefügt werden.

#### Tipp:

Die benötigte Menge Reis ist je nach Größe der Tomaten unterschiedlich. Wenn Füllmasse übrig ist, diese neben dem Gemüse in der Auflaufform mitbacken und als Beilage essen.

## SPIELE

### Waldmemory

#### Materialien:

Materialien, die Sie direkt in der Natur finden.

#### So geht's:

Sammeln Sie verschiedene Gegenstände im Wald (zum Beispiel Blätter, Eicheln, kleine Äste, einen Grashalm, Steine, Sand, und weitere).

Wichtig hierbei ist, dass die Gegenstände eindeutig voneinander abzugrenzen sind und Sie von einem Gegenstand jeweils zwei Exemplare haben.

Anschließend bilden die Kinder einen großen Kreis und legen die Hände auf den Rücken.

Sie legen nun jeweils einen Gegenstand in die Hände der Kinder - sie können nun erfühlen, um welchen Gegenstand es sich handelt, dürfen es aber noch nicht sagen.

Anschließend müssen die Kinder auf die Suche gehen und ihren Wald-Partner mit dem gleichen Gegenstand in der Hand finden.

Hierbei stehen die Kinder dann immer Rücken an Rücken und erfühlen jeweils, was der andere in der Hand hat und ob sie

Partner sind. Wer seinen Waldpartner zuerst gefunden hat, hat gewonnen.

Variante 1)

Dieses Spiel kann auch eingesetzt werden, wenn für eine folgende Aktivität Zweiergruppen gebildet werden müssen.

Variante 2)

Um das Spiel fortzuführen, können Sie sich noch eine spannende Waldgeschichte überlegen. In diese Geschichte können alle verteilten Waldgegenstände mit eingebaut werden – wenn der Gegenstand in der Geschichte erwähnt wird, können die Kinder ihren Waldgegenstand einmal der Gruppe zeigen.



*Quelle: aus der Fortbildung: „Natur bewegt erleben. Bewegungsanreize der Natur nutzen (siehe Veranstaltungen Seite 23)*

## VERANSTALTUNGSHINWEISE

*Kontakt. Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen e. V. (LVG&AFS), Tel.: 05 11 - 3 88 11 89 -0, E-Mail: info@gesundheit-nds.de*

Termin	Titel	Information
15.-16.01.2020 Osnabrück	<b>Wenn die Seele überläuft</b> <b>Psychische Gesundheit in der Kita</b>	Zweitägige Fortbildung: Einführung und Handlungsempfehlungen zum Thema psychische Belastungen und Erkrankungen bei Kindern, Eltern und/oder Kolleg*innen im Arbeitsumfeld Kita. ( <a href="#">weiterlesen...</a> )  <i>Kontakt: Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen e. V., Fenskeweg 2, 30165 Hannover, Tel.: 0511 3881189-0, E-Mail: info@gesundheit-nds.de</i>
22.01.2020 Hannover  oder  04.02.2020 Bremen	<b>Regionale Dialogwerkstatt</b> <b>Gesundheitsförderung in der Kita - Wieso, weshalb, warum – wer nicht fragt...?</b>	Das Thema „Gesundheitsförderung in der Kita“ gewinnt immer mehr an Bedeutung. Der Wunsch nach einer gesunden Entwicklung der Kinder sowie zunehmende Anforderungen und Belastungen bei pädagogischen Fachkräften sind nur einige Gründe hierfür. Aber wie kann das Thema Gesundheit in Kitas eingebracht werden? Welche Handlungsfelder gibt es? Wo gibt es Unterstützung? Diese und weitere Fragen werden in den Dialogwerkstätten beleuchtet und gemeinsam mit den Teilnehmenden erarbeitet.  Ziel der Dialogwerkstätten ist es, eine Austauschplattform zu bieten, Informationen und Erfahrungen zum Thema Kita und Gesundheit zu bündeln und weiter zu geben, um so einen Beitrag zu mehr Gesundheit in der Kita für alle zu fördern. Dabei wird der Blick insbesondere in den einzelnen Regionen in Niedersachsen gerichtet, um regionale Vernetzung und Austausch mit verschiedenen Personen und Akteuren vor Ort zu ermöglichen. ( <a href="#">weiterlesen...</a> )  <i>Kontakt: Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen e. V., Fenskeweg 2, 30165 Hannover, Tel.: 0511 3881189-0, E-Mail: info@gesundheit-nds.de</i>
26.02.2020 Hannover	<b>Bildung und Gesundheit in der Kita</b> <b>Früh übt sich... Die Stärken und Schwächen sozialer Beziehungen</b>	Starke Beziehungen sind wichtig, denn sie bilden ein enges soziales Gefüge wie z. B. zwischen Erzieher*innen und den Kindern. Dies schafft Bindung und Vertrauen und ist eine Grundlage für das psychische Wohlbefinden und eine gesunde Entwicklung von Mädchen und Jungen in der Kita. Die Fachtagung ist dazu gedacht, Erzieher*innen und

Termin	Titel	Information
		<p>Kitaleitungen in ihrem Berufsalltag zu unterstützen. Darüber hinaus werden Möglichkeiten zum Austausch gegeben, sowie Praxisbeispiele und kreative Übungen vorgestellt und ausprobiert. Die Workshops mit konkreten Tipps und Hilfen für den Arbeitsalltag runden das Programm ab. (<a href="#">weiterlesen...</a>)</p> <p><i>Kontakt: Bildungswerk ver.di Niedersachsen e.V., Goseriende 10, 30159 Hannover, Tel.: 0511 12 40 05 08, E-Mail: hannover@bw-verdi.de</i></p>
<p><b>04.03.2020</b> Hannover</p>	<p><b>Partizipation – ein wichtiges Thema im Bereich Kita und Gesundheit</b></p>	<p>Partizipation von Kindern gilt als ein Schlüssel zur Resilienzentwicklung, denn die Entwicklung von Widerstandsfähigkeit ist eng an Selbstwirksamkeitserfahrungen gekoppelt. Kinder auf diese Weise zu stärken, fördert ihre psychische Widerstandsfähigkeit und ermöglicht ihnen, Krisen und Unwägbarkeiten des Lebens zu bewältigen und zu überwinden. Die Fortbildung bietet einführende Grundlagen der Partizipation als Aspekt der Gesundheitsförderung. Hierfür werden verschiedene Methoden der Partizipation vorgestellt und verschiedene Aspekte von Partizipation in Kita und Krippe erläutert. (<a href="#">weiterlesen...</a>)</p> <p><i>Kontakt: Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen e.V., Fenskeweg 2, 30165 Hannover, Tel.: 0511 3881189-0, E-Mail: info@gesundheit-nds.de</i></p>
<p><b>11.03.2020</b> Hannover</p>	<p><b>Kita in Bewegung Neue Impulse in Theorie und Praxis - mit allen für alle</b></p>	<p>Durch Bewegung erfahren und erleben Kinder ihre Welt. Sie dient ihnen als Mittler zwischen sich und ihrer Umwelt. Bewegung ist die Voraussetzung für die motorische sowie gesunde körperliche Entwicklung von Kindern, unterstützt den Aufbau eines positiven Selbstkonzeptes, regt das emotionale Erleben an, fördert die kognitive Entwicklung und das soziale Lernen.</p> <p><i>Kontakt: Akademie des Sports, Dagmar Krause, Ferdinand-Wilhelm-Fricke-Weg 10, 30169 Hannover, Tel: 0511 1268305, dkrause@akademie.lsb-nds.de</i></p>
<p><b>15.-16.04.2020</b> Oldenburg</p>	<p><b>Wenn die Seele überläuft Burnout-Prävention für pädagogische Fachkräfte</b></p>	<p>Der Kita-Alltag stellt sowohl die Kitaleitungen als auch die Erzieher*innen und alle weiteren Mitarbeiter*innen in der Kita vor viele Herausforderungen: Zeitdruck, Personalmangel, hohe Krankheitsstände, Konflikte und Überforderung sind nur einige Beispiele – viele Kita-Fachkräfte kommen dabei an ihre Grenzen. Mit der Fortbildung werden</p>

Termin	Titel	Information
		<p>praktische Möglichkeiten aufgezeigt, die persönlichen Belastungen im Arbeitsumfeld Kita zu reduzieren und eigene Ressourcen zur Erhaltung der psychischen Gesundheit zu stärken. Schwerpunkte können in der Fortbildung gemeinsam gesetzt werden. (<a href="#">weiterlesen...</a>)</p> <p><i>Kontakt: Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen e.V., Fenskeweg 2, 30165 Hannover, Tel.: 0511 3881189-0, E-Mail: info@gesundheit-nds.de</i></p>
<p><b>28.04.2020</b> Bremen</p>	<p><b>Rote Karte für`s Arbeitsklima?!</b> <b>Teamentwicklung in der Kita</b></p>	<p>Schlechtes Arbeitsklima macht krank. Mangelnde Kommunikation und Ausgrenzungen stören die Entwicklung und auch den Erhalt eines gesunden Teams. Ein kollegiales Team ist jedoch die Basis für die Gestaltung eines gesundheitsfördernden Lebens- und Arbeitsumfeldes für die Kinder, die pädagogischen Fachkräfte und auch die Eltern. Die Fortbildung möchten helfen, (Leistungs-) Kompetenzen zu fördern, Handlungsfähigkeit (wieder) zu erlangen Reflexion zu ermöglichen. (<a href="#">weiterlesen...</a>)</p> <p><i>Kontakt: Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen e.V., Fenskeweg 2, 30165 Hannover, Tel.: 0511 3881189-0, E-Mail: info@gesundheit-nds.de</i></p>
<p><b>28.05.2020</b> Oldenburg</p>	<p><b>Natur bewegt erleben</b> <b>Bewegungsanreize der Natur nutzen</b></p>	<p>Ideen und Anregungen für die praktische Umsetzung von Bewegungsangeboten in der Natur. (<a href="#">weiterlesen...</a>)</p> <p><i>Kontakt: Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen e.V., Fenskeweg 2, 30165 Hannover, Tel.: 0511 3881189-0, E-Mail: info@gesundheit-nds.de</i></p>
<p><b>11.06. oder 17.06.2020</b> Hannover</p>	<p><b>Gute und gesunde Kita für Alle!</b> <b>Gesundheit in der Kita fördern - Gelingensbedingungen</b></p>	<p>Unter dem Thema „Gesundheitsförderung in der Kita - Gelingensbedingungen“ geht die Veranstaltung den Fragen und Aspekten nach: Was ist uns wichtig? Mit welchen Herausforderungen sind Erzieher*innen und Kitaleitungen im Arbeitsalltag konfrontiert? Welche Fragen gibt es zum Thema und wo gibt es ggf. Unterstützung. (<a href="#">weiterlesen...</a>)</p> <p><i>Kontakt: Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen e.V., Fenskeweg 2, 30165 Hannover, Tel.: 0511 3881189-0, E-Mail: info@gesundheit-nds.de</i></p>

Termin	Titel	Information
<b>01.10.2020</b> Hannover	<b>Tischlein deck dich ...</b> <b>Essen, Trinken und</b> <b>Ernährungsbildung in</b> <b>der Kita</b>	<p>Essen und Ernährung sind wichtige Lern- und Handlungsfelder in der KiTa, nicht nur für die altersgerechte Versorgung, sondern auch für die physische, psychische und soziale Entwicklung – und für die Bildung. Die Tagung greift zentrale ernährungsphysiologische, psychologische, soziokulturelle und pädagogische Grundlagen der Entwicklung, Ernährung sowie Ernährungssozialisation und -bildung auf. (<a href="#">weiterlesen...</a>)</p> <p><i>Kontakt: Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen e.V., Fenskeweg 2, 30165 Hannover, Tel.: 0511 3881189-0, E-Mail: <a href="mailto:info@gesundheit-nds.de">info@gesundheit-nds.de</a></i></p>
<b>17.11.2020</b> Hannover	<b>Jahrestagung des</b> <b>Netzwerks</b> <b>Kita und Gesundheit</b> <b>Niedersachsen</b>	<p><b>Save The Date</b></p>



## **RUNDBRIEF NR. 15**

## **NETZWERK KITA & GESUNDHEIT NIEDERSACHSEN, 2019**