

Tipps für einen gelungenen Spielgruppenstart

Die meisten Kinder können den ersten Spielgruppentag kaum erwarten. Trotzdem fällt es gar nicht so leicht, Mama oder Papa ziehen zu lassen, wenn es dann ernst gilt. Nicht nur für das Kind ist der Spielgruppenstart ein grosser Schritt, der viel Mut erfordert. Auch die Eltern haben oft Mühe damit, ihr Kind in der Obhut der Spielgruppenleiterin zu lassen – erst recht, wenn es beim Abschied Tränen gibt. Dank diesen Tipps wird die Eingewöhnungszeit für alle leichter.

Spielgruppenluft schnuppern

Kommen Sie am Tag der offenen Tür vorbei, schauen Sie mit ihrem Kind die Räumlichkeiten an, lernen sie die Leiterinnen kennen. Ihre Tochter oder Ihr Sohn kann erste Spielerfahrungen in der Spielgruppe sammeln und anderen Kindern begegnen. So kann sich Ihr Kind ein Bild davon machen, was diese Spielgruppe überhaupt ist, von der alle reden. Ihnen als Eltern bietet es die Möglichkeit, einen guten Einblick zu gewinnen, damit Sie sich sicher sein können, dass Ihr Kind bei uns gut aufgehoben ist. Sie können Fragen stellen und Unklarheiten besprechen, damit sie sich sicher sind, dass dies der richtige Schritt ist. Ihr Kind wird spüren, dass Sie volles Vertrauen in die Spielgruppenleiterin haben.

Die Wartezeit nutzen

Die Zeit bis zum ersten Spielgruppentag wird dem Kind endlos erscheinen. Der Einkauf von Finken und Znünitäschli steigert die Vorfreude noch mehr. Nutzen Sie diese Zeit, um **das Loslassen zu üben**, zum Beispiel, indem Ihr Kind mal zwei Stunden ohne Sie bei den Nachbarn oder den Grosseltern bleibt. Vergessen Sie dabei sich selber nicht, denn auch Eltern müssen üben, ihr Kind ziehen zu lassen. Ermutigen Sie es, Dinge selber zu tun, stehen Sie nicht sogleich helfend zur Seite, wenn es auf dem Spielplatz ein Hindernis überwindet und lassen Sie sich von Ihrem Kind zeigen, wie gross und selbständig es schon geworden ist.

Zeit für die Eingewöhnung geben

Manche Kinder winken schon bald fröhlich, wenn Mama oder Papa gehen, bei anderen dauert es länger, bis sie sich von den Eltern lösen können. Kinder, die eine besonders enge und intensive Bindung zu Mama und Papa haben, brauchen oft mehr Zeit. Vergleiche mit anderen Kindern sind wenig hilfreich, denn jedes Kind geht anders mit Veränderungen um. Geben Sie Ihrem Kind die Zeit, die es braucht und besprechen Sie mit der Spielgruppenleiterin, ob Sie noch etwas länger im Hintergrund dabei bleiben dürfen oder ob sie andere Möglichkeiten sieht, ihm den Abschied zu erleichtern. Im Hintergrund bleiben heisst nur beobachten. Wenn Ihr Kind Hilfe braucht, verweisen Sie es auf die Spielgruppenleiterin.

Keine Hektik beim Bringen

Planen Sie vor allem in der Eingewöhnungszeit **genügend Zeit für das Bringen und Abholen** ein. Wenn Sie schon vollkommen entnervt in der Spielgruppe ankommen und gleich wieder weiter müssen, weil Sie einen Termin haben, fällt dem Kind das Dableiben erst recht schwer. Keine Hektik aufkommen zu lassen ist oft schwierig, falls Sie mehrere Kinder haben. Daher kann es sinnvoll sein, für die Eingewöhnungszeit Unterstützung zu organisieren, so dass Sie sich ganz Ihrem Spielgruppenkind widmen können.

Tränen sind erlaubt

Weint Ihr Kind beim Abschied, bedeutet dies nicht, dass es ihm in der Spielgruppe überhaupt nicht gefällt. Es verleiht seinem **Trennungsschmerz** Ausdruck – ein Schmerz, der oft schnell wieder vergessen ist, wenn die Spielgruppenleiterin das Willkommenslied anstimmt. Erwachsenen fällt es oft schwer, das Weinen zuzulassen, aber für das Kind kann es sehr wichtig sein, sich auszuweinen. Nehmen Sie seine Gefühle ernst, **machen Sie Ihm** aber auch **Mut**, dass es diese Traurigkeit überwinden kann.

Nuggi, Nuschi und andere Trösterli

Vermutlich kommt Ihr Kind zu Hause schon ganz gut ohne Nuggi und Nuschi aus. Beim Spielgruppenbesuch können diese aber viel **Sicherheit bieten**. Vielleicht möchte sich Ihr Kind auch einen speziellen Begleiter für die Spielgruppe aussuchen, zum Beispiel einen schönen Stein für in die Hosentasche oder ein kleines Kuscheltier.

Nicht wegschleichen

Es mag verlockend erscheinen, sich heimlich aus dem Raum zu schleichen, wenn das Kind gerade abgelenkt ist. Früher oder später wird es aber merken, dass Sie nicht mehr da sind und das macht Angst. So schmerzhaft der **Abschied** für Sie und das Kind auch sein mag – es ist wichtig, dass er **bewusst geschieht**. Verabschieden Sie sich kurz und liebevoll und gehen Sie dann, auch wenn das Kind weint. Die Spielgruppenleiterin ist in der Lage, diese Situation zu meistern und wird Ihr Kind trösten.

Ein Abschiedsritual hilft

Feste Abläufe und **Rituale geben dem Kind Sicherheit**. Dies gilt auch für das Abschiednehmen. Vielleicht gibt es in der Spielgruppe ein Fenster, von dem aus das Kind Ihnen winken kann, wenn Sie weggehen. Oder Sie suchen sich ein Mutmach-Versli, das Sie jedes Mal mit dem Kind aufsagen, wenn Sie sich verabschieden.

Pünktlichkeit beim Abholen ist Pflicht

Ihr Kind muss sich **darauf verlassen können**, dass es pünktlich wieder abgeholt wird. Natürlich kennt es die Uhrzeit noch nicht, aber wenn alle Gspänli schon weg sind und es

alleine in der Garderobe zurückbleibt, wird es Sie beim nächsten Spielgruppenbesuch ganz bestimmt nicht einfach so ziehen lassen.

Gehen Sie wirklich ...

Wenn Ihr Kind spürt, dass Sie zögern, fühlt es sich erst recht verunsichert. Kündigen Sie an, dass Sie gehen resp. wann Sie gehen (z. Bsp. Nach dem Kreis) werden und gehen Sie dann auch wirklich. **Kommen Sie nicht zurück** in den Raum, wenn das Kind zu weinen beginnt. Es kann die Erfahrung nicht machen, dass es seinen Trennungsschmerz überwinden kann, wenn Sie sogleich wieder da sind, um es aus der unangenehmen Situation zu retten. Aber bleiben Sie erreichbar. Die meisten Kinder weinen nicht lange und lassen sich schnell in das Geschehen mitnehmen. Es kann aber trotzdem mal vorkommen, dass sich ein Kind über längere Zeit nicht beruhigen lässt. Seien Sie für diesen Fall erreichbar.

Die freie Zeit genießen

Während Ihr Kind lernen muss, sich in einer Gruppe zurechtzufinden, müssen Sie vielleicht wieder lernen, etwas mehr **Zeit für sich selber** zu haben. Das ist gar nicht so einfach, wenn man sich daran gewöhnt hat, stets eine Aufgabe zu haben. Versuchen Sie, die kurzen freien Stunden zu genießen und etwas zu tun, was Ihnen Freude macht. Falls Sie mehrere Kinder haben, kann der Spielgruppenmorgen auch eine Chance sein, ganz bewusst Zeit mit dem Geschwisterkind zu verbringen.

Keine Chance dem schlechten Gewissen

Wenn das Kind beim Abschied jedes Mal weint, meldet sich früher oder später das schlechte Gewissen. Sie fragen sich vielleicht, ob Sie ihm nicht zu viel zumuten. Sofern Sie die Gewissheit haben, dass Ihr Kind in der Spielgruppe gut aufgehoben und betreut ist, sollten Sie diesem Gefühl nicht nachgeben. Die Spielgruppe ist eine gute Vorbereitung auf den Kindergarten. Diese ist für Kinder, denen das Loslassen schwer fällt, ganz besonders wichtig. Geben Sie Ihrem Kind die Gelegenheit, zu lernen, auch wenn es zuweilen schwierig und schmerzhaft ist. Ist die Situation jedoch so unerträglich für das Kind, dass es den Spielgruppenbesuch zu fürchten beginnt, kann es sinnvoll sein, eine Pause einzulegen und ein paar Wochen oder Monate später einen Neustart zu wagen.

Kann das auch jemand anders?

Manchen Kindern fällt das Ankommen in der Spielgruppe leichter, wenn sie nicht von ihrer engsten Bezugsperson gebracht werden. Oft hilft es, wenn der Elternteil, der weniger zu Hause ist, die Begleitung übernimmt. Vielleicht haben auch die Grosseltern die Möglichkeit, diese Aufgabe zu übernehmen oder Ihr Kind kann mit den Eltern eines Gspänlis mitgehen. Dies zumindest so lange, bis das Kind in der Gruppe eingewöhnt ist und Vertrauen zur Spielgruppenleiterin gefasst hat.