

5 Fragen zur Überprüfung, ob ich Kindern dabei helfe, Stress abzubauen

Der Kita-Alltag verläuft manchmal hektisch, laut und turbulent. Es fällt nicht allen Kindern leicht, damit umzugehen. Viele brauchen zur Stressreduktion die Unterstützung von vertrauten Erwachsenen. Denken Sie über folgende Fragen nach oder diskutieren Sie diese mit Ihrem Team.

- 1) Helfe ich dir Ecken und Nischen zu finden, wenn der Kita-Alltag manchmal turbulent für dich ist?
- 2) Kannst du bei mir bleiben, wenn du es brauchst, auch wenn mein Arbeitsalltag turbulent ist?
- 3) Weiß ich was dir hilft, wenn es dir nicht gut geht?
- 4) Nutze ich Momente der Pflege, um mir Zeit für dich zu nehmen?
- 5) Hat mir deine Mama oder dein Papa erzählt, was dir zuhause hilft, wenn es dir nicht gut geht? In welcher Form kann ich das in der Kita ebenfalls tun?