



Die Entwicklung des Kindes von 3 bis 6 Jahren



In den Jahren rund um den Kindergarten wird Ihr Kind vieles dazulernen. Es wird die ersten Freundschaften knüpfen, den ersten Tag im Kindergarten erleben. Diese Übersicht zeigt Ihnen, welche kognitiven und sozialen Entwicklungsschritte Kinder in dieser Zeit machen. Zudem finden Sie Tipps, wie Sie Ihr Kind dabei unterstützen können.

Freundschaften schliessen, sich mit einem Geschlecht identifizieren

- Im vierten Lebensjahr schliesst Ihr Kind erste Freundschaften. Spätestens mit dem Eintritt in den Kindergarten gewinnen Gleichaltrige weiter an Bedeutung.
- Es entdeckt, dass es Mädchen und Jungen gibt. Beim Eintritt in den Kindergarten ist die Geschlechtsidentität des Kindes bereits sehr gefestigt. Es identifiziert sich mit dem eigenen Geschlecht und zeigt zunehmend geschlechtsspezifisches Verhalten: z. B. Mädchen spielen in der Puppenecke, Knaben wollen Piraten sein. Dies ist aber gekoppelt an das Umfeld und die Erwartungen der Bezugspersonen an Mädchen oder Jungen.
- Ihr Kind ist in der Lage, auf die Wünsche anderer einzugehen und oft bereit, seine Spielsachen zu teilen.
- Es lernt zu verhandeln und Kompromisse zu schliessen sowie eigene Bedürfnisse aufzuschieben und zu warten (z. B. bis es auf der Rutschbahn an der Reihe ist).
- Im Laufe des fünften Lebensjahrs kann Ihr Kind sich zunehmend besser in die Gedankenwelt des Gegenübers versetzen (Perspektivenwechsel).
- Ihr Kind versucht jetzt auch Konflikte zu lösen.
- Gruppenspiele werden immer häufiger gespielt.

So unterstützen Sie Ihr Kind

Spielen nach «Lust und Laune» ist das Motto. Verplanen Sie die Freizeit Ihres Kindes nicht mit Förderangeboten. Fördern Sie, dass es mit Gleichaltrigen oder für sich alleine spielen kann. Machen Sie auch nicht immer gleich einen Programmvorschlag – kleine Anregungen reichen oft bei Langeweile.

Ermöglichen Sie, dass Ihr Kind Gleichaltrige kennenlernt, um Freundschaften zu bilden, sein Umfeld zu erweitern und seinen Platz zu finden.

Gefühle anderer verstehen, über Gefühle sprechen

- Im Vorschulalter kann es Gefühle wie Stolz, Scham, Schuld und Neid empfinden und äussern. Auch ist es jetzt in der Lage, Mitleid zu empfinden.
- Im vierten Lebensjahr erlernt Ihr Kind weitere Methoden, seine Gefühle zu kontrollieren, z. B. Selbstgespräche führen, Frust durch Bewegung abreagieren, mit anderen über Gefühle sprechen.
- Mit sechs Jahren ist die emotionale Entwicklung eines Kindes weit vorangeschritten. Es ist in der Lage, seine Gefühle zu regulieren und der Situation anzupassen: Es kann Gefühle verbergen, die ihm unpassend erscheinen, oder vortäuschen.
- In diesem Alter kann es auch die Gefühle anderer verstehen und in Zusammenhang setzen, z. B. weshalb jemand traurig ist. Es kann bewusst dafür sorgen, dass sein Verhalten bei anderen keine negativen Gefühle wie Kummer auslöst.

So unterstützen Sie Ihr Kind

Kleinkinder und Kinder im Kindergartenalter benötigen Geborgenheit, Zuwendung, Verlässlichkeit, Fürsorge und vertraute Menschen, die für sie da sind, wenn sie freudig, unsicher, traurig oder ängstlich sind.

Die Realität erfassen, den Wortschatz erweitern

- Zeit der vielen Fragen: wann? warum? wie? Die Fragen helfen den Kindern, den Wortschatz zu erweitern und Zusammenhänge zu erfassen.
- Die kindliche Vorstellungskraft ist so weit entwickelt, dass es ganze Handlungsabläufe nachahmt (es spielt beispielsweise «Essen am Familientisch» mit Puppen).
- Ihr Kind spielt gerne Rollen- und Fantasienspiele und mag es, Geschichten zu erzählen und zu hören.
- Es begreift, dass das eigene Handeln Konsequenzen hat.

- Nach dem vierten Lebensjahr können Kinder fast alles aussprechen. Schwierigkeiten bereiten allenfalls noch das «S», «R» und das «Sch» – dies sind die anspruchsvollsten Laute in der deutschen Sprache.
- Eigene Werte und Normen werden verinnerlicht.
- Bis 6 Jahre kann Ihr Kind zunehmend Schein und Wirklichkeit trennen; versteht u. a. Verkleidung, z. B. beim Samichlaus.
- Es kann sich auf mehrere Dinge gleichzeitig konzentrieren.
- Sein Wissensdrang nimmt zu und das Interesse an digitalen Medien ist gross.
- Ihr Kind wird selbstständiger – es macht z. B. mit Freunden ab oder kann einen kurzen Schulweg alleine gehen etc.

So unterstützen Sie Ihr Kind

Sprechen Sie mit Ihrem Kind. Achten Sie darauf, dass Sie eine dem Alter angemessene Form und Sprache wählen, sprechen Sie in Ihrer Muttersprache. Dazu gehört, dass Sie Veränderungen (wie der Übergang zur Kita oder in den Kindergarten) beschreiben und über Gefühle reden. Hören Sie ihm auch zu, um zu verstehen, was Ihr Kind bewegt.

Selbständig werden ist in dieser Phase wichtig für Kinder. Unterstützen Sie Ihr Kind bei der Autonomieentwicklung, indem Sie ihm Freiräume ermöglichen. Sie sollten Ihrem Kind aber auch klare Regeln und Grenzen aufzeigen, die Sie mit ihm absprechen.

Richten Sie ein kindgerechtes Zuhause ein. Schaffen Sie Lernmöglichkeiten, damit Ihr Kind seine Fertigkeiten erweitern kann und schützen Sie es vor Gefahren.

Beschränken Sie die Bildschirmzeit und nutzen Sie die Medien gemeinsam. Eltern sind für Kinder dabei ein grosses Vorbild. Achten Sie dabei auf die Altersangaben. Begleiten Sie Ihr Kind und beobachten Sie, wie es reagiert. Wirkt es angestrengt oder abgelenkt, schalten Sie das Gerät ab. Sprechen Sie mit ihm über das Gesehene.

Sorgen Sie auch für sich

Sie sind als Vorbild wichtig für Ihr Kind. Dazu gehört auch, dass Sie für sich selbst und Ihrer Partnerschaft Sorge tragen und sich gemeinsam in den Erziehungsstilen und Haltungen abstimmen.

Hier erhalten Sie Unterstützung

Wenn Sie Fragen haben oder merken, dass Sie an Ihre Grenzen kommen, wenden Sie sich an ein Kinder- und Jugendhilfezentrum (kjj) in Ihrer Nähe. Die Beratungen sind kostenlos, vertraulich und persönlich. www.zh.ch/kjj

In Elternbildungskursen und Veranstaltungen erhalten Sie zudem wertvolle Ratschläge zu Erziehungsfragen. www.zh.ch/elternbildung

Zusätzliche Informationen (Auswahl)

Im Online-Magazin «Fürs Leben gut» finden Sie Antworten zu Familienthemen: www.fuerslebengut.ch

Die kjj-Ratgeber geben Ihnen Tipps zur Erziehung:

www.fuerslebengut.ch/kjj-Ratgeber

In der Broschüre «Angebote für Eltern mit kleinen Kindern» finden Sie pro Bezirk Treffpunkte und Angebote: www.zh.ch/angebote-4

Verschiedene Kurzfilme zu Lerngelegenheiten im Alltag und zur Sprachentwicklung: www.kinder-4.ch

Elternbriefe von Pro Juventute: www.projuventute.ch/elternbriefe

Kleine Weltentdecker-App der Universität Zürich ermöglicht Eltern, ihr Kind zwischen 0 bis 6 beim Entdecken zu begleiten:

www.psychologie.uzh.ch/de/bereiche/dev/devpsy/Weltentdecker-App

Der Ratgeber-Podcast «Familienbande» von Pro Juventute, Kinderspital Zürich und Elternbildung Schweiz:

www.projuventute/podcast

Umgang mit Medien: www.jugendundmedien.ch,

www.gesundheitsfoerderung-zh.ch/publikationen

 **Jede Entwicklung ist individuell, jedes Kind entwickelt sich auf seine ganz persönliche Art und in seinem Tempo. Dies sind nur Orientierungshilfen.**

Wir unterstützen Sie.

Die Kinder- und Jugendhilfezentren (kjj) beraten Eltern bei Fragen zur Erziehung und Entwicklung ihrer Kinder und zum Familienalltag.

www.zh.ch/kjj