



BEREIT FÜR EINEN ENTSPANNTEN *Kita-Start?*

Hol Dir jetzt gratis
die
5 Aha-Tipps
für eine
Eingewöhnung mit
Bauchgefühl &
Vertrauen

ist das wirklich kostenlos?



Sonja Hartmann

EIN KOMPAKTER *Guide*



weil sich viele Mütter vor der
Eingewöhnung verunsichert
fühlen.



„Wie Du über die Kita sprichst,
prägt Dein Kind
mehr als Du denkst“

Ein Kind spürt Unsicherheiten,
auch wenn sie
nicht ausgesprochen werden.



Aha-Moment:
„Wenn ich klar, liebevoll und
positiv über die Kita spreche, fühlt
sich mein Kind sicherer.“



„Du bist der sichere Hafen -
nicht die Kita“

Kitas können viel leisten, aber die
emotionale Sicherheit kommt von
der Bezugsperson, von Dir!

💡 Aha-Moment:
„Wenn mein Kind weiß, dass ich
da bin (auch innerlich), kann es
sich draußen besser einlassen.“



„Jede Eingewöhnung ist so individuell wie dein Kind“

Es gibt kein Schema F.



Aha-Moment:
„Ich darf meinem Kind und mir
Zeit geben – auch wenn andere
es schneller schaffen.“



„Fange ein paar Wochen vorher
an, den Tagesablauf der Kita zu
übernehmen“

Dein Kind fühlt sich sicherer,
weil der Rhythmus
vorhersehbar ist.



Aha-Moment:
„Wenn mein Kind den Rhythmus
kennt, ist es weniger „Neues“ auf
einmal..“



„Du darfst Dich auf die neue
Zeit freuen“

Viele Mütter fühlen sich schuldig,
wenn sie sich auf die freie Zeit
freuen.

💡 Aha-Moment:
„Ich darf mich auf neue Freiräume
freuen – das heißt nicht, dass ich
mein Kind weniger liebe.“

