

Soziales und emotionales Verhalten



**Tipps vom Kinder- und
Jugendärztlichen Dienst
des Märkischen Kreises**



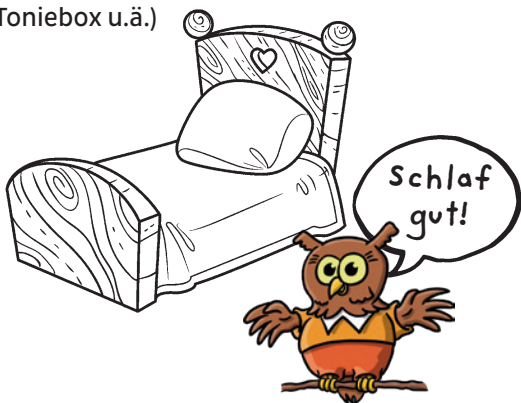
Verhaltensweisen:

Vielleicht beobachten Sie bei Ihrem Kind folgende Verhaltensweisen:

- eine kurze Konzentrationsdauer
- leichte Ablenkbarkeit
- wenig Ausdauer im Spiel und beim Ausführen kleinerer Aufgaben
- Ihr Kind hört nicht zu
- Ihr Kind ist empfindlich gegenüber Kritik
- sein Verhalten ist impulsiv und unvorhersehbar unruhig
- es hat häufig Streit mit anderen Kindern.

So können Sie Ihr Kind positiv unterstützen:

- konsequente Erziehung
(Regeln und Grenzen setzen und einhalten)
- geregelter Tagesablauf
(Schlafen, Essen, Freizeit)
- Ruhezeiten (ohne Fernsehen, Tablet, Handy, Toniebox u.ä.)



üben ➡ loben ➡ üben ➡

Unternehmen Sie mit Ihrem Kind gemeinsame Dinge, die alle gerne machen:

- Familienspiele (Memory, Puzzle)
- Basteln
- Spaziergehen
- Fahrradfahren
- Schwimmen
- Zoobesuch etc.

Zeigen Sie Ihrem Kind Ihre Liebe und Wertschätzung.

Nehmen Sie sich Zeit, mit dem Kind zu reden und zeigen Sie Verständnis. Nehmen Sie seine Sorgen ernst und suchen Sie gemeinsam nach Lösungen.



Loben Sie
Ihr Kind
so oft wie
möglich!



loben ➡ üben ➡ loben

⇒ loben ⇒ üben ⇒ loben

Empfohlene Medienzeit:

Vermeiden Sie intensiven Medienkonsum bei sich und Ihrem Kind (Handy, Tablet, Fernseher etc.).

- Bildschirmfrei bis Drei
- 3- bis 4-Jährige: 0 – 15 Minuten
- 5- bis 6-Jährige: 15 – 30 Minuten
- 7- bis 8-Jährige: 30 – 45 Minuten
- 9- bis 11-Jährige: 45 – 60 Minuten

