Empfehlenswerte Kinderliteratur und Medien mit Kurzvorstellungen

Plus Schwerpunkt Tod und Trauer in Zusammenarbeit mit www.heytod.de (Seminare, Beratung und Krisenintervention zu Tod und Trauer)

Plus Schwerpunkt Diskriminierung

Literacy – Eine kurze Einführung

Kinderbücher können unterhalten und Spaß machen, Kinder an Lesekultur heranführen oder die Beziehung zwischen Vorlesende*r und Kind bunter machen. Übrigens lesen viel häufiger Mütter als Väter vor, hier reicht das Gender Gap noch weit auseinander – ein guter Tag, um das zu ändern!

Kinderbücher lösen Gefühle aus und es ist unsere Aufgabe Kindern beim Aushalten der Gefühle zu helfen, und Co-Regulation zu leisten. Wir haben die Chance Kinder bei wichtigen Entwicklungen zu begleiten.

Manche Kinderbücher behandeln Themen, die ein bekanntes und sicheres Terrain sind. Kinderbücher sind oft lustig oder informativ. Es macht viel Spaß, unterstützt zb. die Sprachentwicklung, den Wortschatz und auch den Perspektivenübernahme – alles wichtige Kompetenzen auf dem Weg zum Erwachsenwerden. Bücher zu lesen kann ein wichtiges Ritual im Tagesablauf sein und die Bindung stärken. Vorlesen ist so wichtig!

Mehrsprachigkeit

Kinder, die mehrsprachig aufwachsen lernen in der gleichen Zeit nicht eine, sondern zwei oder drei sogenannte Muttersprachen (die natürlich auch Vätersprachen sein können). Es ist völlig klar, dass deswegen die Sprachentwicklung auf die einzelne Sprache bezogen etwas langsamer vorangeht, denn Lernkapazitäten sind zwar nicht linear, aber vereinfacht gesagt doch begrenzt. Lesen sie Bücher nur in ihrer Muttersprache vor und haben sie Geduld. Ihr Kind lernt ein akzentfreies deutsch für den deutschen Schulunterricht am besten von Muttersprachler*innen. Bitten sie sonst befreundete Muttersprachler*innen, ihrem Kind auf Deutsch vorzulesen, falls diese Sprache unterstützt werden muss. Aber vor allem achten sie darauf, dass sie Ihrem Kind ausreichend in den Herkunftsmuttersprachen vorlesen und sprechen und singen sie viel mit ihm. Möglicherweise müssen Eltern und Schulen so etwas mehr Geduld mitbringen, jedoch lernt ihr Kind langfristig so jede der Sprachen auf einem sehr hohen Niveau zu sprechen.

Um die deutsche Sprache ihres Kindes zu fördern, bieten sie ihm ein Wimmelbuch (textfreies Kinderbuch an) und lassen sie es erzählen, in der vom Kind gewählten Sprache. Es wird im Kindergartenalter öfters Sprachen vermischen, Worte neu schöpfen und mit verschiedenster Grammatik in einem Satz experimentieren. Genau dann findet Lernen statt, Synapsen verbinden sich und sie können fasziniert zusehen, wie sich die Sprachsysteme sozusagen in Echtzeit ausbilden. Schaffen sie Sprech- und Singsituationen und haben sie Spaß miteinander!

Manche Kinderbücher bringen eine ganz neue Welt ins Kinderzimmer. Schwer zu sagen, ob diese Impulse immer hilfreich für ihr Kind sind. Wichtig ist, dass sie als begleitende und auswählende Person, die diesen Raum öffnet, diesen auch halten können. Sie wissen, wann die Themen für ihr Kind zu diesem Zeitpunkt und in der Situation angemessen sind und ein ‚sicherer Raum' für das Thema geschaffen ist, insbesondere, wenn das Thema dein Kind herausfordert. Zu schweren Kinderthemen und insbesondere dem Umgang mit Tod und Trauer haben wir von heytod.de unten einen ausführlicheren Exkurs geschrieben.

Erklärbären gehören in den Zoo

Häufig sind die Bedürfnisse von Kindern nach ‚Erklären und Erzählen' bereits gestillt, weil wir manchmal viel sprechen und uns Erwachsenen sehr wichtig nehmen. Niemand ist verpflichtet das Buch von vorne nach hinten vorlesen. Häufig ist es wenigstens im ersten Schritt schöner, gemeinsam ein Bild zu betrachten und sich dem Buch vorerst nur zu nähern. Kinder dürfen ein Nein äußern, wenn sie das Thema gerade unpassend finden oder keine Lust haben. Wir sollten das Nein von Kindern wertschätzen. Kinder brauchen unsere wohltemperierten und kurzen Impulse – haben aber selbst viel bessere Ideen. Hören sie zu und ermuntern sie ihr Kind, die Geschichte weiterzuerzählen, stellen sie ehrliche Fragen und halten sie Stille aus. Kinder sind oft langsamer, warten sie ab, ob ihr Kind sicher nichts mehr beitragen möchte. So üben sie nebenbei eine tolle Gesprächskultur mit ihrem Kind ein.

Bewegung statt Buch

Immer, aber besonders, wenn starke Gefühle ausgelöst werden, ist Bewegung eine gute Option. Spiel, Spaß und Kinderyoga helfen das Erlebte im Körper zu integrieren. Oft sind Bücher auch gar nicht das geeignete Mittel, sich einem Thema zu nähern und Kinder in Trauer z.B. lehnen Bücher zu Trauer völlig ab – weil sie so kompetent sind. Denn oft haben wir Erwachsenen zwar ein Ruhebedürfnis, das dem Betrachten von Kinderbüchern entgegen kommt, Kinder jedoch altersgemäß einen viel ausgeprägteren Bewegungs- Schrei- Tobe- Quatschmach und auch Kaputthaudrang, der Erlebtes in den Körper einziehen lässt. Natürlich wollen Kinder auch mal ruhig basteln oder kochen. Aber am Ende wollen Abenteuer nicht nur in der Theorie erlebt werden.

Empathie

Wir glauben, dass es sehr zeitgemäß ist verschiedene Sichtweisen und auch Empathie bei Kindern zu stärken. Deshalb liegt ein methodischer Schwerpunkt immer auf der Arbeit mit und an den eigenen Gefühlen, eigenen Grenzen, der eigenen Gelassenheit und Mitte. Herzensbildung ist eine wichtige Kompetenz, um komplexe Zusammenhänge emotional gut einordnen zu können, Resilienz zu fördern und Selbstvertrauen sowie Selbstbewusstsein aufzubauen. Wir fragen die Kinder daher oft nach ihren Gefühlen, helfen, einen umfassenden Wortschatz dazu aufzubauen und detailliert und tief reinzuspüren, was wir und andere brauchen. Wir sehen das auch wichtigen Beitrag zu unserer Vorschule, da Studien zeigen dass Grundschullehrer*innen vor allem eine sozial-emotionale Unreife als größtes Problem junger Schulkinder benennen.

Lieblingsbücher

Kinderzeitschrift einzeln und im Abo für Kids ab Vorschule

Kinderstark Magazin – Kompetenzen, Empowerment und Wissen (www.Kinderstark-magazin.de)

Ein großartiges Kindermagazin ab 7 mit Themen, die Kinder packen und gleichzeitig Werte vermitteln.

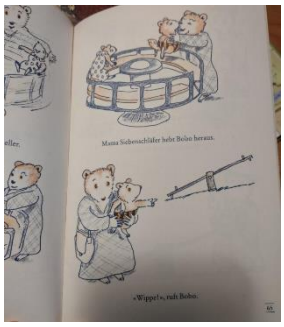
Das Magazin erscheint alle 3 Monate einzeln 10,- EUR beim Verlag oder Abo. Die Themenhefte sind einzeln

und kostet 36,- im jährlichen bestellbar.

Für ganz Kleine

Bobo Siebenschläfer. Bildgeschichten für ganz Kleine (Markus Osterwalder)

Legendäre und entschleunigte Geschichten einer Familie mit Mama, Papa, Bobo. Alltagsthemen, die für sehr kleine Kinder bereits nachvollziehbar sind, sehr einfach Sprache Je Satz ein Bild, sehr einfache Sprache, gut, um Kinder an das Vorlesen heranzuführen.

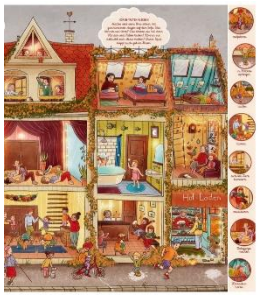


Perfekt, um vor dem Schlafengehen nochmal runterzukommen und den Alltag nachzuerleben.

Für 3,99 EUR gebraucht bei Medimops.de

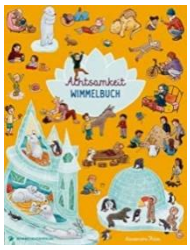
Wimmelbuch

Achtsamkeits Wimmelbuch (Helm)



Ein schön illustriertes Wimmelbuch um mit dem Kind über Alltagssituationen, Gefühle und Achtsamkeit zu sprechen. Und einfach nur gemeinsam schöne Bilder anzusehen.

Besonders für kleine Kinder oder Kinder, die noch nicht so viel sprechen bietet das Buch Anlässe einfache Worte oder Sätze zu verbalisieren und erste kleine Geschichten zu erfinden.



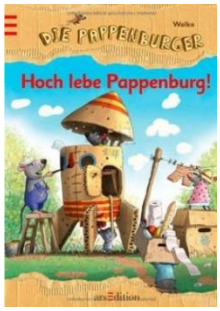
Für Kleine und Große

Gute Nacht Gorilla (Peggy Rathmann)

Eine sehr warme und lustige Gutenachtgeschichte, in der ein Gorilla einen Tierpfleger austrickst, um sich mit allen Tieren ins Bett des Tierpflegers zu kuscheln. Einfach und mit wenigen Worten erzählt, und ziemlich gut. Ab 3,50 bei medimops

Lustige Geschichten auch für Erstlesende

Die Pappenburger (Walko)



Für Vorschüler zum ersten Selbstlesen oder einfach zum Vorlesen ab etwa 3

Buch gebraucht bei Medimops für 3,40 EUR

Es gibt mehrere Bände, die alle gleich gut sind. In einer Mäusewelt, die komplett aus Pappe besteht passieren ziemlich lustige Sachen mit viel Action. Besonders Kinder, die langatmige Geschichten erstmal weniger ansprechen, mögen die lustigen und unerwarteten Wendungen. Auf jeder Seite sind mehrere bunte Bilder zur Geschichte, so dass Kinder das Buch auch ohne Hilfe anschauen können.

Eine Tiergeschichte über Pädagogik und Diversität

Wenn die Ziege schwimmen lernt (Moost, Kunstreich)

Absolute Pflichtlektüre;) Eine lustige und auch traurige Geschichte über eine Gruppe von Tieren, die Opfer schlechter Pädagogik werden. Ziege, Ente und Fisch bekommen alle die gleichen Anforderungen gestellt und haben natürlich keine Chance, diese zu erfüllen. Dabei hat jedes Tier große Fähigkeiten, die jedoch zunehmend weniger gesehen werden. Das Selbstvertrauen der Tiere schwindet. Bis die Pädagog*innen Kopfschmerzen vom

vielen Kopfschütteln bekommen und die Situation eskaliert. Und endlich wieder Ruhe ist, die Tiere sich auf ihre Stärken statt Schwächen besinnen und jedes Tier glücklich und kompetent bleiben darf.

Ein schönes Buch, wenn für ein Kind einmal etwas nicht so rutscht und es Mut und Hoffnung braucht. Auch ein schönes Buch zum Thema körperliche Unterschiede oder Einschränkungen und dass dieses auch eine Frage des Blickwinkels sind und nicht als Schwäche gelten müssen.

Regulär 6,50 EUR als Minimax Beltz Ausgabe. Übrigens gibt's sehr viele gute Kinderbücher günstig als kleines Minimax Softcover Buch.

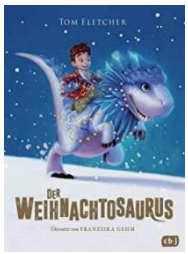
Werte

Der achtsame Tiger (Przemyslaw Wechterowicz)

Eine Geschichte und Bilderbuch für Kinder ab 3 über Gerüchte, wilde Tiere und den Alltag eines gefährlichen Dschungelbewohners. Preisgekrönt und sehr lesenswert für alle großen und kleinen Tiger.

Ein Kind im Rollstuhl erlebt ein spannendes Abenteuer

Der Weihnachtosaurus (Tom Fletcher)



Band 1 der Vorlesegschichten von einem Dino Ei, das vom Weihnachtsmann ausgebrütet wird. Sich dann von einem querschnittgelähmten Jungen gewünscht wird, der seinen Dino aufzieht und ihm das Fliegen beibringt.

Ab 10,- EUR und als Bilderbuch Version (stark eingedampft) für jüngere Kinder. Viel Glitzer, lila und Dinobilder, die viele Kinder begeistern.

Für jeden Tag

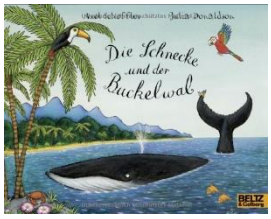
Wendeklappbuch: Ich bin anders als du – ich bin wie du

Ein einfaches, schönes Pappbuch über Diversität. Es spricht Unterschiede und Ähnlichkeiten

zwischen uns an, ohne die typisch trennenden Klischees wie „ich sitze im Rollstuhl – du nicht“ zum Thema zu machen. Stattdessen geht es auf Gemeinsamkeiten und Unterschiede wie, „wir beide mögen gerne Pizza“, oder „du bist erwachsen und hast schon einen Bart – ich bin noch ein Kind“ ein. Schon für kleine Kinder geeignet, aber bis in die Grundschule interessant.

Tolle Autor*innen und schöne Reime, noch besser im englischen Original

Die Schnecke und der Buckelwal (Donaldson, Scheffler)



Die Geschichte von der reiselustigen Schnecke, die mit dem Buckelwal aufs Meer zieht. Ein Gedicht mit tollen Bildern und ein sehr schönes Buch für Zwischendurch. Wie die kleine am Schluss den großen Buckelwal durch ihre Schlauheit und Kreativität rettet.

Ein sehr liebes Buch.

Die Schnetts und die Schmoos (Donaldson, Scheffler)

Ein weiteres Buch des erfolgreichen Autor*innen Teams (Grüffelo ist auch von ihnen), wieder in Reimen. Wieder auch toll im englischen Original. Die roten und blauen Wesen dürfen traditionell nie miteinander spielen, was zu traditionell heftigen Konflikten führt – bis zwei sich über das Verbot hinwegsetzen. Eine kindlich schöne Liebesgeschichte.

Jahreszeiten und Rituale

Mama, wann ist Ramadan (El-Quasem, Schüssler)

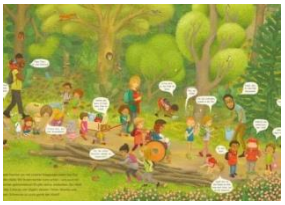
In stimmungsvollen Bildern und poetischen Texten erlebt Mariam ihren ersten bewussten Ramadan. Gemeinsam mit ihrer Familie bereitet sie sich auf die Fastenzeit und das Zuckerfest vor und die geheimnisvolle Suche nach dem Mond.

Wimmelbuch Wald

Komm wir zeigen dir unseren Wald (Kitzing)

Ein inklusives Wimmelbuch über den Waldtag einer Kindergruppe.

Was es nicht alles zu entdecken gibt, draußen, wo die Abenteuer warten. Ein Buch, das ein schönes Geschenk ist und Lust auf den nächsten Tag in der Natur macht.



https://tebalou.shop/produkt/komm-wir-zeigen-dir-unseren-wald/ für 13,- EUR

Rassismus und kritisches Weißsein

Kinder, die zum Beispiel Schwarz, jüdisch oder muslimisch gelesen werden, können sich nicht aussuchen, wann sie sich mit Rassismus und Diskriminierung beschäftigen wollen. Weiße Kinder jedoch, die in Deutschland Teil der weißen Mehrheitsgesellschaft und daher nie von strukturellem Rassismus betroffen sind, haben das **Privileg** sich erst spät oder sogar gar nicht mit Rassismus beschäftigen zu müssen. Diskriminierungsexpert*innen sind sich daher einig, dass Diskriminierungsthemen für weiße Kinder von Anfang an aktiv Teil der Kinderbuchkultur sein müssen, um strukturellen Rassismus abzubauen. Im Gegenteil offenbart die Tatsache, dass wir Kindern häufiger Bücher von weißen (oder nichtbehinderten, cis-hetero Menschen) vorlegen unsere verschobenen Einstellungen (**strukturelle Diskriminierung**). Das Problem mit der strukturellen Diskriminierung ist, dass wir sie unbewusst weitergeben und durch unsere eigenen Einflüsse dazu neigen, sie zu reproduzieren. Wir sind sozusagen bereits blind für das Erkennen unsere Diskriminierung, weil sie uns so normal vorkommt.

Ein kleines Spiel hilft. Mindestens 10 Prozent der Menschen sind nach dem gängigen Beschreibungskonzept nicht hetero sexuell, lieben sogar ausschließlich Menschen des gleichen Geschlechts. Wieviel Prozent der in Kinderbüchern dargestellten Menschen in deinem Kinderzimmer sind Menschen mit einer entweder nichtbinären Geschlechtsidentität oder einer nicht hetero-normativen sexuellen Orientierung? Nicht mal die „offizielle“ Quote von 10% bei sexueller Orientierung wird erreicht. Die Kinderbuchwelt, die wir Kindern darbieten weicht also aktuell fast immer stark von der Realität ab. Wir fördern damit jeden Tag durch die reine Unterlassung strukturelle Diskriminierung in diesem Bereich.

Individuelle Diskriminierung bezeichnet eine Diskriminierung, die eine Person unabhängig von der strukturellen Diskriminierung zusätzlich treffen kann. Wichtig ist dabei weniger, wie sich die Person selbst zuordnet, sondern welche Zuschreibungen und Klischees ihr andere Menschen zuordnen. Häufig stellt sich individueller Rassismus bei genauerem Hinsehen als strukturell heraus. Es geht also weniger um Schuld einzelner, sondern um ein Bewusstsein dafür, dass es keinen positiven Rassismus geben kann und, dass unsere weiße Mehrheitsgesellschaft einfach noch einen langen Weg vor sich hat. Und darum, aktiv Rassismus abzubauen.

Kritisches Weißsein meint, dass weiße Menschen eine Verantwortung haben, ihren strukturellen und individuellen Rassismus in einer strukturell rassistischen Gesellschaft aktiv abzubauen, um Dinge zu verändern. Dass wir das frei gewählt tun dürfen ist das Privileg einer bunten und diversen Gesellschaft, für die wir arbeiten können. Wir möchten praktische Buchtipps geben, um mit weißen Kindern aktiv das Thema Diskriminierung anzusprechen. Außerdem auf den Shop der Antira Aktivistinnen, Unternehmerinnen und Autorinnen Olaulo Fajembola und Tebogo Nimindé-Dundadengar hinweisen, die Spielzeug und Bücher zu Diversität anbieten.

https://tebalou.shop/shop/

Spielzeug, Bücher, Lernspiele, kraetives Basteln und Acessoires ab dem Babyalter. Brettspiele und Hintergrundliteratur für Erwachsene.

Ein Kindersachbuch zu Perspektivenübernahme, Empathie und Wertschätzung für Alle

Steck mal in meiner Haut (Amofa-Antwi, Völker, Hödl)

Ein Erklärbuch für Kinder ab dem Kleinkindalter zu verschiedenartigem Aussehen von Menschen. Dabei wird versucht jede Person außerhalb der rassistischen Klischees mit ihren Eigenschaften vorzustellen – *ich bin ein Lesewurm* und so einen Beitrag zu Normalisierung von Diversität und Wegkommen von Schubladendenken zu leisten. Ein Alltagsgeschichten Buch, das zum Schmökern und Nacherzählen des letzten Urlaubs oder einer Situation beim Einkaufen anregt und so Gespräche fördert und eine schöne Zeit zu zweit schenkt.

Mit Kindern über Rassismus sprechen

Gib mir mal die Hautfarbe (Fajembola, Nimindé-Dundadengar)

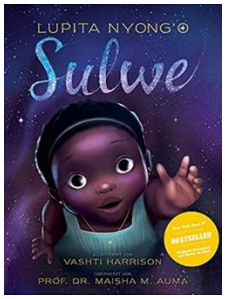
DAS Buch über Rassismus und Kinder. Kostenlos auch als Hörbuch bei Spotify. Die Autorinnen, die selbst von Rassismus betroffen sind, decken strukturell verwurzelte Probleme auf und zeigen, warum es aktive Maßnahmen braucht, um aus dem Teufelsrad zu kommen.

Ganz konkret werden Kriterien für Kinderbücher angesprochen, Vorschläge zum Kinderschutz vor Diskriminierung gemacht und alte Kinderspiele geprüft. Augen öffnend!

Erhellend und eines der besten Bücher für pädagogische Fachkräfte zu Fragen wie warum ist es tatsächlich rassistisch die *Reise nach Jerusalem* zu spielen?

Eine warme Geschichte über Zweifel und Familie aus der Sicht eines Schwarzen Mädchens

Sulwe (Nyong)



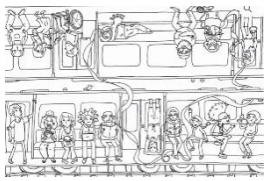
Die Autorin ist eine bekannte Schwarze Schauspielerin und erzählt einfühlsam die Geschichte von Sulwe, die mit ihrer dunklen Haut unzufrieden ist. Bis sie entdeckt, dass Tag und Nacht zusammengehören und zusammen schön sind.

Schön ist, dass ausschließlich Menschen of Color mitspielen und der Wert der Familie und Freundschaft durch Zweifel und Fragen trägt.

Malbuch

So bunt ist Deutschland

Hier können Kinder selbst entscheiden, wie bunt Deutschland sein soll. Bekommt Oma lila oder graue Haare? Welche Hautfarbe soll Herbert bekommen? Das Buch wirft Fragen auf.



Es macht Spaß das Wimmelbuch mit Alltagssituationen anzuschauen und durch eigene Farben zu verschönern. Bei https://tebalou.shop/produkt/malbuch-fuer-die-vielfalt/ für 10,- EUR

Empowerment für Kids ab 4

Ich kann einfach alles sein (Stickley, Fleming)

Die vier Freunde entdecken viele Berufe und Ideen – ob Piratin oder Erfinder: Du kannst einfach alles sein.

Sie stellen sich den jungen Leser*innen mit ihren Ideen, Vorlieben und in ihrem Alltag vor, um dann gemeinsam wieder in Fantasie, Kartonbauen und Spiele einzutauchen und alles sein zu können. Ein Buch, das anregt sich Dinge vorzustellen und Fragen stellt, die Kinder empowern und ihnen Selbstbewusstsein schenken. Rassismus wird insofern thematisiert, dass es eben nicht thematisiert wird und kein Othering entsteht. Denn alle Kinder haben gleichermaßen Fantasie, Rechte und die Fähigkeit zur Freude.

Positive Bilder für Kleine

Es ist Platz für mich da (Georg)

Ein Bilderbuch für Kinder ab 1 Jahr, das von Anfang an positive Affirmationen im Kind wecken kann. Besonders werden children of color abgebildet, so dass sich Kinder mit nichtweißer Hautfarbe in Bildern spiegeln können und angenommen fühlen.

Werte wie Achtsamkeit, Gleichberechtigung werden gelebt und einfach Geschichten ergeben sich aus den Bildern. https://tebalou.shop/produkt/es-ist-platz-fuer-mich-da/ für 10,- EUR

Eine Bilderbuchgeschichte ab 2

Nelly und die Berlinchen (Beese, Rousseau)

Die schöne und vor allem für sehr kleine Kinder gut verständliche Reihe Nelly und die Berlinchen gibt es inzwischen mit mehreren Bänden. Immer geht es um Alltagsgeschichten für Kitakinder. Immer geht es um Freundschaft, selbstverständliche Diversität und Themen wie Vertrauen, kleine Abenteuer und Leben in der Stadt.

https://tebalou.shop/produkt/nelly-und-die-berlinchen-rettung-auf-dem-spielplatz/ für 8,50 EUR

Empathie, Konflikte und Kommunikation, Gefühle

Als Gesprächseinstieg über Gefühle/ Kunst oder zur Reflexion auf dem Familiensofa

Heute bin ich (Mies van Hout)

Der großartige Künstler Mies van Hout hat mehrere Kinderbücher geschaffen, in denen sehr wenig Text und eindrucksvolle Bilder zum Gespräch mit dem Kind auffordern. In „Heute bin ich“ werden fantasievolle Fische großformatig gezeigt, die Gefühle ausdrücken. Gut für ein Gespräch zum Thema *wie fühlst du dich, wenn xy passiert? Warum denkst du, ist der Fisch so wütend?..* um Kindern ihre eigenen inneren Konflikte zu erklären und mit ihnen gemeinsam Strategien zu entwickeln. Die Fische sind auch als Postkarten, Poster usw erhältlich. Für Kleine und Erwachsene gleichermaßen.

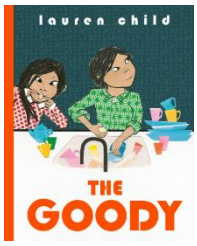
Mit Kleinen über Angst sprechen

Angst haben macht doch nichts (Rooney, Hicks)

Alle haben manchmal Angst, Angst lässt uns bibbern, erschreckt uns beim Zahnarzt und auch, wenn es kein angenehmes Gefühl ist, ist Angst auch normal. Dieses Buch hilft kleinen Kindern über ihre Ängste zu sprechen, indem es kindliche Anlässe für Angst einfühlsam aufgreift und listige Ideen erfindet, um der eigenen Angst zu begegnen. https://tebalou.shop/produkt/angst-haben-macht-doch-nix/

Your feelings matter

The Goody (Lauren Child)



Chirton Krauss is a good child – the very goodest. He does everything he is told, when he is told. He even does good things without being told. He eats his broccoli, he goes to bed on time and he never, ever sticks his finger up his nose. Meanwhile, Chirton's sister, Myrtle, is NOT a good child. She stays up late, she never cleans out the rabbit's hutch and she drops her choco puffs all over the carpet!

But what will happen when Chirton Krauss decides that being THE GOODY isn't so good after all?A charmingly funny story about the importance of kindness, and allowing children the freedom to be themselves. From Lauren Child, multi-award-winning creator of Charlie and Lola and Waterstone's Children's Laureate 2017-2019. https://tebalou.shop/produkt/the-goody/ für 16,- EUR

Körperarbeit und Entspannung

Kinderyoga Karten (Burtscher)

Die Affirmationskarten gibt's als XXL Sonderedition für die Arbeit in Kindergruppen und als normale Version für Zuhause. Immer sind sie toll illustriert und zeigen die Asanas für Kinder gut zu erarbeiten. Die Tiere helfen beim Einfinden in die der Stellung. Das beiligende Booklet mit Anleitungen und Kinderyoga Geschichten ist sehr gut gestaltet und beginnt langsam. Die Geschichte für Kinder nachvollziehbar und spannend. Je nach Version 12-40,- EUR im Buchhandel.

Stressregulation und angeleitete SOS-Übungen für Kinder

Die Reise des Schmetterlings. Stressregulation für Kinder (Bohnet)

Dieses Mitmach und Vorlesebuch hilft Kindern unter Stress sich selbst zu regulieren. Körperübungen und Tipps von Traumatherapeutinnen helfen aus der Krise zu finden. Ein Buch, das sowohl in der Traumapädagogik und Traumatherapie, als auch für Eltern zuhause angewendet werden kann. Für 20,- EUR im Buchhandel.

Gefühlekarten

Traurig, wütend oder froh? Denk und Legespiele für Kinder von 3-6 (Angela Gully)

Wir arbeiten im Kindergarten mit diesen und ähnlichen Rätselkarten, und die Kinder haben viel Spaß daran. Ihre Aufgabe ist es einfache Handlungsabläufe schon selbst vorzustellen und nachzuerzählen, oder je nach Alter einen Satz beizusteuern. In diesem Set geht es speziell um Gefühle und neben dem Nacherzählen von Alltagserlebnissen auch um die Frage, wie sich das Kind dabei gefühlt haben könnte. „Wann hätte das Kind nein sagen können?“ oder „Was erkennst du im Gesicht des Kindes“ wären passende Fragen, um mit diesen Karten und dem eigenen Kind zu spielen. „Hast du selbst schon einmal so etwas erlebt?“ Bei medimops um 10 EUR

Für Kinder zwischen 3 und 6 Jahren ist das Wahrnehmen und Benennen-können eine sehr wichtige Lernaufgabe. In die eigenen Gefühle hineinspüren zu können und diese erst einmal unbewertet stehen lassen zu können, ist die Grundlage für die spätere Regulation dieser. Das komplexe Thema angemessenes Setzen eigener Grenzen, klare aber liebevolle Kommunikation mit anderen Menschen ist ohne das Verstehen der eigenen Gefühle schwer. Mit dem Gespräch und dem Akzeptieren aller Gefühle als gleichwertig fördert ihr als Eltern emotionale Stabilität und Intelligenz eurer Kinder.

Uns ist es sehr wichtig, dass wir alle kommenden Gefühle nie als „gut“ oder „schlecht“ bewerten. Das führt nur zu Schuldgefühlen, Heimlichkeit und ein großes Einsamkeitsgefühl, wenn dieses wieder hochkommt. Bleibt im Kontakt mit eurem Kind, warum war das Gefühl so übermächtig, wie würde das Gefühl gezeichnet aussehen, erforscht Gefühle, die für euch oder euer Kind schwer sind gemeinsam. Alle Kinder haben großartige Ideen, welche anderen Handlungsoptionen möglich sind oder können andere Gleichaltrige fragen, wie sie das so schaffen. Begleitet eure Kinder auch durch schwierige Momente und seid die liebevolle Stütze auf Augenhöhe.

Es gibt natürlich unendlich viele Möglichkeiten, gezielt über Gefühle zu sprechen und dazu auch einen Wortschatz mit dem Kind aufzubauen.

Gewaltfreie Kommunikation GFK für kleine Kinder

Greta und die Giraffensprache (Sabine Wittemeier)

Ein weiterer Schritt in der Arbeit mit eigenen Grenzen, Gefühlen und Kommunikation ist die gewaltfreie Kommunikation für Kinder. Seit kurzem gibt es Literatur für jüngere Kinder, die sich auf das Konzept der Giraffensprache beruft. Dieses wird in vielen Grundschulen verwendet. Auch insofern ist es hilfreich, wenn Kinder das Konzept bereits im Kindergarten kennengelernt haben und sich dann bereits in einer kompetenten Position in Bezug auf GFK wiederfinden.

Das GFK Konzept für Kinder beruht auf den drei Schritten wahrnehmen – hineinspüren – kognitiv damit umgehen. Außerdem lernen die Kinder achtsam mit den Grenzen anderer zu sein, Perspektiven zu wechseln, ihre eigenen Grenzen zu wahren und klar zu kommunizieren. Dieses Wissen wird für die Kinder in einfache Konfliktgeschichten verpackt, die Zeit zum eigenen Rätseln lassen, aber dann auch konkrete Lösungsstrategien vorschlagen. Die Geschichten sind ab etwa 4 Jahren gut verstehbar.

Wir arbeiten mit den Kindern zum GFK und spielen verschiedene sogenannte Konfliktgeschichten mit ihnen auf der Erzählschiene, in denen sie als Gruppe Strategien entwickeln dürfen, die der Gruppe im Alltag helfen soll.

Empathie und Achtsamkeit für Erwachsene – Selbsterziehung

The Toolbox is You (viele Autor*innen)

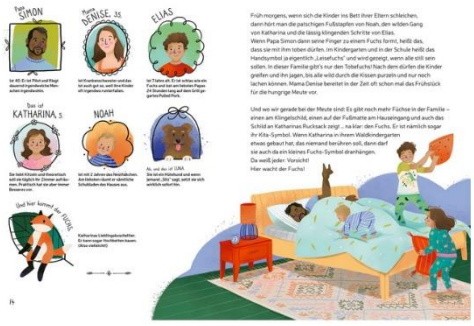
Ein lustiges, bilinguales Anregungsbuch (englisch – deutsch) mit ungewöhnlichen Meditationsideen, Bildern und Postern. Atmen – Mein Körper, mein Freund – Offenes Denken – Bewegte Achtsamkeit – Wahrnehmen – Achtsame Sprache - Ruhe Gelassenheit. Was ist unser Beitrag zu Achtsamkeit und Empathie im Umgang mit Heranwachsenden? Was können wir tun, um unsere eigene Haltung auf die Sinnhaftigkeit von Ansprüchen an unsere Kinder zu reflektieren. Was bedeutet Empathie im Alltag, welche Kraftinseln habe ich für mich und wie kann ich die aufsuchen.

Das Buch ist kostenlos herunterzuladen auf der Seite der Autor*innen https://www.thetoolboxisyou.com/de/ Die Printausgabe ist evtl nicht mehr erhältlich. Es gibt viele Videos und Selfcare Ideen für die Beschäftigung mit den Inhalten auf der Seite.

Familienmodelle

Familienmodelle, Patchwork, Regenbogen

Wir alle sind Familie (Nachtsheim, Harmann)



10 Familien erzählen in gemalten und fotografierten Portraits über ihre Konstellationen, in denen sie gemeinsam für die Kinder Verantwortung übernehmen.

Sympathisch kommen die verschiedensten Modelle zur Sprache und lustige Details aus dem Alltag ans Licht. Sehr empfehlenswert auch, um mit Kindern gemeinsam eine veränderte Familiensituation neu zu überlegen und alle Bedürfnisse unter einen Hut zu bekommen. Aber auch sehr interessant für Kinder, die damit über den eigenen Tellerrand blicken und andere Familien kennenlernen können.

Behinderung, Ableismus und Klassismus

Behinderung in enttabuisierten Steckbriefen

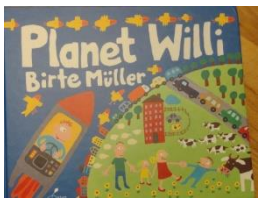
Alle behindert (Klein, Osberghaus)

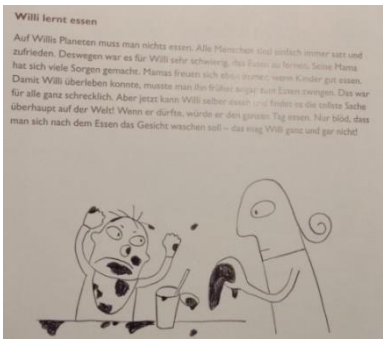
Ein super witziges Buch, das aus lauter Portraits kleiner Individuen besteht. Sehr zum Schmunzeln, geht es darum die ganzen verrückten und liebenswerten Kinder zu entdecken, mit denen wir Erwachsenen so zusammenleben müssen. Da ist zum Beispiel Alfredo, der super mäkelig beim Essen ist. „Wie gehe ich auf Alfredo zu? – Nudeln anbieten, sonst ganz normal“ Die Besonderheiten der Kinder werden offen benannt und klare Handlungsempfehlungen gegeben. Es wird nicht zwischen schweren oder leichten Einschränkungen unterschieden, die Frage ist eher, was einem Kind im Umgang mit dem anderen Kind als Geheimwissen dienen könnte. Ein ressourcenorientierter, verschmitzter Blick auf unsere Verschiedenartigkeit.

„Behinderungen“ wie Angeber, Trisomie 21, Querschnittslähmung, Lernbehinderung, Mitläufer usw. werden lustig an einem Beispielkind erklärt, bebildert und belacht. Miteinander lachen, statt übereinander:)

Ein schwerbehindertes Kind kennenlernen

Planet Willi (Birte Müller)





Eine Mutter hat eine sehr einfühlsame und erklärende Geschichte über den Alltag mit ihrem Kind Willi geschrieben. Es richtet sich an Kinder, die verstehen möchten, warum mit Willi vieles anders ist. Willi ist ein Außerirdischer, der sich erst an das Leben auf der Erde gewöhnen muss, manchmal zurück möchte und bei dem ganz viel anders funktioniert.

Seine Schwester Olivia spricht mit ihm mit vereinfachten Gebärden, die im Buch gezeigt werden. Willis Alltag ist ziemlich witzig, wenn er Kühe küsst, ständig nach Keksen fragt und es liebt im Auto das Radio laut zu stellen. 14 EUR im Buchhandel

Geldsysteme hinterfragen – ab 9 Jahren ohne Vorwissen

Jetzt geht's ums Geld – Einfach verstehen (Reynolds, Oldham Bryan)

Um Ungerechtigkeiten selbst beurteilen zu können ist Wissen wichtig. In diesem Kindersachbuch werden Geldströme, Kapitalismus und Währung in leichter Sprache und doch komplexem Inhalt erklärt.

Auch volkswirtschaftliche Fragen wie internationale Gerechtigkeit, Besteuerung von Reichtum und Wirtschaftswachstum sind Themen. Grenzen werden zwar nur am Rande angesprochen, aber Fragen mit offenen Antworten gestellt. 12,95 EUR bei https://tebalou.shop/produkt/jetzt-gehts-ums-geld-einfach-verstehen/

Sexualität und Geschlechtsidentität

Sexualpädagogik fürs Kindergartenalter

Von wegen Bienchen und Blümchen (Müller, Siegl, Völker)

Unser aktuelles Lieblingsbuch zum Thema kindliche Sexualität, eigene Grenzen, Geschlechtsidentität und Diversität.

Themen wie Aufklärung und Benennung der primären Geschlechtsteile, Familienmodelle, Sex von Erwachsenen, Aussehen und sexuelle Übergriffe werden kindgerecht angesprochen. Wir arbeiten jährlich mit diesem Buch, um Kindern Mut zu machen, sich bei erlebter Gewalt geeigneten Erwachsenen anzuvertrauen, mit ihnen zu besprechen, was okay ist und was nicht und ihnen Wissen zu ihrer eigenen Sexualität zu vermitteln. Dabei schauen wir in der Regel erstmal einzelne Seiten an, die wir jeweils für das Alter des Kindes auswählen und intensiv vor- sowie nachbesprechen. Es geht nicht darum, den Kindern Themen aufzudrängen, sondern ihre Fragen offen, klar und ihrem Entwicklungsstand angemessen zu beantworten und Sexualität aus dem Dunkelraum zu holen, in dem auch Übergriffe leichter möglich sind.

Auch, wenn wir das Buch mit den Kindern im Kindergarten anschauen, macht es trotzdem Sinn früh mit dem Sprechen über Körper, Sexualität und Diversität daheim anzufangen. Die Erfahrung zeigt, dass es sehr leicht ist mit Kindern später über jugendliche und erwachsene Sexualität offen und entspannt zu sprechen, wenn ihr das im jungen Alter von 3 oder 4 bereits begonnen habt.

Grundschulkinder stellen Fragen zum Thema Sex

Klär mich auf. 101 echte Kinderfragen rund um ein aufregendes Thema (v.d. Gathen)

Eine Sexualpädagogin hat mit Kindern im Grundschulalter gearbeitet und ihre Fragen gesammelt. Jeweils auf der Vorderseite des Blocks stellen Kinder fragen wie ‚kann man durch Küssen schwanger werden?' oder ‚was ist die Perle bei einem Mädchen?'. Jede Frage wird mit einem lustigen Comic gewertschätzt.

Auf der Rückseite beantwortet v.d. Gathen kurz, lustig und klar die jeweilige Frage. Zum schon Selbstlesen oder Vorlesen. Bei Medimops ab 10,00 EUR, Fortsetzungsband ab 16,- EUR im Buchhandel.

Nein-Sagen und Grenzen/ Kinderschutz vor sexueller Gewalt

Mein Körper gehört mir! (pro familia, Geisler)

Nele erlebt in dieser Geschichte Situationen, die angenehm und lustig sind, und solche die ihre Grenzen überschreiten. Sie erfährt: Nein-Sagen ist vollkommen okay und sogar wichtig. Nele übt daher laut und kräftig Nein zusagen, wenn ihr etwas nicht gefällt oder sie sich bedroht fühlt. Sie überlegt sich eine Körperlandkarte. Und sie weiß jetzt auch, mit wem sie sprechen kann, wenn sie sich unwohl fühlt. Die Illustration ist klar und erklärend, ohne Angst zu machen.

Dieses oder ein ähnliches Buch zum Thema Kinderschutz sollte jede Familie mit ihrem Kindergartenkind besprechen. Erhältlich ab 10,- EUR bei medimops

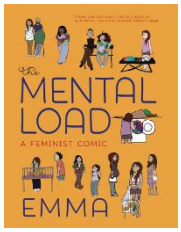
Gute und schlechte Geheimnisse

Finnis Geheimnis. Kinder stark machen, nein zu sagen. (Link, Büchner)

Finni, der Fuchs, erlebt im Waldkindergarten das Nachstellen seines Onkels, der seine Grenzen überschreiten will. Der Onkel versucht Finni zu erpressen, als der droht sich zu wehren. Das funktioniert jedoch nicht, weil der Fuchs den Unterschied zwischen geheimnissen kennt, die im Bauch zwicken und anderen, die unter gleichaltrigen Freunden bleiben können. So muss Finni seinen Onkel nicht mehr treffen und fühlt sich wieder geborgen. Ein Buch ab etwa 4 Jahren. Für ab 9,- EUR im Buchhandel.

Wohl eher für Erwachsene

Mental Load (Emma)



A Feminist Comic. Emma reflects on social and feminist issues and that's all you have to know. Enjoy. Talk to each other. Bildet Banden.

Für 15,- EUR

Menstruation

Mut zum Blut. (Quint)

Für Menschen, die menstruieren und alle, die darüber mehr wissen wollen. Ein inklusives Erklärbuch über Zyklus, Fruchtbarkeit und wie verschieden Frauen und Männer sind, die menstruieren.

108 Seiten wird empfohlen ab etwa 8 Jahren

Ein Spiel zum weiblichen Zyklus ab etwa 8 Jahren

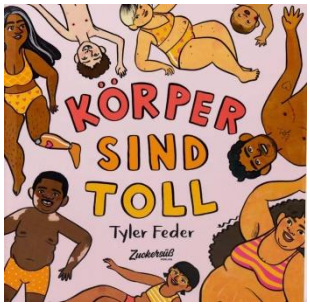
Oh Woman – Das Aufklärungsspiel

Das Frage- Antwortspiel mit Blutströpfchen, die weiterwandern informiert spielerisch und liebevoll über den weiblichen Zyklus. In einem sehr ansprechenden Design, hochwertig gefertigt in Aichach und ein tolles Geschenk für Mädchen und angehende Frauen, die mehr über Frauengesundheit, Sexualität wissen möchten. Am besten natürlich gespielt in geschützter Atmosphäre zu zweit und als schöner Mutter – Tochter Moment. Oder Patentante – Nichten Moment;)

https://tebalou.shop/produkt/das-aufklaerungsspiel-oh-woman/ für 39,90 EUR

Everyday body positivity

Körper sind toll (Tyler Feder)

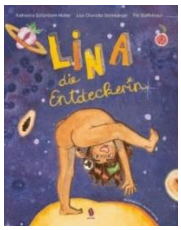


Ein sehr besonderes Buch, das als Bilderbuch mit wenig Text viele Körper zeigt. Einen Schwerpunkt legt das Buch auf das Aussehen verschiedenster Menschen. Sei es, weil sie eine Insulinpumpe haben, so aussehen wie in der Werbung oder mehrgewichtig sind.

Ein schönes Bilderbuch und gut, um ein realistisches Bild zu formen. Der eigene Körper und der von anderen ist früher oder später Thema aller Heranwachsender. Körper verändern sich ständig, werden beurteilt, haben Grenzen. Dass Körper auch toll sind, wie sie sind und jeder mensch liebenswert ist, ist Teil eines positiven Körpergefühls, das wir unbedingt früh vermitteln sollten, um späteren Ängsten vorzugreifen.

Enttabuisierung von Vulva und positiver Blick auf Sexualität

Lina, die Entdeckerin. (Staffelmayr, Sonnberger, Schönberg-Hotter)



Lina unternimmt eine Forschungsreise in ihren Körper und dabei ihre Vulva in den Fokus. Ihre erzählte Geschichte wird dann ergänzt durch Wissen zu Hygiene, Körperbehaarung, Nacktsein und einem positiven Blick aufs Erwachsenenwerden. Die Sprache ist klar und präzise.

Für Kinder bis 6 Jahren

Ein Körperbuch für Jungs ab 8

Vom Jungen zum Mann (Schäuffler)

Ein Buch, das sich zum Vorlesen, gemeinsam und Alleinlesen eignet und viele Illustrationen mit extra kurzen Texten enthält. Eines der wenigen Bücher für Jungen, die nicht auf der Ebene: was du als Junge so wissen musst funktionieren und Schubläden öffnet oder neu einrichtet. Es geht nicht um Geschlechterklischees, sondern Jungs aller Persönlichkeiten werden sich in diesem Buch wiederfinden.

Allgemein geht es um Jungensexualität, Körperliche Veränderungen während der Pubertät, Enttabuisierung, Mut zur Offenheit aber auch um Identitätsfindung als Mann und Vorbilder. Für 19,99 EUR im Buchhandel

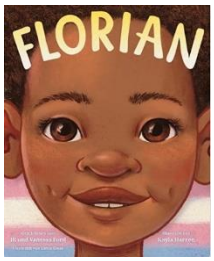
Ein Kind entdeckt sein Transsein

Julian feiert die Liebe (Jessica Love)

Nach der sehr gelungenen Geschichte „Julian ist eine Meerjungfrau“ das zweite Buch der gleichen Autorin. Julian wird auf eine lesbische Hochzeit eingeladen, die das Kind mit der Cousine besucht. Wieder wunderschöne Zeichnungen und viel Freiheit und Fantasie in den Köpfen der Kinder und Erwachsenen.

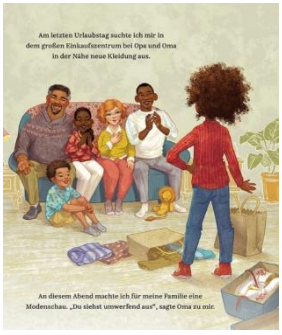
Trans Kids und Geschlechtsidentität

Florian (Ford)



Florian hieß mal anders und hat sich doch immer als Junge gefühlt. Irgendwann nimmt er allen Mut zusammen und erklärt seiner Familie, dass er von nun an Florian heißt.

Die tolerante Familie hilft ihm, seinen Weg zu finden und sich auch in seinem Körper Zuhause fühlen zu können.



Ein sensibles und fröhliches Buch über ein frühes trans Outing und eine liebende Familie.

Natur, Umwelt und Wissenschaft

Naturwissen

Hörst Du wie die Bäume sprechen? (Peter Wohlleben)

Ein Sachbuch zum Thema Wald, das inhaltlich endlich mal was drauf hat.

Peter Wohlleben ist Förster und ein guter Erwachsenenbildner. Das Sachbuch ist umfangreich und vermittelt viel Wissen über das Ökosystem Wald, ohne langweilig zu sein. Da lernen auch wir Großen noch viel.

Was blüht denn da? (Walentowitz, Köhrsen)

Das erste Bestimmungsbuch für Kinder ab 4 Jahren. Mit kleinen Aufgaben und kurzen Texten, sowie nach Jahreszeiten sortiert.

MINT

Spiele Programmieren super easy mit Scratch (Vorderman, Woodcock)

Schöne kleine Scratch Projekte, die eng und didaktisch gut angeleitet werden. Kinder (und evtl. Eltern, keine Vorkenntnisse nötig) lernen die Grundlagen des Programmierens und die logischen Zusammenhänge kennen.

Es macht Spaß schon mit jungen Kindern ab etwa 4 Jahren einzusteigen und selbst kleine Ideen umzusetzen. Nach einigem Üben schaffen die Kids ihre ersten eigenen Spiele und designen und überlegen, bis der Kopf qualmt. Etwa 15,- EUR

Klimakrise erklärt

Wieviel wärmer ist 1 Grad (Scharmacher-Schreiber, Marian)

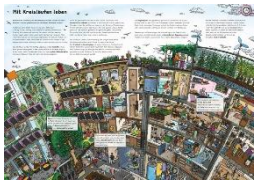
Ein Kindersachbuch ab etwa Vorschule/ Grundschulalter zum Thema Klimakrise. Was passiert und was ist die Erderwärmung? Wie kann die Krise abgewendet werden, was können Kinder tun und warum müssen die Erwachsenen endlich etwas ändern.

Einfach erklärt trotz schwieriger Zusammenhänge.

Ein Wimmelbuch zum Thema Zukunft

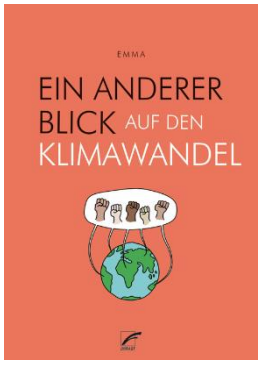
Fatimas fantastische Reise in eine Welt ohne Erdöl (Winkler)

In diesem Sachbuch geht der Autor der Frage nach, wie ein Leben ohne Erdöl aussehen könnte. Eine gelebte Utopie, die jungen Menschen Mut geben kann und einen sehr wichtigen Aspekt der Klimakrise betrachtet. 24,- EUR



Klimagerechtigkeit statt individualisierter Klimaschutz

Ein anderer Blick auf den Klimawandel (Emma)



Mit *anderem Blick* meint die Autorin Emma einen Blick, der weg von hilflosen, weil wirkungslosen Ansätzen führt.

Stattdessen kritisiert Emma Politik und Unternehmen für ihre Untätigkeit und fordert klare Schritte, um die Welt zu ändern.

Die französische Aktivistin, Zeichnerin und Feministin erzählt die Geschichte der Industrialisierung und Weltwirtschaft. Sie hat die Gabe komplexe Zusammenhänge leicht verständlich darzustellen und bringt die Dinge klar auf den Punkt.

Globale Konflikte

Weltkugel Bd. 3 Wie ist das, wenn es Krieg gibt? (Spilsbury)

Band 3 aus der neuen Reihe Weltkugel, einer Kindersachbuchreihe zu globalen Themen wie Krieg, Armut, Gleichberechtigung, Solidarität, Obdachlosigkeit, Umweltschutz und anderen.

Schwierige Themen werden kindgerecht bebildert und erklärt. Kinder, die bereits in anderen Medien oder durch eigene Erfahrung den Einflüssen von Krieg und Konflikten ausgesetzt waren, finden hier Antworten. Beachten Sie auch unseren Text zum Umgang mit belastenden Themen weiter unten. Ab etwa 5 Jahren

Selbständigkeit, Maßnehmen und komplexe Abläufe erarbeiten

Kinderleichte Becherküche (Birgit Wenz)

Ein schönes und super engmaschig bebildertes Kinderkochbuch. Kinder ab dem Kindergarten bekommen ein Gefühl für Mengen und Mathematik, abwiegen und erfahren, dass sie einzelne Schritte eines Rezeptes schon alleine übernehmen können. Üben hilft! Und Selbständigkeit schafft Selbstvertrauen.

Es gibt verschiedene Folgen, mit und ohne Bechersets. Alle sind gut, es ist etwas Geschmacksache, je weniger Becher, desto weniger kompliziert. Anfangs suchen sich die Kinder nur einfaches Rezept heraus, dass sie mehrmals mithilfe von Erwachsenen kochen. Diese Hilfe kann langsam abgebaut werden bis das Kind schon die Regie der Kochkunst übernehmen kann und Eltern nur noch Assistent*innen sind.

In unserer Familie zum Beispiel gibt’s das jetzt zu Weihnachten für den 12 Jährigen, weil der so leichter einmal die Woche für die ganze Familie kochen kann. Das ist ein Buch, das auch für Große hilfreich ist, wenn sie dann Aufgaben im Haushalt übernehmen sollen.

Bei Medimops.de für ab 9 EUR inkl Becher.

Abschied, Tod und Kindertrauer

Umgang mit belastenden Erfahrungen und möglicher Traumatisierung

Trauernde Kinder sind Expert*innen darin, wie sich Trauer anfühlt. Aber auch junge Menschen, die Gewalt erfahren mussten oder in Armut leben wissen bereits, wie schwer sie belastet sind und brauchen einen Weg aus der Einsamkeit ihrer Erfahrungen. Wir wünschen uns, dass möglichst wenige Kinder dieses innere Wissen teilen, müssen uns jedoch unserer eigenen Ohnmacht stellen, weil wir diese Ereignisse nicht immer verhindern können. Was uns bleibt, ist angemessen damit umzugehen.

Angemessen bedeutet erst einmal eine sichere Atmosphäre ohne Druck und mit viel Geduld und Nachsicht zu schaffen. Stabilisieren sie als Erwachsene die Situation oder holen sie sich Unterstützung.

Bücher und einzelne Bilder daraus können besonders in 1:1 Betrachtungen und als Beginn offener Gespräche ein Weg sein. Sie können auch die Identifikation mit einer positiven, mächtigen Figur in einer Geschichte stärken, die bereits Strategien entwickelt hat und ein* hilfreiche, fiktiver Freund*in in Krisen sein kann, die nur wenige Kinder erleben müssen. Einzeltitel haben wir so ausgesucht, dass sie auf ein konkretes Ereignis (z.B. Tod des Haustiers) so zugeschnitten sind, dass Kinder sich leicht mit der Situation identifizieren können, sich in der Gruppe der um Haustiere trauernden Kinder aufgenommen fühlen und die ganz konkreten Themen in der Trauer um zb. ein Haustier immer wieder erleben können, um ihren eigenen Weg zu entwickeln. Dabei kann es sein, dass sich das Kind auf einer Sachebene nähern möchte und Information sucht. Oder, dass es für das Kind gerade hilfreich ist, eine emotionale Strategie über ein Buch angeregt zu bekommen. Oder, dass es eine Identifikationsfigur sucht, die ähnliches erlebt hat.

Häufig haben Kinder Fragen, die sehr konkret, abgegrenzt von anderen Themen und manchmal auch praktisch sind. Wie passt Opa in die Urne?

Wir haben auch Sachtitel herausgesucht, die unserer Ansicht nach gut über spezielle Lebenssituationen sprechen. Auch hier kann es sinnvoll zur allgemeinen Erweiterung von Lebenswelten, Ansichten und Themenkreisen eher ein Buch auszuwählen, das empathisch größere Spektren abdeckt. Zur akuten Intervention ist häufig ein genau auf die eingetretene Lebenssituation zugeschnittenes Buch hilfreich. Wir nehmen gerne weitere Buchtitel in die Liste auf, wenn wir sie selbst kennengelernt haben. Zum Beispiel ist es Teil unseres Bildungsauftrags, Kinder an die verschiedenen Formen der Verantwortungsgemeinschaft Familie heranzuführen. Bei einer belastenden Trennungssituation ist es dann möglicherweise hilfreich nochmal genau die entstandene Situation mit dem einzelnen Kind nachzuvollziehen und ein Buch auszuwählen, das sehr konkret auf das Thema eingeht.

Um die Lebenswelt von Kindern besser nachvollziehen zu können und sich dann darauf einzulassen kann es auch für Erwachsene erstaunlich hilfreich sein, ein Kinderbuch zu lesen. Ein plötzlicher Trauerfall wirft viele Fragen auf. Als ein erstes Herantasten an Fragen wie „Soll mein Kind mit zur Bestattung? Was passiert bei einer Verabschiedung am offenen Sarg und was könnte meine Rolle als begleitendes Elternteil sein“ geben passende Bücher einen komprimierten Überblick über Dinge, die evtl. zu bedenken sind zeigen Beispiele, die gut gelingen.

Bewältigbare Themen können auch präventiv von Seiten der Eltern eingebracht werden, wenn zum Beispiel die Entscheidung ansteht, ob ein Hamster mit einer kurzen Lebenserwartung angeschafft werden soll und so die Auseinandersetzung des Kindes mit Abschieden stärken.

In der Kindergruppe ist immer zu beachten, dass (noch) nicht betroffene Kinder von den Signalen unserer Empathie und unseres kompetenten Begleitens profitieren – nicht jedoch von detaillierten Erzählungen belastender Erlebnisse, wie sie betroffene Kinder zu Recht teilen möchten. Das Teilen potentiell traumatischer Ereignisse darf und soll geschehen, jedoch nicht im Beisein von Menschen, die nicht darin geschult sind mit Sekundärtraumatisierungen umzugehen. Hier ist ein 1:1 Setting sehr wichtig.

Bei www.heytod.de empfehlen wir daher die moderierte Auseinandersetzung, das individuelle Heranführen mit Nein-Sage Möglichkeit für das einzelne Kind und nicht den Sprung ins kalte Wasser. Bücher setzen wir häufig in Auszügen einzelner Seiten oder Bilder und widmen uns lieber einem kleinen Ausschnitt, der dann auch die strukturelle Situation der Gruppe und die emotionale Situation jedes einzelnen Kindes berücksichtigt.

Potentiell traumatische Ereignisse treffen Kinder in unterschiedlichem Entwicklungszustand. Kinder haben je nach Alter ein unterschiedliches Verständnis von Unendlichkeit oder dem Vergehen eines Körpers. Hier ist es wichtig, auf die Vorstellungskraft des Kindes einerseits einzugehen und gleichzeitig Antworten zu geben, die das Kind ernst nehmen. Nehmen Sie eine kurze Krisenberatung in Anspruch, wenn sie plötzlich mit der Frage konfrontiert sind, ob die Bestattung der richtige Ort für die Verabschiedung sein wird, was sie sonst noch tun können und wie sie ihr Kind unterstützen können. Wir versuchen einen kurzen Zoom Termin noch am gleichen Abend möglich zu machen und beraten Sie individuell gemäß unserem aktuellen Stundensatz auf www.heytod.de

Hier finden Sie auch Seminare und Beratung für pädagogische Fachkräfte, Eltern und Unternehmen sowie Workshops für Schulen und Jugendeinrichtungen. Unsere Trainer*innen arbeiten im Bestattungswesen sowie in pädagogischen und traumapädagogischen Kontexten.

Stichpunkthafte Grundregeln fürs Bücherbetrachten besonders bei belastenden Themen

Passives Zuschauen/ Zuhören und plötzliches „Rausziehen“ des Kindes wird unterstützt. Eine co-regulierende Bezugsperson steht bereit oder das Angebot kann unterbrochen werden, wenn es einem Kind zu viel wird. Die Fragen der Kinder stehen im Vordergrund, häufig wissen Gleichaltrige auch die besten Antworten. Erwachsene setzen behutsame Impulse, folgen argumentativ den Ideen der Kinder und moderieren diskriminierende oder verletzende Aussagen, bleiben jedoch bei der wissenschaftlichen Realität. Lachen, Bewegung und entlastende Körperübungen sind bei schweren Themen besonders wichtig. Wer als Mensch jeden Alters in seiner*ihrer Mitte bleibt, kann Grenzen anderer besser erkennen und eigene besser einfordern. Pausen, kurze Einheiten und frische Luft helfen, auch bewusstes Beginnen und Beenden des Gesprächs. Als Erwachsene trage ich die Verantwortung für die Atmosphäre der Kindergruppe und mich selbst. Das heißt ich bereite mich vor, indem ich das eingesetzte Buch bereits gut kenne und evtl. mit Markern versehen habe, welche Seiten wir anschauen (und welche nicht). Ich kenne meine eigenen Grenzen und biete die Buchbetrachtung nur an, wenn ich den Raum an diesem Tag halten kann, gut für mich selbst sorgen kann und weiß, dass ich keine noch unbearbeiteten Trigger in Bezug auf das Thema kenne. Die eigenen Grenzen zu wahren ist absolut essentiell als Selbstschutz und als Schutz für die Kinder, die das Wahren der eigenen Grenzen als Vorbild brauchen.

Körperarbeit, Bewegung, Entlastung und Pfützenspringen

Trauerbegleitung und Traumapädagogik arbeiten immer dual, in vielerlei Hinsicht. Bücher werden in diesem Skript absichtlich in den Vordergrund gestellt, können aber nur ein Baustein sein. Als Eltern machen Sie bewusst Pausen und denken Sie an den Körper des kleinen Menschen, der vielleicht Bewegung oder Kinderyoga brauchen könnte, um Ereignisse integrieren zu können. Kindertrauer heißt auch Pfützenspringen.

Bilder zum Thema Tod und Trauer

Gesprächskarten: Über Tod und Trauer reden (Witt-Loers)

70 kleine Bildkarten mit Themen rund um eine Bestattung, Abschied und Tod. Jede Karte zeigt das Foto einer Situation oder eines Gegenstandes, der mit Erinnerungskultur und Abschied assoziiert ist. Auf der Rückseite befindet sich ein klarer und einfühlsamer Text der Trauerbegleiterin Witt-Loers, der entstehende Fragen beantwortet.

Falls unerwartet ein Mensch verstirbt und sie zum Beispiel ihr Kind mit zu einer Beerdigung mitnehmen möchten, können sie sich zuerst selbst damit vertraut machen, was genau passiert. Dann fällt es leichter zu überlegen, wie sich ihr Kind von der verstorbenen Person verabschieden kann.

Darf es entscheiden, ob es mit zur Bestattung gehen möchte? Darf es vielleicht den toten Menschen noch einmal sehen? Wie möchtet ihr das alles gestalten? Mit den Bildkarten können Themen selektiv angesprochen werden. Kinder sehen die Bilder, die zu ihren aktuellen Fragen passen.

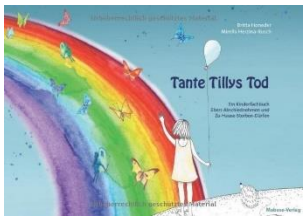
Eins der wenigen Kinderbücher zum Thema Urnenbestattung

Wie kommt der große Opa in die kleine Urne (Düperthal)

Die allermeisten der Bestattungen sind aktuell Urnenbestattungen. Für manche Kinder ist es erst einmal erstaunlich zu erfahren, dass der verstorbene Mensch verbrannt werden soll. Kommen diese Fragen auf, kann es hilfreich sein, einzelne Bilder der Geschichte gemeinsam mit dem Kind anzuschauen. Der viele Text der Geschichte könnte von Kindern als plappernder Erwachsenenwasserfall empfunden werden. Letztlich wird die Verabschiedung am offenen Sarg, das Bemalen des Sargs, der Ablauf einer Urnenbestattung und die Trauer um den verstorbenen Menschen erklärt und gezeigt. Eingebettet in die Geschichte und Fragen eines etwa vierjährigen Jungen. Kleines Paperback für etwa 10,- EUR im Buchhandel.

Zuhause Sterben und Verabschieden, Selbstbestimmter Tod

Tante Tillys Tod (Honeder, Herzina-Rusch)



Ein Kinderfachbuch aus dem tollen Mabuse Verlag, der viel zu selbstbestimmter Gesundheitspflege veröffentlicht. Hier geht es um Palliativ Care zuhause und eine Nichte, die so das Sterben ihrer Tante erlebt. Ihre Nichte lernt viel über Rechte von schwerkranken Menschen, den Krebs ihrer Tante, Schmerzbehandlung und liebevolle Pflege in der letzten Zeit. So kann Tilly im Kreis der Familie einen würdigen Abschied begehen und die Nichte Lisa weiß, dass es für Tante Tilly richtig ist. Ab 13,- EUR gebraucht, 21,- EUR neu im Buchhandel

Suizid eines Elternteils

Gelbe Blumen für Papa – Mit Kindern über Suizid sprechen (Paul, Schweizer)

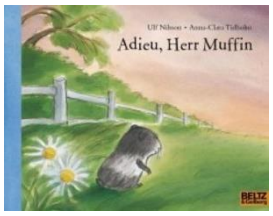
Im Sachbilderbuch erleiden Tomke und Nina den Tod ihres Papas, der sich selbst das Leben genommen hat. Die Geschichte nimmt Kinder in ihren Gefühlen der Trauer und Wut über den Verlust mit und zeigt, wie die Mutter mit der veränderten Situation umgeht.

Außerdem möchten die Autor*innen über das Sprechen mit Kindern über das so schwere wie häufige Thema Depression und Suizid aufklären und geben praktische Hilfen. Ein zweites Thema des Buchs sind Rituale und Erinnerungskultur, die in der Familie gelebt werden können.

Ein sehr wichtiges Plädoyer für einen ehrlichen und offenen Umgang mit Kindern, dem Sprechen über Schuldgefühle und psychischen Erkrankungen.

Zufriedener Abschied von einem gelebten Leben, Tod des alten Haustiers

Adieu, Hr. Muffin (Nilsson)



Das Meerschweinchen Hr. Muffin hat sein Leben mit viel Freunden und Freude verbracht. Er verabschiedet sich von allen und stirbt friedlich. Die Freunde erkennen, dass Hr. Muffin nicht wiederkommen wird. Jedoch bauen sie eine neue Beziehung zu ihm und den Erinnerungen an ihn auf, die sie auch wieder fröhlich machen kann. Gibts als günstige Minimax Ausgabe für 6,50 EUR und als gebundenes Buch im Buchhandel.

Die Natur gibt und nimmt

Der Baum der Erinnerung (Teckentrup)

Poetisches Kinderbuch und auch für Erwachsene schön. Künstlerisch umgesetzt erzählt die Autorin undramatisch vom Fuchs, der vom Leben müde ist und in seiner Lieblingslichtung einschläft – für immer. Eine Kritik am Buch ist, dass der Unterschied zwischen Schlafen und sterben für Kinder noch ausdrücklich besprochen werden sollte. Ansonsten vermittelt das Buch ein warmes und auf Naturgeheimnisse beruhendes, interreligiöses Bild des Strauchs, der wachsen kann und aus dem Neues hervorgeht, weil der Fuchs stirbt. Im Buchhandel für 15,- EUR

Vorlesebuch zu Abschied und Verlust im Kindesalter

Muggi, das kleine Murmeltier (Röwer)

In kurzen Geschichten werden verschiedene Abschiedsmomente von Kindern aufgegriffen. Zu jeder Geschichte gibt die Autorin Ideen und Hilfen zu Kindertrauer und der jeweiligen Situation.

Das Buch ist geeignet, um selektiv Geschichten auszuwählen und vorzulesen, sobald das Thema Verlust durch Erfahrungen oder Kinderträume aufkommt.

Für akut von Trauer betroffene Kinder und An- und Zugehörige ist es spannend sich Geschichten auszusuchen und das Thema zu besprechen und sich mit den Personen zu identifizieren. Etwa 10,- EUR gebraucht.

Ein Sachbilderbuch

Geht Sterben wieder vorbei? (Mechthild Schroeter-Rupieper)

Der Opa erlebt die letzten Tage und stirbt im Haus der Familie. Marlene und Paul erleben den schwachen Opa im Bett, Erinnerungen an seine jüngeren Tage, die Nachricht seines Todes, eine Verabschiedung am offenen Sarg und die Bestattung mit. Neben der Geschichte werden die Fragen der Kinder wie in einem richtigen Sachbuch kindgerecht erklärt. Dabei geht die erfahrene Familientrauerbegleiterin Schroter-Rupieper auch auf die Gefühle der Kinder und Eltern ein und versucht Tabus zu brechen.

Ein einfühlsames Erinnerungsbuch zum Selbstgestalten

Weil du mir so fehlst (Ayse Bosse, Andreas Klammt)

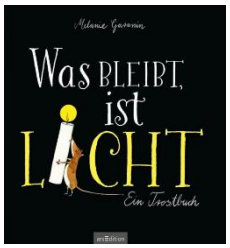
Ein Trostbuch für Kinder, die einen großen Verlust erlebt haben. Liebevoll gezeichnet erleben Kinder im Kindergartenalter und darüber hinaus, wie der Bär in seinem schönen, frischen grünen Wald lebt, sich aber einfach nicht freuen kann. *Denn er vermisst jemanden. Jemand, der gestorben ist.*

In klarer, gleichzeitig einfühlsamer Sprache nimmt der Bär das Kind mit auf eine reise in die Erinnerungen, in Fragen, auf die es keine eindeutigen Antworten gibt und auf leere Seiten, die es angeleitet durch Impulse wie *wo du wohl gerade bist..* füllen kann. So entsteht nach und nach ein persönliches Erinnerungsbuch, ohne in einen Basteloverflow auszuarten.

Die Arbeit mit Erinnerungsbüchern wird gerne mit Kindern in der Trauerarbeit eingesetzt.

Ein Trostbuch, das ernstnimmt

Was bleibt ist Licht (Melanie Garanin)



Kinder, die trauern, werden zeitweise unglaublich und bodenlos traurig. Erwachsene, die Kindern beistehen möchten, sollten sie auch in diesen Momenten halten können. Dieses Trostbuch nimmt Kinder in ihrer eigenen Trauer ernst und bemüht keine bald-ist-alles-wieder-gut-Bilder. Denn es wird nicht alles wieder gut.

Kinder trauern als Pfützenspringer, hüpfen rein und wieder raus aus dem Matsch und brauchen aber eben auch Begleitung in den dunklen Momenten. Noch schlimmer als bodenlose Trauer, ist einsame bodenlose Trauer. Dieses Buch versucht eine Nähe in schlimmer Trauer zu schaffen und gleichzeitig einen realistischen Trost zu spenden, der auch Bestand hat. Die Bilder sind liebevoll, der Text sehr reduziert. Es bleibt Platz für schwarze Leere und dann wieder lichtvolle Hoffnung. Geeignet für sowohl junge Kinder als auch Jugendliche, denen die Art der Grafik gefällt.

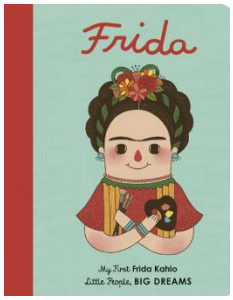
Kindertrauer für Kinder und Erwachsene vereinfacht erklärt

Leni und die Trauerpfützen (Heine, Vöhringer)

Lenis Hund ist gestorben und Leni ist darüber sehr traurig. Anhand einer kleinen Geschichte erklärt die Autorin, eine Heilpädagogin, die Besonderheiten der Kindertrauer. Vor allem bekommen junge Leser*innen das Gefühl, dass ihre sprunghafte Art mit dem Verlust umzugehen völlig normal ist.

The life of Frida Kahlo for small children

Frida. My first Frida Kahlo (Vegara, Gee Fan)



Frida Kahlo discovered her art after a serious car accident. Despite and because of the grief over missed opportunities and the difficulties of finding her way around paraplegic, she became the world-famous artist she is today. Für 12,- EUR im Buchhandel

Eine Geschichte zum Träumen

Die schlaue Mama Sambona (Schulz, Krejtschi)

Auf einer Insel im Ukerewe-See, im Herzen Afrikas, lebt Mama Sambona, die kluge alte Königin. Zu Mama Sambona kommt eines Tages ein eleganter Herr, der möchte sie holen, um sie zu ihren Ahnen zu bringen: Es ist der Tod. Die kluge Alte aber macht dem Tod einen Strich durch die Rechnung. So viele Dinge sind noch zu tun, da wird er wohl noch warten müssen! Mama Sambona kennt sich nicht nur mit dem Tod, sondern besser noch mit dem Leben aus: So lädt sie den eleganten Herrn zu einem großen Fest ein und hier nun geschieht das Unvorstellbare: Mama Sambona fordert den Tod zum Tanz auf und dieser lässt sich verführen – vom Rhythmus der Trommeln, von der Freude, vom Leben. https://tebalou.shop/produkt/die-schlaue-mama-sambona/ Für 14,- EUR ab etwa 4 Jahren

Tod des ungeborenen Kindes

Reihe Mikromakro: Nayas große Sternenschwester (Herleth)

Der Verlag edition Riedenburg widmet sich Spartenthemen und besonders auch Sternenkindern. In diesen Buch erzählt Naya davon, wie sie sich selbst in die Familie als jüngeres Kind einordnet. Ihre große Schwester konnte sie nie kennenlernen und doch ist sie Teil ihres Lebens und ihrer Familie.

Ein Sachbilderbuch zu den großen Fragen des Sterbens und im Besonderen zur Beziehung bereits verstorbener Geschwister. Für ab 8,- EUR im Buchhandel.

Einordnen von Leben und Vergehen, Vergänglichkeit

Wenn ein Stern vom Himmel fällt (Fox, Blackwood)

Ein kleiner Stern fällt vom Himmel und wird zu einem Baby. Es landet in einer liebevollen Familie, wächst dort auf, wird größer und schließlich alt. In diesem Bilderbuch wird die Geschichte unseres Lebens und unserer Vergänglichkeit liebevoll erzählt und illustriert. Schließlich kehrt der alte Mensch zu den Sternen zurück, ein Buch über Hoffnung und Vergänglichkeit.

Zusammen traurig sein und Schmerz miteinander aushalten

Lass mich einfach traurig sein (Heitmann, Lavis)

Ein grafisches Buch für Kinder und Erwachsene, das Mut macht, Trauer nicht immer wegtrösten zu wollen. Manchmal ist es einfach zu traurig.

Gemeinsam gelesen birgt es eine Möglichkeit trotzdem gemeinsam traurig zu sein und das Unaussprechbare greifbarer zu machen. Für Kinder und Erwachsene gleichermaßen geeignet.

Trauer entsteht nur selten durch den Tod eines anderen Menschens. Auch eine Krankheit, eine verpasste Gelegenheit oder eine Trennung können Trauer auslösen. Dieses Buch geht in die Tiefe des Gefühls und wieder hinaus. Für etwa 14,- EUR im Buchhandel

Veränderung, Transformation und Abschied

Die kleine Raupe Nimmersatt (Carle)

Die bekannte Lebensgeschichte des kleinen Eis im Mondschein, dass sich durch die Wochentage futtert, eine starke Raupe wird und schließlich in einen Kokon einzieht um zum Schmetterling zu werden: Die Raupe Nimmersatt hat schon viele kleine Kinder bei ihrem Entdecken von Metamorphose und Veränderung begleitet. Die Geschichte birgt ein religiös nichtfestgelegtes Verständnis von Jenseits und Tod. Der Schmetterling wird zum Symbol für die leichte Seele, die jetzt an einem besseren Ort und frei ist. Ein Klassiker der Abschiedsliteratur für Kinder in jedem Alter.

Gebraucht für 4,- EUR bei medimops

Freunde unterstützen Angehörige und Trauernde

Wir leben mit deiner Trauer (Chris Paul)

Dieses Buch hilft Freund*innen, Angehörige trauernde wirklich zu unterstützen. Tod und Trauer schafft eine neue Realität, die erst einmal vom Freundeskreis verstanden werden muss, um überhaupt beistehen zu können. Hier gibt's eine Anleitung dazu und hilfreiche Impulse.

Das Buch stellt das Trauermodell „Kaleidoskop des Trauerns" vor, das visuell Gefühlszustände von Trauernden nachempfindet und einen Erklärversuch bietet. Der Ansatz ist nicht esoterisch und arbeitet mit 6 Farben, die als dreieckige Symbole jeweils einer Facette der Trauer zugeordnet werden. Gefühle (rot), Verbunden bleiben (gelb), Überleben (rot), Einordnen (blau), Wirklichkeit (schwarz), Anpassen (grün) sind als Themen vorgestellt und je nachdem welche Facetten der Trauer gerade überwiegen, können Körperübungen, kreative Übungen, Gesprächsthemen gewählt und ausprobiert werden. Ziel ist es, Akzeptanz und Verständnis für Trauer zu wecken und weg vom „Zeit heilt alle Wunden" zu kommen. Außerdem sollen Angehörigen und Freunden von Trauernden Dos und Don`ts im Umgang mit diesen zu vermittelt werden. Gleichzeitig legt das Buch auch einen Schwerpunkt auf die Grenzen der unterstützenden Person und die Frage, was ist noch normal und wie gehe ich mit meinen eigenen Ängsten und meiner Unsicherheit um. https://chrispaul.de/trauerkaleidoskop/ Für 20,- EUR