

Elternbriefe

Inhaltsverzeichnis 2./3. Lebensjahr



Inhaltsverzeichnis

14 | Ihr Kind ist ein Jahr und zwei Monate alt

Zeit der Entdeckungen	4	Ruhe, Erholung und Alleinsein	21
Üben, üben, üben ...	4	«Das Kind ist so anstrengend!»	21
Warum Bewegung so wichtig ist	6	Auch Eltern brauchen Erholung	21
Trost ist oft nötig	7	Kleine persönliche Freiheiten	23
Beobachten, nachahmen und ausprobieren	7	Ein zweites Kind?	25
Trostverse	7	Was Sie für ein künftiges gutes Miteinander der beiden Kinder tun können:	26
Vielfältige Rollen vorleben	10	Das zweite Kind ist unterwegs	27
Fähigkeiten unabhängig vom Geschlecht fördern	10	Und wenn es da ist ...	28
Rollenaufteilung in der Familie	10	Und übrigens ...	30
Die eigene Identität wahrnehmen	12	Braucht das Kind jetzt Schuhe?	30
Verhaltensweisen aneignen	12	Schließt Ihr Kind? Velofahren	30 30
Was kleine Weltentdeckerinnen und -entdecker brauchen	14		
Die Natur als Spielwelt	15		
Die vier Elemente erleben	15		
Alles, was sich bewegen lässt ...	16		
Mitspielen ja – aber wie?	19		

15 | Ihr Kind ist ein Jahr und vier Monate alt

Die grosse Neugier kleiner Leute	4	Guten Appetit	22
Grenzen der Selbstständigkeit	5	Selbstständigkeit beim Essen	22
Kinder-Ordnung gegen Eltern-Ordnung	7	Zu wenig oder zu viel?	23
Was lustvoll ist, macht oft auch schmutzig	8	Vom Aufessen	25
Wunschvorstellungen und Wirklichkeit	10	Und übrigens ...	26
		Autofahrten mit dem Kind	26
Schlafen – oft ein Albtraum für die Eltern	13		
Die Zeit zum Schlafengehen	13		
Wenn die Nacht zum Tag wird	15		
Alpträume und «Pavor nocturnus»	15		
(Über-)Beanspruchung der Eltern	17		
Einschlafhilfen	18		
Reden und Verstehen	19		
Plaudereien	19		
Anteilnahme ist die beste Förderung	20		



16 | Ihr Kind ist ein Jahr und sechs Monate alt

Alles kann Spiel sein	4	Und übrigens ...	26
Das begehrte Telefon	4	Tropfen, Tabletten, Sirup	26
Omeletten und Co.	6	Gummistiefel	26
Spielt unser Kind «richtig»?	7	Fliegen	26
Erste Bilderbücher	8	Wenn Ihr Kind noch nicht frei geht	26
Praktische Tipps zum Thema Spielen	9		
Spielen mit Gleichaltrigen	10		
Schubsen, Schlagen, Beißen	10		
«Mein» ist nicht immer «Dein»	13		
Zurückhaltung ist angesagt	14		
Das Wochenende bedingt Absprachen	16		
Der «Wochenend-Papa», die «Wochenend-Mama»	16		
Wochenend-Probleme?	17		
Vom Wollen und Nichtwollen	21		
Wenn Kinder ganz von Sinnen sind	21		
Das Kind kann noch nicht einsichtig sein	23		
Abwarten und Ruhe bewahren	23		



17 | Ihr Kind ist ein Jahr und acht Monate alt

Das Leben mit zwei Kindern

Wie ist das mit der Eifersucht?

Schon so «gross» und doch
noch klein

Tipps, um das Erstgeborene auf
die Geburt eines Geschwisters
vorzubereiten

Krankheit gehört zum Leben

Vorbild der Eltern

Arztbesuche einfühlsam begleiten

Mit einem kranken Kind zu Haus

Tipps für die Pflege eines kranken
Kindes

Medikamente

Acht Mal im Jahr Schnupfen?

Fieber ist kein Massstab

Die kleinen Unfälle

Wenn Eltern oder Kind krank sind

Verschiedene Meinungen in der

Erziehung

Strafen

Nicht schlagen!

4	Der eigene Körper –	
4	ungemein spannend	22
	«Bisi» und «Gaggi»	22
7	Spielen an den Geschlechtsteilen	22
	Tipps für eine hilfreiche Begleitung beim Trockenwerden	24
9		
	Und übrigens ...	26
11	Das Kind ist verschwunden	26
11	Wichtige Verhaltensregeln	
11	im Strassenverkehr	26
13	Ferien mit dem Kind – ganz anders als Ferien ohne Kind	27
13		
14	Kinderrechte: Schutz vor Gewalt	28
15	Formen der Gewalt	28
15	Folgen von Gewalt	28
17	Die täglichen Herausforderungen	29
17	Kinder haben Rechte	29
	Mitbestimmen macht stark	31
18		
19		
21		

18 | Ihr Kind ist ein Jahr und zehn Monate alt

Sprechen lernen	4	Damit die Zähne gesund bleiben	21
Sprache erleben	4	Heiss geliebte Süssigkeiten	21
Sprache empfinden	6	Auch Unlustgefühle aushalten	21
Eine Sprache? Zwei Sprachen?	6	Gesunde Zwischenmahlzeiten	21
		Zahnpflege gehört dazu	22
Eltern nehmen Partei für das Kind	8	Daumen lutschen und nuckeln	23
Toleranz und Rücksichtnahme	8	Vom Schoppen zur Tasse	24
Mit Kindern unterwegs	9		
		Und übrigens ...	26
Fernseher, Smartphone, Tablet und Co.	12	Unfälle mit Folgen	26
Zu klein, um aufmerksam fernzusehen	12	Sonne kann gefährlich sein	26
Fernsehgewohnheiten der Eltern?	13		
Apps für Kinder?	15		
Hundert Meter in zwei Stunden	16		
Die Welt ist gross und wundervoll	17		
Von grossen und kleinen Schätzen	17		
Vom Umgang mit Tieren	19		

19 | Ihr Kind ist zwei Jahre alt

Vom Sprechen und Denken	4	Selbstständigkeit fördern	20
Sprachverständnis entwickeln	4	Vertrauen schafft Selbstvertrauen Kinder müssen eigene	20
Ich bin «ICH»!	6	Erfahrungen sammeln	22
Vom Auf und Ab der Gefühle	6	Tipps rund ums Anziehen	22
Weder «brav» noch «böse», sondern normal!	10	Von der Windel zum «stillen Örtchen»	23
Grenzen setzen	11	So können Sie Ihr Kind beim	
Wann braucht es Grenzen?	11	Trockenwerden unterstützen	24
Auseinandersetzungen überdenken und entschärfen	13	Und übrigens ...	26
Auch Eltern haben Bedürfnisse	14	Vorsicht: Vergiftungsgefahr	26
Kinder brauchen keine perfekten Eltern	14	Unfälle	26
Tipps für den Alltag mit einem (heraus) fordernden Kleinkind	15	Ärztin, Arzt – ja oder nein?	27
	16	Augen auf!	27
Damit der Esstisch nicht zum Stresstisch wird	17		
Essen sollte lustvoll	17		
sein und kein Zwang	18		
Worauf Eltern bei der Ernährung achten sollten	19		



20 | Ihr Kind ist zwei Jahre und drei Monate alt

Leben heisst spielen, spielen heisst leben ...

Spielzeug und Zeug zum Spielen
Knetmasse selber herstellen –
kleine Leute helfen gerne mit!
Kaputte Spielsachen – kein Unglück
Weniger ist mehr
«Spielregeln» für Eltern
Sorgen über das Spielverhalten

Mädchen und Jungen die gleichen Entwicklungschancen geben

Der kleine Unterschied
Den eigenen Körper erforschen

Konflikte gehören zum Leben

Die Situation erklären
Wenn sich Konflikte häufen
Getrennte Eltern bleiben Eltern
Nach der Trennung oder Scheidung
Elterliche Sorge und elterliche Obhut

Elterngruppen – oder gemeinsam

4 geht vieles besser 23

4 Miteinander leben –
voneinander lernen 23

8 Und übrigens ... 25

11 Wenn neue Schuhe nötig sind 25

11 Essen mit Lust 25

12 Zwischenmahlzeiten
und essen vor dem Essen 26

«Bettmümpfeli» sind
schlecht für die Zähne 26

14 Rechte oder linke Hand? 26

15

Kinderrechte: Mitreden,

mitmachen, mitbestimmen 28

16 Mitwirken von Anfang an 28

17 Mitreden bedeutet nicht,
alles selber entscheiden 28

19 Alle Entscheide betreffen Kinder 30

19 Anhörung des Kindes
in juristischen Prozessen 30

21 Kinder haben Rechte 31



21 | Ihr Kind ist zwei Jahre und sechs Monate alt

Wohnen mit Kindern	4	Respektvoller Umgang miteinander	22
Jedem seine eigene Ecke	4	Gepflegt und sauber soll es sein	22
Rund um die eigenen vier Wände	7	Respekt vor dem «Nein» des Kindes	22
Einige Wohnideen	8		
		Und übrigens ...	26
Krank sein und gesund werden	10	Zeitverständnis bei Kleinkindern	26
Zuwendung ist die beste Therapie	10	Vorsicht beim Baden!	26
Für kleine Kinder		Vorsicht mit Hochbetten	27
ist alles «Bauchweh»	10	Einkaufen mit Ihrem Kind	27
Betreuung des kranken Kindes	11		
Unser Kind muss ins Spital	13		
Während des Spitalaufenthaltes	13		
Wieder zu Hause!	14		
Einschlafen und nächtliches Aufwachen	15		
Und wenn der Schlaf nicht kommen will?	15		
Nächtliches Aufwachen	18		
Angst vor allen möglichen Dingen	18		
Wie Sie als Eltern Ihrem geängstigten Kind helfen können	20		

22 | Ihr Kind ist zwei Jahre und neun Monate alt

Kinder lieben Kinder – zum Spielen und zum Streiten	4	Das Kleinkind im Strassenverkehr	26
Kinder lernen von Kindern	4	Wie verhalten sich kleine Kinder im Verkehr?	26
Spielfreunde sind eine neue Herausforderung für die ganze Familie	4	Und übrigens ...	28
Geschwister lieben und streiten sich	6	Kinder und Fernsehen	28
Streiten will gelernt sein	7	«Zimmerstunde»	28
Was steckt hinter aggressivem Verhalten?	9	Andere Tische, andere Sitten	29
Ein Kind, das beisst oder schlägt, ist kein böses Kind	10		
Hilfe!	10		
Was tun, wenn Kinder streiten?	11		
Wo sind spielende Kinder anzutreffen?	12		
Familienergänzende Kinderbetreuung	14		
Qualität und Konstanz	14		
Betreuungsmöglichkeiten für Kleinkinder	15		
Abschied nehmen ist nicht einfach	17		
Warum? Wozu? Wie? – Das «Fragealter»	21		
Jedes Kind redet auf seine Weise	23		
Sprache und Verhalten der Eltern	25		

23 | Ihr Kind ist drei Jahre alt

Eifersucht gehört zum Zusammenleben	4	Fantasie und Kreativität	21
Der Platz in der Familie	4	Mit Farben experimentieren	21
Wenn ein Geschwister besondere Aufmerksamkeit benötigt	5	Töne produzieren, singen und musizieren	22
Versteckte Eifersucht	6	So können Sie die Lust Ihres Kindes am Malen noch verstärken	22
Das Verhalten der Eltern	7		
Praktische Tipps, wenn Kinder eifersüchtig reagieren	8		
Zwillinge oder Mehrlinge	9		
Zwillingen gerecht zu werden – keine einfache Aufgabe!	11		
Feste im Jahresverlauf	12		
Rituale als Lebensbegleiter	13		
Religiöse Feiern, Rituale und Feste im Alltag	14		
Die magische Welt des Kindes	16		
Wirklichkeit und Fantasie	18		
Erzählt Ihnen Ihr Kind Geschichten?	18		
Erzählen Sie Ihrem Kind Geschichten und Bilderbücher	19		
Welche Geschichten und Bilderbücher eignen sich?	19		
Geschichten erzählen statt fernsehen	20		



Stichwortverzeichnis

15|3 = Elternbrief 15, Seite 3

A

Abschied nehmen 15|13; 15|15; 21|14;
23|11; 22|17

Trennung der Eltern 20|19; 20|21

Trennung vom Kind 22|19

Affektkrampf 19|10

Weinkampf 19|10

Aggressives Verhalten 16|10; 16|13;
17|7; 22|8; 22|9; 22|12

Beissen 16|10; 23|4; 22|11

Schlagen 16|10; 16|24; 17|21; 23|4;
22|8

Wutanfälle 15|22; 16|21; 16|23; 19|9

Alpträume 15|15

Pavor nocturnus 15|15

Alleinerziehende 16|16; 20|21; 21|11

Angst 18|12; 21|17; 21|18; 21|20

Arbeitsrecht 17|17; 21|11

Arztbesuche, ärztliche Betreuung 17|11;
17|17; 18|26; 19|26

Autofahren, Autositze 15|26

B

Babysitter 14|22; 16|16

Baden 14|16; 21|26

Behinderungen 14|22; 23|5; 22|17

Beissen 16|10; 23|4; 22|11

Bewegung 14|6; 18|13; 20|7; 21|8;
22|12

Natur als Spielraum 14|7; 14|15;
18|17; 20|6

Spazieren, Spaziergänge 16|26;
18|16; 18|19; 22|26

Bilderbücher 16|8; 18|6; 20|6; 20|14;
21|20; 23|19

Bildschirmmedien 18|12; 22|2; 8|10

Bücher 16|8; 18|6; 20|14; 23|19

Bilderbücher 16|8; 18|6; 20|6;
20|14; 21|20; 23|19

Vorlesen 16|8; 23|19

D

Daumen lutschen 18|2; 3; 23|6

«Döckerle» 17|22; 20|14

E

Eifersucht 17|4; 23|4; 22|6

Einkaufen mit Kindern 16|19; 17|26;

18|9; 19|8; 19|13; 21|27

Einschlafhilfen 15|13; 15|18; 21|15

Elternbildung 19|15; 19|27;

20|23; 23|25

Elterngruppen 20|23

Entwicklungstempo, Entwicklungsunter-
schiede 14|4; 14|10; 14|21; 15|19;
16|9; 16|24; 17|21; 18|4; 19|4; 19|23;
20|14; 23|9; 22|9

Erholung, Freizeit der Eltern
14|21; 16|16; 17|27; 22|28

Ferien 17|27

Erkältung 17|13; 17|15

Ernährung 14|8; 15|22; 18|21; 19|19

Esskultur, Essverhalten 15|23; 19|17;
20|25; 22|29

Süßigkeiten 16|24; 18|21; 19|19;
20|26; 22|29

Erziehungsvorstellungen 14|10; 16|19;
17|18; 19|15; 20|23

Esskultur, Essverhalten 15|23; 19|17;
20|25; 22|29

F
Familienalltag, Familienorganisation 16|16; 20|25
Mithelfen im Haushalt 14|14; 16|6; 19|20
Vereinbarkeit von Berufs- und Familienarbeit 14|10; 14|25; 16|16; 20|23; 21|11; 22|14
Familiäres 14|8
Fantasie 16|4; 18|12; 21|17; 23|16; 23|21
Kreativität 20|6; 21|7; 23|18; 23|21
Ferien 17|27
Fernseher 18|12
Feste, Rituale 23|12
Fieber 17|15; 21|10
«Fragealter» 22|21

G
Gehen lernen 14|4; 14|30; 16|26
Gender 14|12
Geschlechtsrollen 17|22; 20|14
Geschwister 14|25; 17|4; 23|4; 23|9; 22|6
Eifersucht 17|4; 23|4; 22|6
Konflikte zwischen Kindern 15|19; 16|10; 16|14; 23|4; 22|4; 22|11
Grenzen setzen 15|5; 17|21; 18|9; 19|11

H
Handy 18|14
Haustiere 18|19
Husten 17|15

I
«Ich-Entwicklung» 14|6; 16|21; 17|22; 18|4; 19|6

K
Kinderbetreuung 14|22; 17|17; 22|14
Babysitter 14|22; 16|16
Kindertagesstätten 14|26; 22|14
Tagesfamilien 22|14
Kinderrechte 17|28; 20|28
Kindertagesstätten 14|26; 22|14
Konflikte zwischen den Eltern 20|16
Konflikte zwischen Kindern 15|19; 16|10; 16|14; 23|4; 22|4; 22|11
Kontakt zu anderen Kindern 15|19; 16|10; 20|4; 22|15
Körperliche Entwicklung 14|4; 7|22; 19|23
Krankheit 17|11; 19|27; 21|10
Erkältung 17|13; 17|15
Fieber 17|15; 21|10
Medikamente 17|14; 19|26; 21|10; 21|18
Schnupfen 17|15

Kreativität 20|6; 21|7; 23|18; 23|21

L
Laufen lernen 14|4
Lieder 14|71; 5|20; 18|6; 20|7; 23|25
Linkshänder, Rechtshänder 20|26

M
Magisches Denken 23|16
Medikamente 17|14; 19|26; 21|10; 21|18
Mithelfen im Haushalt 14|14; 16|6; 19|20
Mittagsschlaf 14|24; 15|15; 22|28
Motorische Entwicklung 14|4
Gehen lernen 14|4; 14|30; 16|26
Linkshänder, Rechtshänder 20|26

N
Natur als Spielraum 14|7; 14|15; 18|17; 20|6
Notfälle 17|10; 18|26; 19|26; 21|13
Vergiftungen 19|26
«Nuggi» 15|17; 18|23

O
Ordnung/Unordnung 15|7

P
Pavor nocturnus 15|15

R

Reisen 17|27

S

Sauberkeitsentwicklung 17|24; 19|23;
21|14

Scheidung 20|19

Sorgerecht 20|19; 20|21

Schielen 14|30; 19|27

Schlafen 15|13; 21|15

 Einschlafhilfen 15|13; 15|18; 21|15

 Mittagsschlaf 14|24; 15|15; 22|28

 Schlafprobleme 15|13; 20|20

Schlafprobleme 15|13; 20|20

Schlagen 16|10; 16|24; 17|21; 23|42;

Schnuller 18|23

Schnupfen 17|15

Schuhe 14|30; 16|26; 20|25

Selbstständigkeit 14|7; 14|21; 15|5;
15|13; 15|22; 17|22; 19|6; 19|20; 21|17;
22|18

Selbstvertrauen 14|9; 15|10; 19|20;
20|30; 21|24; 22|12

Sexuelle Übergriffe 17|28; 17|31; 21|24

Sicherheit 14|26

Smartphones 18|12

Sonnenschutz 18|26

Sorgerecht 20|19; 20|21

Spazieren, Spaziergänge 16|26; 18|16;

18|19; 22|26

Spiele 14|7; 14|12; 14|16; 16|4; 16|10;
17|22; 20|4; 21|7; 22|4

Spielsachen 14|12; 15|8; 16|9; 20|4;
20|8; 22|10

Spitalaufenthalt 17|9; 21|13

Sprachentwicklung 15|19; 18|4; 19|4;
22|21

Strafen 17|19; 19|11; 19|15; 22|11

Streiten 22|4

Süßigkeiten 16|24; 18|21; 19|19; 20|26;
22|29

T

Tablet 18|14

Tagesfamilien 22|14

Tischkultur, Tischsitten 14|8

Trennung der Eltern 20|19; 20|21

Trennung vom Kind 22|19

Trockenwerden 17|24

Trotzalter, Trotzphase 16|21; 19|8

Tv 18|12

U

Überforderung der Eltern 15|17; 17|21;
19|15; 21|13; 22|25

Unfallverhütung 14|31; 15|5; 15|26;
18|26

V

Veloanhänger, Velositze 14|30

Vereinbarkeit von Berufs- und Familienar-
beit 14|10; 14|25; 16|16; 20|23; 21|11;
22|14

Vergiftungen 19|26

Verkehrserziehung, Verkehrsregeln
17|26; 22|26

Verse 14|7

Vorbildfunktion der Eltern 14|8; 14|10;
15|71; 7|11; 17|19; 17|26; 20|17; 20|25;
21|22; 22|26

Vorlesen 16|8; 23|19

Vorstellungskraft 23|18

W

«Warum-Fragen» 22|21

Weinkampf 19|10

Windeln 17|24; 19|23

Wutanfälle 15|22; 16|21; 16|23; 19|9

Z

Zähne, Zahnpflege 18|21; 18|26

Zeitverständnis 21|26

Zuckerhaltige Getränke und Nahrungs-
mittel 18|21

Zweisprachigkeit 18|6

Zwillinge, Mehrlinge 23|9



Hier geht es zum Online-Stichwortverzeichnis:
www.elternbriefe.ch/Stichwortverzeichnis1



Pro Juventute Elternbriefe – kompetente Begleitung von der Geburt bis zum Schulanfang

Die praktischen Ratgeber für Eltern enthalten Anregungen und Tipps, die auf das Alter des Kindes und seine aktuellen Entwicklungsschritte zugeschnitten sind. Ein kompetentes Fachteam stellt die Informationen zusammen. Im Zentrum stehen Themen wie Pflege, Ernährung, Entwicklung, Erziehung des Kindes sowie Mutter-/Vaterrolle, Partnerschaft und familienergänzende Kinderbetreuung. Die Pro Juventute Elternbriefe gibt es für die ersten sechs Lebensjahre Ihres Kindes. Vielerorts werden sie als Geschenk von Gemeinden oder anderen Institutionen abgegeben. Zudem können sie direkt bei Pro Juventute bestellt werden.

Die Pro Juventute Elternbriefe werden fachlich bearbeitet von Pro Juventute in Zusammenarbeit mit:

Carmen Amrein, Kleinkinderzieherin und Leiterin einer Kindertagesstätte | **Marianne Botta Diener**, Ernährungswissenschaftlerin, dipl. Lebensmittelingenieurin ETH und dipl. Fachlehrerin ETH | **Sepp Holtz**, Dr. med., Kinder- und Jugendarzt FMH mit eigener Praxis, Mitarbeiter der Abteilung für Entwicklungspädiatrie am Kinderspital Zürich | **Aja Schinzel**, Mütterberaterin HFD | **Heidi Simoni**, Dr. phil., Fachpsychologin für Psychotherapie FSP, Leiterin Praxisforschung am Marie Meierhofer Institut für das Kind

Fachstellen und -verbände

BSS Berufsverband Schweizerischer Still- und Laktationsberaterinnen | Fachstelle für Gleichstellung, Stadt Zürich | Kinderärzte Schweiz | IG Binational | mannebüro züri | Marie Meierhofer Institut für das Kind | Paarberatung Bezirke Hinwil und Pfäffikon ZH | bfu – Beratungsstelle für Unfallverhütung | Schweiz. Gesellschaft für Pädiatrie | Schweiz. Hebammenverband | kibesuisse – Verband Kinderbetreuung Schweiz | Schweiz. Fachverband der Mütter- und Väterberatung | Zentrum für Zahnmedizin der Universität Zürich | Zentrum für kleine Kinder, Winterthur

Presenting Partner



Impressum

Herausgeberin: Pro Juventute, Abteilung Elternbriefe
Programmverantwortung: Noa Stemmer-Holtz
Redaktion: Susan Edthofer, Noa Stemmer-Holtz
Cartoons: Claudia de Weck
Kolorierung Cartoons: Dominik Bontus
Grafik: Valentin Stucki

© Pro Juventute, Zürich, 2022

Auskunft und Bestellung

Pro Juventute, Elternbriefe
Thurgauerstrasse 39, Postfach, 8050 Zürich
Telefon 044 256 77 33
kontakt@projuventute.ch

Oder direkt in unserem Online-Shop

www.projuventute.ch/elternbriefe

Adressänderungen

Melden Sie Adressänderungen frühzeitig und sichern Sie sich so eine nahtlose Zustellung:
projuventute.ch/adresse-aendern

Jetzt spenden und Projekte von Pro Juventute für Kinder und Jugendliche in der Schweiz unterstützen!

Spendenkonto: 80-3100-6
IBAN CH71 0900 0000 8000 3100 6



Neu auch mit TWINT:

1. QR-Code mit der TWINT App scannen
2. Betrag und Spende bestätigen

projuventute.ch

PUBL-6004

