

Angewöhnungszeit Nanny

Die Angewöhnung des Kindes/der Kinder in der Betreuung ist sehr wichtig. Angewöhnen heisst Vertrauen aufbauen. Eine dem Kind entsprechende Angewöhnung ist Voraussetzung für ein gutes, tragfähiges und längerdauerndes Betreuungsverhältnis.

Kinder brauchen je nach Alter und Situation für die Angewöhnung der Kinderbetreuung unterschiedlich viel Zeit. Auch wenn das Kind Erfahrung mit Fremdbetreuung mitbringt, braucht es eine Angewöhnung, denn die Betreuungsperson ist neu. Für das Kind ist es eine Veränderung und erfordert von ihm eine Umstellung und sehr viel Anpassung.

Das Kind soll die Nanny **Schritt für Schritt kennenlernen**, um Vertrauen zu gewinnen. Fühlt sich das Kind bei der Nanny wohl und geborgen, so wirkt sich dies auf alle beteiligten Personen positiv aus. Das Kind kann eine gute Beziehung zur Nanny aufbauen, die Betreuerin kann sich auf die Betreuung des Kindes konzentrieren und die Zeit mit ihm geniessen. Die Eltern können ihr Kind eher loslassen und beruhigt ihrer beruflichen Tätigkeit nachgehen.

Der richtige Zeitpunkt der Angewöhnung

Es ist sehr wichtig, schrittweise vorzugehen. Beginnen Sie mit der Angewöhnung frühzeitig und nicht erst kurz vor Beginn Ihrer Abwesenheit. Planen Sie genügend Zeit ein. Wir empfehlen je nach Alter des Kindes zwischen zwei bis vier Wochen.

Die Angewöhnungszeit sollte wenn immer möglich nicht mit anderen Veränderungen zusammenfallen (z.B. Geburt eines Geschwisterchens oder dem Schuleintritt, Umzug der Familie oder ähnliche Ereignisse). Dies könnte Ihr Kind überfordern.

Wer sollte die Angewöhnung machen?

Falls ein Kind besondere Schwierigkeiten hat, sich von einem der beiden Eltern zu trennen, ist es sinnvoll, dass der andere Elternteil bei der Angewöhnungszeit zu Hause anwesend ist. Es ist durchaus möglich, dass sich ein Kind in Anwesenheit des Vaters leichter angewöhnt als mit seiner Mutter (oder umgekehrt).

Das Kind begleiten

„Ohne Eltern geht es nicht!“ Seien Sie in den ersten Tagen mit einer Nanny zu Hause anwesend. In den ersten 3 Tagen kommt die Nanny jeweils $\frac{1}{2}$ - 2 Stunden zu Ihnen nach Hause. Gehen Sie nicht aus dem Raum, wenn trotzdem nötig, nehmen Sie das Kind mit. Während der ersten Tage sollte die Mutter/der Vater die Betreuung des Kindes übernehmen und dann schrittweise die Aufgaben der Nanny übergeben (Spielen, Essen, Wickeln, zum Schlafen legen, etc.).

Vor allem einfach anwesend sein

Sie müssen nicht viel tun. Ihre blosse Anwesenheit genügt. Für Ihr Kind sind Sie die „sichere Basis“. Es ist wichtig, dass sich Ihr Kind jederzeit zu Ihnen zurückziehen kann, wenn es sich überfordert fühlt. Wenn Sie als Mutter oder Vater im Raum sitzen und ihr Kind beobachten, hat es alles was es braucht. Auf dieser Basis kann Ihr Kind seine ersten Erfahrungen mit der Nanny machen.

Wenn Ihr Kind schon krabbeln oder laufen kann, erlauben Sie ihm zu gehen und kommen wie es will. Drängen Sie es zu keinem bestimmten Verhalten. Geniessen Sie es einfach, Ihr Kind bei der Erkundung mit der Nanny zu beobachten.

Die Fröhlichkeit und Gelassenheit ihres Kindes heisst nicht, dass Ihre Anwesenheit gar nicht notwendig ist. Ihr Kind wirkt so unbeschwert, weil Sie dabei sind. Suchen Sie nicht von sich aus den Kontakt zu ihrem Kind. Drängen Sie Ihrem Kind nie auf, sich zu lösen oder sich von Ihnen zu entfernen. Sie akzeptieren immer, wenn es Ihre Nähe sucht und lassen es auch wieder weggehen. Als Eltern schenken Sie ihrem Kind die volle Aufmerksamkeit. Achten Sie darauf, auf Gespräche unter den Erwachsenen zu verzichten.

Das Kind ist für sein Wohlbefinden darauf angewiesen, jederzeit Zugang zu einer Bezugsperson zu haben. Eine Bezugsperson wird definiert über das gegenseitige Vertrauen. Eine gute Bindung setzt voraus, dass die Person mit dem Kind in allen wesentlichen Alltagssituationen vertraut ist (*Prof. Dr. Remo Largo*). Ein Kind muss sich immer auf die Eltern oder auf eine vertraute Bezugsperson verlassen können.

Wegschleichen erspart dem Kind den Trennungsschmerz nicht, sondern beeinträchtigt sein Verhalten und kann die Angewöhnungszeit verlängern. Vertrauen Sie Ihrem Gespür. Als Mutter oder Vater kennen Sie die Bedürfnisse Ihres Kindes. Es ist in keinem Fall angebracht, das Kind bei einer Trennung unaufhörlich und herzzerreissend schreien zu lassen. Das Kind signalisiert mit Weinen ein Bedürfnis. Es braucht Sie als vertraute Person. Wenn Sie dies ignorieren entstehen Ängste, die eine gesunde Beziehungsentwicklung verhindern können.

Weggang der Eltern während der Angewöhnungszeit

- Bei den ersten drei Besuchen der Nanny soll kein Trennungsversuch unternommen werden. Es ist am Anfang genug, wenn die Begegnung mit der Nanny eine halbe bis zwei Stunden dauert.
- Beim 3. - 4. Besuch der Nanny kann eine erste kurze Trennung gemacht werden. Die Bindungsperson Mutter oder Vater sollte in der Nähe bleiben und sofort reagieren, wenn die Nanny das Kind nicht trösten kann.
- Klappt die Trennung gut, kann sie um ein bis zwei Stunden, bei den nächsten Besuchen nach und nach gesteigert werden.
- Klappt die Trennung schlecht, muss die Angewöhnungszeit ausgedehnt werden.
- Die Eltern sollten in dieser Zeit jederzeit erreichbar sein.
- Hilfreich ist es auch, vertraute Gegenstände beim Kind zu haben (z.B. Kuscheltier, „Nuschi“).

Durch dieses Verhalten geben die Eltern ihrem Kind und der Nanny die Gelegenheit zunächst spielerisch miteinander Kontakt aufzunehmen und langsam eine tragfähige Bindung zur Nanny als neue Bezugsperson aufzubauen. Die Eltern bleiben dabei für ihr Kind immer die wichtigste Bezugsperson.

Wann ist die Angewöhnung geglückt?

Die Angewöhnungszeit ist abgeschlossen, wenn die Nanny das Kind trösten kann, wenn es traurig ist. Das muss nicht heissen, dass Ihr Kind nicht mehr weint, wenn Sie sich von ihm verabschieden, wenn Sie das Haus verlassen. Es drückt damit aus, dass es Sie lieber bei sich hätte. Das ist sein gutes Recht. Es wird sich jedoch nach Abschluss der Angewöhnungszeit von der Nanny beruhigen lassen, wenn Sie gegangen sind.

Während der Abwesenheit der Eltern übernimmt die Nanny die Funktion der „sicheren Basis“. Die Angewöhnungszeit ist abgeschlossen, wenn das Kind zur Nanny eine vertrauensvolle und tragfähige Beziehung aufgebaut hat und die Aufmerksamkeit und Nähe der Nanny sucht.