



DER MORO - Reflex

Empfehlungen für Eltern

1. Sicherheit und Geborgenheit vermitteln

Liebe, Anerkennung, Ermutigung und echtes Interesse stärken das Sicherheitsgefühl des Kindes.

2. Verlässliche Strukturen schaffen

Feste Tagesabläufe, Rituale und klare Regeln geben Orientierung und Stabilität.

3. Regelmäßig miteinander sprechen

Tägliche Gespräche und gemeinsame Zeit fördern Bindung, Vertrauen und emotionale Sicherheit.

4. Veränderungen frühzeitig ankündigen

Neue Situationen, Termine oder Übergänge sollten möglichst vorbereitet werden.

5. Ängste ernst nehmen

Ängste verstehen, begleiten und in kleinen Schritten bewältigen helfen dem Kind, Sicherheit aufzubauen.

6. Für Bewegung, Entspannung und gute Versorgung sorgen

Regelmäßige Mahlzeiten, ausreichend Trinken, Bewegung, Lachen, Singen und Entspannung unterstützen die Selbstregulation.

Empfehlungen für Kindergarten und Schule

1. Verlässliche Bezugspersonen bieten

Kinder profitieren von festen Ansprechpartnern und einer wertschätzenden Begleitung.

2. Eine ruhige und vorhersehbare Umgebung schaffen

Klare Abläufe, Rituale und feste Regeln geben Sicherheit und Orientierung.

3. Veränderungen rechtzeitig ankündigen

Ausflüge, Vertretungen, Raumwechsel oder besondere Ereignisse sollten vorbereitet werden.

4. Erfolgserlebnisse ermöglichen

Lob, Ermutigung und passende Anforderungen stärken Motivation und Selbstvertrauen.

5. Bewegung und Entspannung integrieren

Bewegungspausen, Atemübungen und freie Spielzeiten unterstützen die Regulation des Nervensystems.

6. Auf Grundbedürfnisse achten

Ausreichend Trinken, regelmäßige Essenszeiten und angemessene Erholung fördern Aufmerksamkeit und Lernfähigkeit.