



Elterninformation zur Vorsorgeuntersuchung

Liebe Eltern, lieber Patient!

Sie haben in der kommenden Zeit einen Termin für Ihr Kind zur Vorsorgeuntersuchung in unserer Praxis ausgemacht. Auf den folgenden Seiten haben wir für Sie wichtige Informationen rund um diese Vorsorge zusammengestellt. Sie beinhalten u.a. Fragebögen, mit denen wir Sie kennenlernen und die Entwicklung Ihres Kindes besser beurteilen möchten. Selbstverständlich sind die von Ihnen gemachten Angaben freiwillig und unterliegen streng der ärztlichen Schweigepflicht. Sie haben das Recht, diese Daten zu einem späteren Zeitpunkt nochmals einzusehen, um diese ändern oder auch löschen zu lassen - sofern keine anderen rechtlichen Regelungen dem entgegenstehen.

Zusätzlich finden Sie Hinweise zur Unfallverhütung sowie ggf. Angebote zu - aus unserer Sicht - sinnvollen ergänzenden Untersuchungen.

Bitte nutzen Sie die Zeit vor der Vorsorge - eventuell zusammen mit Ihrem Partner - dazu, diese Informationen zu lesen und die Fragebögen auszufüllen. Diese sollen als Gesprächsgrundlage bei Ihrem Termin in der Praxis dienen.

Auf den kommenden Seiten finden Sie im Einzelnen:

- Fragebogen zur Entwicklung Ihres Kindes
- Angebot über zusätzliches Hörscreening als individuelle Gesundheitsleistung (IGeL)
- Hinweise zu Schutzimpfungen
- Hinweise zur Unfallverhütung
- Hinweise zur seelischen Gesundheit

Sollten sich zwischenzeitlich Ihre Telefon- / Handy-Nummer oder Ihre Adresse geändert haben, teilen Sie uns dies bitte auf dem Formular "Erreichbarkeitsmitteilung" mit.

Sie können dieses Formular auf unserer Homepage in der Service-Rubrik herunterladen.

Für Rückfragen stehen wir Ihnen stets gerne zur Verfügung.

Für das gesamte Praxisteam

Künzell, Januar 2020

Dr. med. Benedikt J. Pircher

Facharzt für Kinder- und Jugendmedizin
Kindergastroenterologe





Fragebogen zur Vorsorgeuntersuchung

U9

Name _____

Geburtsdatum _____

Liebe Eltern,

zur Vorbereitung auf die heutige Vorsorgeuntersuchung bitten wir Sie, den folgenden Fragebogen auszufüllen, damit wir die Entwicklung Ihres Kindes besser beurteilen können. Sollten sich darüber hinaus Veränderungen in der Betreuungssituation oder besondere Belastungen in Ihrer Familie ergeben, sprechen Sie uns diesbezüglich bitte während der Vorsorgeuntersuchung an. Gerne können wir Sie über entsprechende Hilfeangebote beraten. Selbstverständlich sind die von Ihnen gemachten Angaben freiwillig und unterliegen streng der ärztlichen Schweigepflicht. Sie haben das Recht, diese Daten zu einem späteren Zeitpunkt nochmals einzusehen, um diese ändern oder auch löschen zu lassen - sofern keine anderen rechtlichen Regelungen dem entgegenstehen.

Sind seit der letzten Untersuchung bei Ihrem Kind schwerwiegende Erkrankungen, Krampfanfälle, schwere ungewöhnliche und häufige Infektionen, Operationen oder sonstige Auffälligkeiten aufgetreten? ja nein

Wenn ja, welche:

Zeigen sich bei Ihrem Kind Ernährungsschwierigkeiten? ja nein

Haben Sie den Eindruck, dass Ihr Kind gut hören kann? ja nein

Sind Sie mit der Sprachentwicklung Ihres Kindes zufrieden? ja nein

Wird Ihr Kind von der Umgebung gut verstanden? ja nein

Stottert Ihr Kind? ja nein

Schnarcht Ihr Kind? ja nein

Wenn ja, zeigt es dabei Atempausen (länger als 10-20 Sekunden)? ja nein

Kann Ihr Kind (ohne Stützräder) Fahrrad fahren? ja nein

Geht Ihr Kind wechselfüßig eine Treppe vorwärts herauf und runter, d.h. einen Fuß pro Stufe ohne Festhalten? ja nein

Zieht es sich alleine an und kann dabei alle Knöpfe selbständig schließen? ja nein

Baut Ihr Kind erkennbare Häuser, Autos, Flugzeuge oder ähnliches*? ja nein

* = _____



Kann Ihr Kind mit Gabel und Messer essen?	<input type="checkbox"/> ja	<input type="checkbox"/> nein
Kennt Ihr Kind seine Adresse?	<input type="checkbox"/> ja	<input type="checkbox"/> nein
Versteht und benutzt Ihr Kind Zeitbegriffe (z.B. morgens, mittags, abends, heute, morgen)?	<input type="checkbox"/> ja	<input type="checkbox"/> nein
Kann es Erlebnisse (z.B. aus dem Kindergarten) berichten oder Vorgelesenes nacherzählen?	<input type="checkbox"/> ja	<input type="checkbox"/> nein
Ist die Sprache Ihres Kindes für Personen verständlich, die nicht zur Familie gehören?	<input type="checkbox"/> ja	<input type="checkbox"/> nein
Schläft Ihr Kind nachts durch?	<input type="checkbox"/> ja	<input type="checkbox"/> nein
Ist Ihr Kind tagsüber trocken?	<input type="checkbox"/> ja	<input type="checkbox"/> nein
Trägt Ihr Kind nachts eine Windel?	<input type="checkbox"/> ja	<input type="checkbox"/> nein
Erfolgt der Stuhlgang auf der Toilette?	<input type="checkbox"/> ja	<input type="checkbox"/> nein
Spielt es mit anderen Kindern Rollenspiele?	<input type="checkbox"/> ja	<input type="checkbox"/> nein
Beteiligt sich Ihr Kind an Regelspielen?	<input type="checkbox"/> ja	<input type="checkbox"/> nein
Hat Ihr Kind (zeitweilig) einen „besten Freund“?	<input type="checkbox"/> ja	<input type="checkbox"/> nein
Beachtet Ihr Kind Ampeln?	<input type="checkbox"/> ja	<input type="checkbox"/> nein
Kann Ihr Kind seine Emotionen bei alltäglichen Ereignissen meist ausreichend regulieren?	<input type="checkbox"/> ja	<input type="checkbox"/> nein
Trennt sich Ihr Kind ohne Schwierigkeiten über einige Stunden von Ihnen, wenn es in dieser Zeit von einer bekannten Person betreut wird?	<input type="checkbox"/> ja	<input type="checkbox"/> nein
Besucht Ihr Kind einen Kindergarten?	<input type="checkbox"/> ja	<input type="checkbox"/> nein
Möchte Ihr Kind in die Schule gehen?	<input type="checkbox"/> ja	<input type="checkbox"/> nein
Machen Sie sich über irgendetwas Sorgen bezüglich der Entwicklung Ihres Kindes? Wenn ja, bitte notieren Sie diese stichwortartig!	<input type="checkbox"/> ja	<input type="checkbox"/> nein

Ausgefüllt von: Mutter Vater _____

_____ Datum und Unterschrift



Informationen zum zusätzlichen Hörscreening im Rahmen der Vorsorge U9

Zum 1. September 2016 ist die Neufassung der Richtlinie über die Früherkennung von Krankheiten bei Kindern bis zur Vollendung des 6. Lebensjahres (**Kinder-Richtlinie**) in Kraft getreten. Diese regelt die Zeiträume und Inhalte der Ihnen bekannten "U"-Vorsorgen U1 (direkt nach der Geburt) bis U9 (60. bis 64. Lebensmonat).

In dieser Richtlinie wurde der Hörtest aus den Vorsorgeleistungen der U9 herausgenommen. Somit wird nach dem Neugeborenenhörscreening bei der Geburt einzig im Rahmen der Vorsorge U8 das Gehör durch eine standardisierte apparative Diagnostik nochmals vor der Einschulung überprüft.

Aus unserer Erfahrung heraus zeigen sich jedoch immer wieder auch in der weiteren Entwicklung Auffälligkeiten des Hörvermögens. Dabei ist das Hören nicht nur zum Spracherwerb, sondern auch zum Erlernen des richtigen Schreibens essentiell.

Aus diesem Grund empfehlen wir Ihnen eine zusätzliche Untersuchung des Hörvermögens mittels einem „Piloten-Hörtest“. Dieser Test entspricht einem spielerischen Abfragen der drei Bereiche: Hören – Verstehen – Umsetzen. Dadurch möchten wir frühzeitig auffällige Befunde entdecken, um so einem gesundheitlichen Risiko und damit verbundenen Schwierigkeiten für Ihr Kind entgegen wirken zu können.

Diese zusätzliche Untersuchung müssen wir Ihnen als kostenpflichtige individuelle Gesundheitsleistung (IGeL) anbieten, sofern nicht im Vorfeld ein auffälliges Hörtestergebnis erhoben wurde. Wir können sie – ohne die genannte Ausnahme - nicht Ihrer Krankenkasse in Rechnung stellen. Sollten sich kontroll- oder abklärungsbedürftige Befunde zeigen, sind die daraus resultierenden Folgeuntersuchungen selbstverständlich Leistungen Ihrer Krankenkasse.

Eine genaue Kostenaufstellung für unser Hörscreening finden Sie auf den folgenden Seiten.

Für Rückfragen stehen wir Ihnen stets gerne zur Verfügung.

Für das gesamte Praxisteam

Künzell, Januar 2020

Dr. med. Benedikt J. Pircher

Facharzt für Kinder- und Jugendmedizin
Kindergastroenterologe





Vereinbarung über die Inanspruchnahme individueller Gesundheitsleistungen (IGeL)

[nach § 18 Abs. 8 Nr 2 des Bundes-MantelVertrages für Ärzte (BMV-Ä)]

Audiometrische Untersuchung - "Hörtest" bei bisher unauffälligem Hörvermögen

Name des Patienten

Geburtsdatum

Straße, Hausnummer

Postleitzahl, Wohnort

Ich wünsche durch meine behandelnde Ärztin / meinen behandelnden Arzt die folgenden Leistungen auf privatärztlicher Basis in Anspruch zu nehmen. Diese werden auf Grundlage der amtlichen Gebührenordnung für Ärzte (GOÄ) wie im Folgenden aufgeführt berechnet.

Table with 5 columns: Leistung, GOÄ-Ziffer, Faktor, Einzelbetrag [€], Betrag [€] aller erforderlichen Folgeleistungen. Includes rows for 'Audiometrische Untersuchung beider Ohren' and 'Gesamtkosten (inklusive Sachleistungen)'.

Mir ist bekannt, dass die Leistungen in diesem Fall nicht zum Leistungskatalog meiner gesetzlichen Krankenkasse gehören und daher die Kosten von meiner Krankenkasse nicht (auch nicht teilweise) übernommen oder erstattet werden können.

Diese Vereinbarung schließe ich auf eigenen Wunsch nach umfassender und verständlicher Aufklärung über Art und Umfang der Leistung, ihren Nutzen und eventuelle Risiken sowie ggf. erforderlichen Folgeleistungen.

Mir wurde ausreichend Zeit vor Zustimmung und Inanspruchnahme gegeben. Ein Exemplar dieser Vereinbarung habe ich erhalten.

Ort, Datum Unterschrift Patient / gesetzlicher Vertreter

Ort, Datum Unterschrift aufklärender Arzt

Quittung

Die o.g. Leistungen wurde vollständig erbracht am _____

Betrag [] dankend erhalten [] wird in Rechnung gestellt Beachte dazu Hinweise auf Seite 2 und die gesonderte Einverständniserklärung

Handzeichen





Informationen zu individuellen Gesundheitsleistungen (IGeL)

nach § 18 Abs. 8 Nr 2 des Bundes-MantelVertrages für Ärzte (BMV-Ä)

Individuelle Gesundheitsleistungen, sogenannte IGeL, sind **ärztliche Leistungen**, die **auf Wunsch der Patienten gegen Selbstzahlung** erfolgen und **nicht im Leistungskatalogs der gesetzlichen Krankenkassen (GKV)** beinhaltet sind. Diese Leistungen reichen über das gesetzlich definierte Maß einer ausreichenden und notwendigen Patientenversorgung hinaus.

Die Entscheidung für oder gegen eine IGeL treffen Sie alleine!

Wir beraten Sie gerne ausführlich zu Nutzen, Methodenwahl, Wirksamkeit, eventuellen Risiken, Kosten sowie evtl. kostenträchtige Folgeuntersuchungen oder –leistungen.

Informieren Sie sich rechtzeitig vor der geplanten Inanspruchnahme, damit Sie sich **ausreichend Zeit für Ihre Entscheidung nehmen** können.

Ein Teil der gesetzlichen Krankenkassen stellt ihren Mitgliedern mittlerweile Kosten(teil)erstattungen für bestimmte zusätzliche Leistungen in Aussicht. Erkundigen Sie sich daher bitte im Zweifel bei Ihrer Krankenkasse. Wir weisen Sie jedoch ausdrücklich darauf hin, dass sie bei einer IGeL keinen Anspruch auf eine Kostenerstattung haben. Abweichende Einzelfallentscheidungen liegen alleine im Ermessen Ihrer zuständigen Krankenkasse. Im Falle einer Zusage zur Kosten(teil)übernahme empfehlen wir Ihnen, sich den Umfang einer eventuellen Erstattung schriftlich bestätigen zu lassen.

Möchten Sie nach ausreichender Bedenkzeit eine individuelle Gesundheitsleistung in Anspruch nehmen, dann geben Sie bitte den **rückseitig aufgeführten Behandlungsvertrag** vor der Inanspruchnahme unterschrieben ab. Dieser beinhaltet eine Auflistung aller medizinischen Einzelleistungen, die voraussichtlichen Gesamtkosten entsprechend der gültigen Gebührenordnung für Ärzte (GOÄ), evtl. Sachkosten, Erklärung über Ihre Zustimmung zur IGeL und den Hinweis auf die private Honorierung mangels der Leistungspflicht der GKV. Eine Kopie des unterschriebenen Vertrages werden wir Ihnen für Ihre Unterlagen aushändigen.

Nach erfolgter Leistung erhalten Sie eine Rechnung über unsere ärztlichen Leistungen, die Sie unabhängig von eventuellen Kosten(teil)erstattungen Ihrer Krankenkasse (s.o.) in voller Höhe begleichen müssen. Die Kosten für ggf. erforderliche Sachkosten fallen separat an (z.B. Impfstoffe, die wir Ihnen auf Privatrezept verordnen und in einer Apotheke eingereicht und bezahlt werden müssen).

Weitere Informationen zu IGeL finden Sie auch im Internet, u.a. unter:

- Bundesministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz (www.bmelv.de)
- Bundesärztekammer (www.baek.de)
- Verbraucherzentrale (www.verbraucherzentrale.de)

Hinweise zur Rechnungsstellung

(gemäß DSGVO)

Sie haben gewünscht, für die rückseitig aufgeführten Leistungen eine Rechnung zu erhalten. Die Rechnungsstellung erfolgt in unserem Auftrag über die Ärztliche Verrechnungsstelle Büdingen GmbH (büdingenmed, ehem. pvsbüdingen), Gymnasiumstraße 18-20, 63654 Büdingen.

Zu diesem Zweck ist es erforderlich, patientenbezogene Daten an diese Stelle übermitteln, insbesondere Namen, Anschrift, Geburtsdatum sowie Behandlungsdaten. Hierzu benötigen wir Ihr Einverständnis (auf einer gesonderten Einverständniserklärung der Verrechnungsstelle). Wir werden diese Einverständniserklärung nur für den umseitig aufgeführten Vorgang verwenden.

Sie haben gemäß Art. 7 Abs. 3 DS-GVO das Recht, diese Einwilligung jederzeit gegenüber uns zu widerrufen, sofern die Daten noch nicht übermittelt wurden. Die Datenübermittlung erfolgt jeweils am Monatsende des Monats, in dem die Leistungen erfolgen.

Darüber hinaus haben Sie folgende Rechte:

- gemäß Art. 15 DS-GVO Auskunft über Ihre von uns verarbeiteten personenbezogenen Daten zu verlangen.
- gemäß Art. 16 DS-GVO unverzüglich die Berichtigung unrichtiger oder Vervollständigung Ihrer bei uns gespeicherten personenbezogenen Daten zu verlangen;
- gemäß Art. 17 DS-GVO die Löschung Ihrer bei uns gespeicherten personenbezogenen Daten zu verlangen, soweit nicht die Verarbeitung zur zur Erfüllung einer rechtlichen Verpflichtung erforderlich ist;
- gemäß Art. 18 DS-GVO die Einschränkung der Verarbeitung Ihrer personenbezogenen Daten zu verlangen, soweit die Richtigkeit der Daten von Ihnen bestritten wird, die Verarbeitung unrechtmäßig ist, Sie aber deren Löschung ablehnen und wir die Daten nicht mehr benötigen, Sie jedoch diese zur Geltendmachung, Ausübung oder Verteidigung von Rechtsansprüchen benötigen oder Sie gemäß Art. 21 DSGVO Widerspruch gegen die Verarbeitung eingelegt haben;
- gemäß Art. 20 DS-GVO Ihre personenbezogenen Daten, die Sie uns bereitgestellt haben, in einem strukturierten, gängigen und maschinenlesebaren Format zu erhalten oder die Übermittlung an einen anderen Verantwortlichen zu verlangen;
- gemäß Art. 21 DS-GVO Widerspruch gegen die Verarbeitung Ihrer personenbezogenen Daten einzulegen, soweit dafür Gründe vorliegen, die sich aus Ihrer besonderen Situation ergeben und
- gemäß Art. 77 DS-GVO sich bei einer Aufsichtsbehörde zu beschweren. In der Regel können Sie sich hierfür an die Aufsichtsbehörde Ihres üblichen Aufenthaltsortes oder Arbeitsplatzes oder unseres Verbandssitzes wenden.



Allgemeine Informationen zur Impfungen

Impfungen sind eine der wichtigsten Maßnahmen zum Schutz vor folgenschweren und ansteckenden Infektionskrankheiten. Dabei werden neben der geimpften Person selbst auch Mitmenschen geschützt, die aus verschiedenen Gründen (noch) nicht geimpft werden können oder durch schwere Erkrankungen zusätzlich anfällig sind. Aus diesem Grund ist es empfehlenswert, auch als Eltern, regelmäßig seinen Impfstatus überprüfen zu lassen.



Die heutigen modernen Impfstoffe sind dabei gut verträglich. Es zeigen sich meist nur leichte, kurz andauernde Nebenwirkungen in Form von Fieber, leichten Schmerzen oder Rötungen an den Impfstellen, sowie seltener Kopf- und Gliederschmerzen, Mattigkeit, Unwohlsein, Übelkeit oder Schwellung von Lymphknoten.

Darüberhinausgehende, länger andauernde Beschwerden oder gravierende Komplikationen sind sehr selten. Häufig wird der Ärzteschaft vorgeworfen, dass sie diese verschweigen würde: Als Ärzte sind wir jedoch gesetzlich verpflichtet, eine mögliche Impfkomplication zu melden - eine Pflicht, der wir in unserer Praxis sehr gewissenhaft nachkommen.

Eine Impfpflicht besteht in unserem Land nicht. Über die jeweils bei Ihrem Kind anstehenden, öffentlich und von uns empfohlenen Impfungen informieren wir Sie gerne und ausführlich bei den regelmäßigen Vorsorgeterminen.

Dieses erfolgt rechtzeitig im Voraus, so dass Sie ausreichend Zeit haben, sich über diese Maßnahmen Gedanken zu machen bzw. weitere Informationen einzuholen.

Selbstverständlich stehen wir Ihnen bei Fragen gerne zur Verfügung.

Ausführlichere Informationen finden Sie auch hier:

www.impfen-info.de Impfinformationen der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung

www.rki.de Impfungen A-Z, Informationen des Robert-Koch Instituts

www.kinderärzte-im-netz.de

Für das gesamte Praxisteam

Künzell, Juli 2018

Dr. med. Benedikt J. Pircher

Facharzt für Kinder- und Jugendmedizin
Kindergastroenterologe





Spitzenverband der
landwirtschaftlichen
Sozialversicherung



Verband der Ersatzkassen e. V. (vdek)

- BARMER GEK
- Techniker Krankenkasse
- DAK-Gesundheit
- KKH-Allianz
- HEK-Hanseatische Krankenkasse
- hkk



Bundeszentrale
für
gesundheitliche
Aufklärung



Berufsverband der
Kinder- und Jugendärzte e.V.



Kassenärztliche
Bundesvereinigung
Körperschaft des öffentlichen Rechts

Liebe Eltern,

im Alltag ist das Kind jetzt selbstständiger, verständiger, geschickter und sicherer. Es ist bald schulreif! Die Aufmerksamkeit kann zwar besser gesteuert werden, aber die Anforderungen an Wahrnehmung und Konzentration im Verkehr können noch nicht erfüllt werden. Daher lauert jetzt im Straßenverkehr die größte Unfallgefahr!

Unfälle sind die größte Gefahr für Leben und Gesundheit Ihres Kindes. Durch einfache Maßnahmen lassen sich die meisten Unfälle vermeiden. Unfallschwerpunkte in diesem Alter sind:

- Verkehrsunfälle
- Ertrinken
- Verletzungen bei Sport und Spiel

Spätestens jetzt sollte Ihr Kind das Schwimmen lernen und beim Radfahren sicherer werden. Üben Sie mit Ihrem Kind weiter richtiges Verhalten im Straßenverkehr und zeigen Sie ihm vor der Einschulung den sichersten Schulweg. Bedenken Sie für Ihr eigenes Fahrverhalten: Der Bremsweg bei 50km/h beträgt 33m!

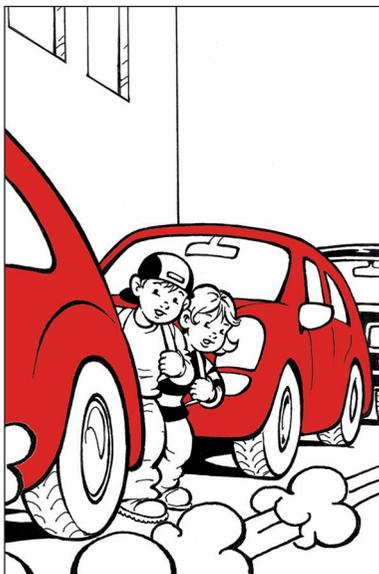
Bei allen Fragen und Unsicherheiten in der Betreuung Ihres Kindes wenden Sie sich vertrauensvoll an Ihre(n) Kinder- und Jugendärztin oder -arzt.

Mit freundlicher Empfehlung



Weitere Informationen:
www.kinderärzte-im-netz.de
www.kindersicherheit.de
www.BZgA.de

Verkehrsunfälle als Fußgänger



Vorbeugung

Üben Sie das richtige Verhalten im Verkehr als Fußgänger: beim Überqueren der Straße nacheinander nach links, rechts, links schauen und Blickkontakt mit Autofahrern aufnehmen! Nicht zwischen parkenden Autos auf die Straße treten, Schulweg üben: nicht den kürzesten, sondern den sichersten Weg wählen.

Verkehrsunfälle als Mitfahrer



Vorbeugung

Transportieren Sie Ihr Kind nur in geprüften, altersgemäßen Kindersitzen (ECE-Gruppe II/III) mit Rückenlehne und Kopfstütze. Der Anschnallgurt soll eng am Körper des Kindes anliegen. Kinder immer auf der Gehwegseite aussteigen lassen. Lassen Sie Ihr Kind im Auto nie allein!

Ertrinken



Vorbeugung

Vor der Einschulung soll Ihr Kind Schwimmen lernen. Die Baderegeln der DLRG sind zu beachten.

Verletzungen bei Sport und Spiel



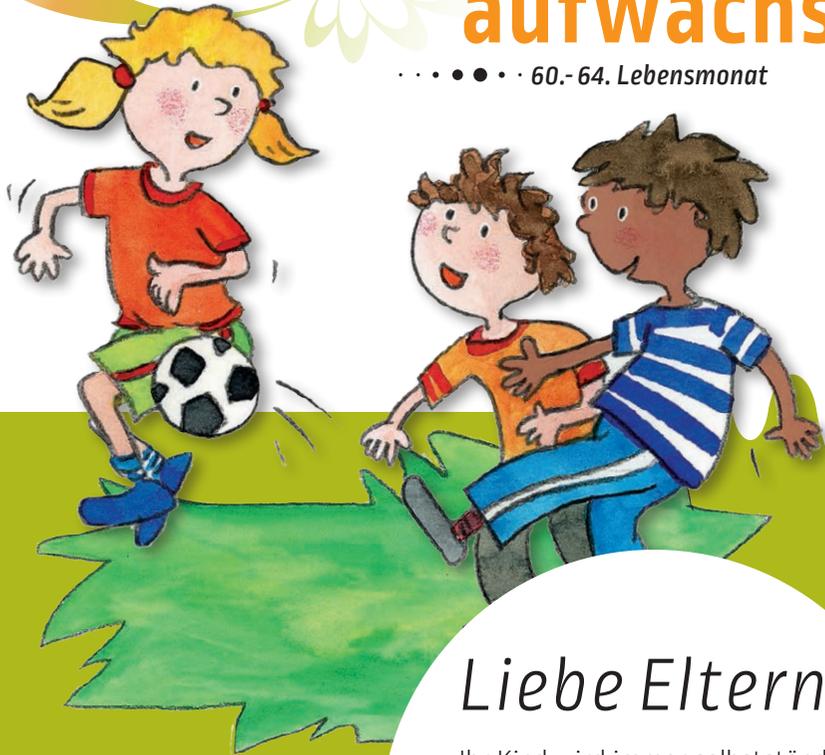
Vorbeugung

Beim Sport (z.B. Inline-Skating, Skifahren, Reiten) stets komplette, dem Sport angemessene Schutzausrüstung tragen (z.B. Helm, Protektoren). Achten Sie auf sicheres Sport- und Spielgerät sowie auf eine sachgerechte Aufstellung (z.B. Schaukel, Trampolin).

U9

Seelisch gesund aufwachsen

••••• 60.-64. Lebensmonat



Liebe Eltern,

Ihr Kind wird immer selbstständiger. Begleiten Sie es auf seinem Weg und bieten Sie ihm einen sicheren Hafen, in dem es sich geliebt und respektiert fühlt.

Hier geht's
zum Film



Ihr Kind möchte seine Erlebnisse und Fragen mit Ihnen teilen. Dazu werden gemeinsame Zeiten benötigt, etwa die Mahlzeiten, Spaziergänge oder die Zeit vor dem Einschlafen. Alles, was Ihr Kind anspricht, ist wichtig. Dabei macht es die Erfahrung, dass es nicht auf alle Fragen eine Antwort gibt.

•••••
Der Austausch mit anderen Menschen hilft Kindern, Zusammenhänge zu erkennen und sich eine Meinung zu bilden. Kinder sind stolz und glücklich, wenn sie sich verstanden fühlen und selbst etwas verstehen.



„Hör mir zu und diskutiere mit mir.“



„Ich will mit dir über meine Ängste und Probleme sprechen.“



Konflikte, schlechte Träume oder Medien-
eindrücke können Ängste auslösen. Nicht
immer äußert Ihr Kind, dass es beunruhigt
ist. Manchmal will es Sie schonen oder
traut sich nicht, vorhandene Probleme
anzusprechen. Wenn Sie den Eindruck
haben, dass Ihr Kind etwas bedrückt, spre-
chen Sie es an. Zeigen Sie Verständnis für
seine Sorgen und versichern Sie ihm, dass
es damit nicht alleine ist.

•••••
Ängste gehören zur gesunden Entwicklung. Sie machen auf Gefahren aufmerksam und spornen an. Ängste können auch lähmen und blockieren. Häufig benötigen Kinder Unterstützung beim Umgang mit ihren Ängsten. Das Überwinden der Ängste stärkt das Selbstbewusstsein.

Anregende Aktivitäten und ausreichend freie Zeit sind für Ihr Kind wichtig. Fragen Sie nach seinen Wünschen und berücksichtigen Sie seine Interessen, auch wenn diese nicht immer Ihren Vorstellungen entsprechen. Finden Sie gemeinsam heraus, wo die Stärken Ihres Kindes liegen.

.....
Kreative Aktivitäten fördern Selbstvertrauen und Selbstwertgefühl. Neben geplanten Aktivitäten brauchen Kinder Zeit, in der sie selbst bestimmen, was sie tun.

„Ich will machen, was ich mag und was ich gut kann.“



Es gibt vieles, das Ihr Kind glücklich macht. Dazu gehören besonders das Zusammensein mit der Familie oder Freunden und der Freiraum zum Spielen. Auch der Aufenthalt in der Natur und die Begegnung mit Tieren machen Ihr Kind glücklich.

.....
Gemeinsame schöne Erlebnisse und Glücksmomente machen Kinder stark und widerstandsfähig. Das ist eine gute Basis, um auch in schwierigen Situationen zurechtzukommen.



„Oft bin ich richtig glücklich.“



„Ich will mich viel bewegen und mich mit anderen vergleichen.“



Ihr Kind braucht viel Bewegung. Es hat Freude daran, sich beim Sport und im Spiel mit anderen zu messen. Sportvereine und Freizeiteinrichtungen bieten dafür vielfältige Möglichkeiten. Besonders attraktiv sind gemeinsame Aktivitäten, an denen Sie und Ihr Kind Spaß haben.

.....
Im Wettstreit mit anderen lernen Kinder, mit Erfolg und Niederlage umzugehen. Bewegung steigert das Wohlbefinden und hilft, Stress abzubauen.

„Ich gehe meinen eigenen Weg.“



Auf dem Weg zu mehr Selbstständigkeit trifft Ihr Kind immer mehr eigene Entscheidungen. Vertrauen Sie ihm und begleiten Sie es auf seinem Weg – das stärkt sein Selbstvertrauen.

Die wachsende Eigenständigkeit Ihres Kindes eröffnet Ihnen zunehmend Freiräume für Ihre persönlichen und beruflichen Interessen, Ihre Partnerschaft und Freundschaften.

.....
Je älter die Kinder werden, umso mehr verfolgen sie ihre eigenen Ziele. Es ist normal, wenn es dabei hin und wieder zu Konflikten kommt. Wichtig ist, die zunehmende Selbstständigkeit der Kinder zuzulassen.

Auch die Eltern haben mehr Zeit für ihre Interessen. Die Kinder profitieren davon, wenn die Eltern nicht immer nur für sie da sind, sondern auch auf sich achten und für sich sorgen.

bvkJ.

Berufsverband der
Kinder- und Jugendärzte e.V.



Mo-Fr: 9-11 Uhr
Di+Do: 17-19 Uhr

unterstützt durch die
Deutsche Telekom



Ansprechpartner für Ihre Fragen sind Ihre
Ärztinnen und Ärzte für Kinderheilkunde und
Jugendmedizin vor Ort. Informationen unter
www.kinderaerzte-im-netz.de

Beratungsangebote für Eltern:
Anonym und kostenlos!
Bei kleinen Sorgen.
In schwierigen Situationen.

Das Elternportal der Bundeszentrale für gesundheitliche
Aufklärung (BZgA) zum gesunden Aufwachsen von Kindern
mit vielen Tipps für den Alltag



Alle Filme zu den Elterninformationen
Seelisch gesund aufwachsen
finden Sie hier:

<https://seelisch-gesund-aufwachsen.de>

Die Filme stehen auf der Website
auch in den folgenden Sprachen
zur Verfügung:

- Arabisch
- Englisch
- Französisch
- Russisch
- Türkisch

Hier geht's
zum Film



Diese Elterninformationen sind ein Gemeinschaftsprojekt von:



Techniker Krankenkasse (TK) BARMER
DAK-Gesundheit IKH Kaufmännische Krankenkasse
hkk - Handelskrankenkasse HEK - Hanseatische Krankenkasse



Impressum

Herausgeber:
Verband der Ersatzkassen e. V. (vdek)

Idee & Konzeption:
Deutsche Liga für das Kind

Design & Illustration:
Kai Herse & Anke am Berg

Anschrift:
Verband der Ersatzkassen e. V.
Askanischer Platz 1
10963 Berlin

Finanzierung durch:
- vdek
- AOK-Bundesverband
- BKK
- IKK e. V.
- KNAPPSCHAFT
- SVLFG

Fotos:
Eva Radünzel, Darja Pilz, Anja Hansmann

info@vdek.com
www.vdek.com

Druck:
KERN GmbH
In der Kolling 7
66450 Bexbach

Mit freundlicher Empfehlung

Hier geht's
zum Film