

Tagesablauf



Morgens aufwachen/aufstehen

Fertig machen, anziehen, ins Bad gehen

Übergang aus dem Haus

Ankommen in der Kita/Schule

Schule/Kindergarten/alternativ: Vormittag zuhause

Übergang von Kita/Schule nach Hause

Mittagessen

Hausaufgaben

Aktivitäten am Nachmittag

Abendessen

Zeit zwischen Abendessen und Ins-Bett-Gehen

Fertig machen fürs Bett

Einschlafen

Das war ein Blick in euren Alltag. Doch welche Erlebnisse gibt es noch, die aus Sicht deines Kindes herausfordernd sein könnten?

Arztbesuche

Einkaufen im Supermarkt

Kleidung anprobieren und aussuchen

Friseurtermin

Besuch bei Oma/Opa

Wechsel/Übergabe bei getrennt lebenden Eltern

Etwas Unvorhersehbares passiert

Verabredungen mit Freund*innen

Kindergeburtstage

Sonstiges