



## Mithelfen gehört zum Großwerden

### ERGÄNZUNG | EMPFEHLUNGEN VON AAP UND AACAP

## Alltag

als Gelegenheit zum  
Lernen und Mitgestalten

### Quellentyp:

Fachempfehlungen.

Keine eigene  
Interventionsstudie und  
keine Empfehlung eines  
bestimmten Programms.

Auch amerikanische Fachgesellschaften greifen die Beteiligung an Haushaltstätigkeiten auf. Sie passt zu einem Familienalltag, in dem Kinder Verantwortung erproben und sich als Teil der Gemeinschaft erleben können.

### **AAP: Aufgaben in den Familienalltag einbauen**

Der **Bright Futures Pocket Guide** der American Academy of Pediatrics (4. Auflage, 2017) empfiehlt bei den Vorsorgen für Fünf- und Sechsjährige, familiäre Routinen fortzuführen und Haushaltsaufgaben zu übertragen. Die Empfehlung steht im Bereich Entwicklung und psychische Gesundheit.

### **AACAP: Selbstständigkeit schrittweise ermöglichen**

Die American Academy of Child and Adolescent Psychiatry beschreibt mögliche Vorteile früher Mithilfe: Verantwortungsübernahme, Selbstwert und den Umgang mit Frustration. Ihr Informationsblatt nennt bereits für kleine Kinder passende Aufgaben und betont überschaubare Anforderungen, Routinen und positive Rückmeldungen.

### **So lässt sich der Gedanke mit FamilienErgo umsetzen**

- **Gemeinsam beginnen:** Einen kleinen Teil einer echten Aufgabe übernehmen lassen, etwa Servietten verteilen.
- **Erfolge ermöglichen:** Aufgabe und Unterstützung am Entwicklungsstand des Kindes ausrichten.
- **Den Beitrag sichtbar machen:** Rückmelden, was die Mithilfe für die Familie bewirkt hat.

Diese Beispiele sind praktische Anregungen zum FamilienErgo-Ansatz. Die Empfehlungen enthalten keine eigenen Stichprobengrößen oder statistischen Effektmaße und erlauben keine Aussage über die Wirksamkeit eines bestimmten Programms.

### **Quellen & Weiterlesen**

Hagan JF, Shaw JS, Duncan PM (Hrsg.). Bright Futures Pocket Guide. 4. Auflage. AAP, 2017; Abschnitt „5 and 6 Year Visits“. AACAP: Chores and Children, Facts for Families Nr. 125, Juni 2018.

[AAP: Bright Futures Pocket Guide \(Original-PDF\)](#)

[AACAP: Chores and Children \(Originalseite\)](#)