

Seite 2

Religiöse Erziehung
Ein Kreuz aufs Köpfchen

Seite 3

Eltern-Kind-Gruppen
Kontakt zu anderen

Seite 4

Essen für Babys
Für Leib und Seele

Liebe Eltern,

als unsere Lara damals drei Monate war, überredete mich meine Freundin Sandra zu einem Stadtbummel: „Wie früher. Du wolltest doch sowieso zur Taufe ein nettes Kleid kaufen.“ Meine Mutter freute sich darauf, Lara als erste Babysitterin zu versorgen – alles super einfach. Trotzdem war ich aufgeregt. Endlich wieder Freiheit spüren, shoppen und in einem Café ungestört über alles und jeden schwätzen, wunderbar! Wie früher eben.

Dann ist der verabredete Tag da. Lara ist gut gelaunt, das Wetter schön. Fröhlich ziehen Sandra und ich los. Natürlich hat Mama meine Handynummer, „für alle Fälle“. Alle Viertelstunden schaue ich nach. Alles klar mit Lara? Und bei der ersten Gelegenheit – wir genehmigen uns gerade Kaffee und Kuchen – rufe ich an. Von der Toilette aus; Sandra muss ja nicht merken, dass ich Laraweh habe. Mit der Kleinen ist alles okay, sie hat die abgepumpte Milch aus der Flasche akzeptiert. Mama ist klasse! Trotzdem. Mich zieht's zu Lara. Ich habe keine Lust mehr auf hippe Mode oder aufs Ratschen über „das Leben“. Mein Leben ist gerade besetzt von einem süßen, knuffigen Baby. Für die Taufe finde ich schon irgendwas im Schrank.

Sandra, die Kinderlose, schaut verständnislos, als ich von der Toilette zurückkomme und mit entschlossener Miene für uns beide zahle. „Doch, es hat mir gefallen. Aber ...“

Beate Dahmen

Beate Dahmen

**WENN BABYS SPRECHEN LERNEN**

Auf dem Weg zur Muttersprache

Wenn sie sich selbst bei einem alltäglichen Dialog mit ihrem Baby beobachten könnten, wären viele Erwachsene peinlich berührt. Diese künstlich gehobene Stimme, die singsang-artige Betonung, endlos wiederholte kurze Sätze, dazu die weit aufgerissenen Augen und das übertriebene Mienspiel – eine einzige Karikatur? Hoffnungslos kindisch? Von wegen: Tatsächlich beweist die „Ammensprache“ (oder moderner: der „Babytalk“), in die Erwachsene und sogar Kindergartenkinder im Gespräch mit Babys unwillkürlich verfallen, wie gründlich die Natur sie auf ihren Job als Sprachlehrerinnen und Sprachlehrer der Kleinsten vorbereitet hat.

Denn ihre Übertreibungen sind ideal an das Aufnahmevermögen von Babys angepasst. Gebannt schauen sie ihren Eltern auf die Lippen, betasten sie vielleicht sogar, als wollten sie die Entstehung dieser Laute genauestens untersuchen. Und schon nach wenigen Wochen gurgeln, glucksen oder fallen sie die ersten Antworten.

Diese ersten Dialoge machen Babys (und ihren Eltern) nicht nur Freude; sie haben auch

handfeste Konsequenzen. „Unnütze“ Laute aus fremden Sprachen, die Neugeborene noch unterscheiden und bilden könnten, verschwinden allmählich. Dafür entdecken Eltern in Babys Gebrabbel manchmal typische Betonungsmuster ihrer Muttersprache, die zum Beispiel Zorn oder Trost ausdrücken. Und auch wenn sie noch kein Wort verstehen, die Tonart begreifen die Winzlinge oft schon sehr gut – und fangen an zu weinen, wenn die verärgerte Mama die große Schwester zusammenstaucht.

Auf Babys erstes „richtiges“ Wort müssen Eltern zwar noch ein halbes oder auch ein ganzes Jahr warten. Aber das Tolle daran ist: Ihr Kind erreicht dieses Etappenziel und verinnerlicht in den folgenden vier, fünf Jahren das riesige, komplizierte System „Deutsch“, ohne dass es selbst und seine Eltern dazu irgendeinen erkennbaren Lern- oder Lehraufwand betreiben müssten! Das Einzige, was es dazu braucht, sind Menschen, die sich intensiv mit ihm beschäftigen und über die gemeinsamen Erlebnisse mit ihm sprechen. Dann versteht es nach und nach ganz von alleine, was „Ball“, „lecker“ und „Müllauto“ bedeuten. ■

ZWEISPRACHIGE FAMILIEN

In Deutsch und Türkisch baden

Manche Kinder haben nicht nur eine Mutter-, sondern auch eine Vatersprache. Hier spricht die Mutter Deutsch und der Vater

Türkisch, da die Mutter Französisch und der Vater Deutsch. Mitunter sprechen sogar beide Eltern Griechisch oder Persisch, ihr Kind soll aber in Kiel oder Konstanz aufwachsen und deshalb Deutsch lernen. Wie auch immer: Entgegen der verbreiteten Befürchtung, am Ende werde das Kind „keine Sprache richtig“ erlernen, betont die Bildungswissenschaft heute eher die Chancen solcher Familienverhältnisse.

Denn: Kinder, die mit zwei Sprachen aufwachsen, bewältigen diese Herausforderung oft mühelos. Vorausgesetzt, sie können in beiden Sprachen gleichermaßen „baden“, das heißt: Mutter und Vater (und die Großeltern) einigen sich auf eine „Verkehrssprache“ am Familientisch, benutzen im Umgang mit dem Kleinen sonst aber konsequent ihre jeweilige Herkunftssprache. Ideale „Lehrpersonen“ für eine zweite Sprache sind

auch andere Kinder, vor allem in der Kita, oder eine fremdsprachige Erzieherin, die mit ihren Schützlingen nur Englisch, Französisch, Polnisch ... spricht. Wenig Sinn machen dagegen Spielgruppen, in der die Kleinen einmal pro Woche englische Lieder und Reime erlernen, oder gar mediale Lernprogramme. Den Kontakt zu einem anderssprachigen Menschen, der dem Kind wichtig ist, können sie nicht ersetzen. ■



Eltern, die mehr über dieses Thema erfahren möchten, finden gute Informationen und Tipps im Internet unter www.zweisprachigkeit.net

RELIGIÖSE ERZIEHUNG

Ein Kreuz auf das Köpfchen

Dem Teddy und dem Mond gute Nacht sagen, die Vorhänge zuziehen, ein Gute-Nacht-Kuss, ein Schlaflied: Mit solchen Ritualen versuchen Eltern, ihr Baby sanft in die Nacht zu begleiten. Viele machen dazu noch ein Kreuzzeichen auf seine Stirn, unterstützt von einem kurzen Stoßgebet: „Sei behütet!“ oder „Gott schütze dich.“

Nichts als Hokusfokus? Natürlich verstehen Babys jetzt noch nicht, was ihre Eltern ihm da versichern: „Gott hat dich ganz, ganz lieb!“ Und noch weniger kennt es die Bedeutung des Kreuzes, das sie ihm auf die Stirn zeichnen. Aber umso mehr haben die Kleinsten feine Antennen für Stimmungen, die andächtige Atmosphäre, die in diesem Moment den Alltag durchbricht. Und mit der Zeit wird es mehr und mehr spüren und verstehen, was hier passiert: dass seine Eltern nämlich den Raum öffnen für ein grundlegendes Geheimnis, für etwas, das größer ist als sie selbst, dem sie sich und ihr Kind vertrauensvoll überlassen und bei dem es sich geborgen fühlen darf.

Auf diesem Fundament kann religiöse Erziehung später aufbauen: dem Ur-Vertrauen, willkommen, gehalten und geborgen zu sein. Diese Gewissheit schenken Väter und Mütter ihren Kindern nicht nur, wenn sie bewusst und gezielt religiös erziehen. Vielmehr ist der Anfang ganz schlicht Beziehung; im einfachen Da-Sein

und in der zuverlässigen Erfüllung ihrer alltäglichen Bedürfnisse lassen Eltern das Ur-Vertrauen ihrer Kinder wachsen. Ihre Anwesenheit und ihre Zuwendung ist für die Kleinen gleichsam die personifizierte Gotteserfahrung. Rituale wie das Kreuzzeichen oder kurze Gebete fassen diese Erfahrung zusätzlich in Bilder und Worte und laden später zu Nachfragen und Erklärungen ein.

Gut deshalb, wenn Mütter und Väter sich und ihren Babys im Tagesablauf öfter mal solche Unterbrechungen gönnen, in denen die Kinder

- zur Ruhe finden,
- Liebe und Zärtlichkeit erfahren,
- Halt und Geborgenheit spüren.

Die emotionale Bedeutsamkeit dieser Gesten und Worte erfassen Babys schnell. Und schon bald werden sie sie wiedererkennen und ihre Eltern durch ihre freudige Reaktion darin bestärken. ■

Edelsteinmomente

Liebe Chaoten

Abends, wenn die Zwillinge (vier Monate alt) fest schlafen, schleiche ich noch einmal ins Kinderzimmer und schaue den kleinen Chaoten ein paar Minuten lang beim Schlafen zu. Und spüre, wie sie mit jedem Atemzug ein Stück Erinnerung an die Anstrengungen tagsüber ausradieren.

Julia, 27

ELTERN-KIND-GRUPPEN

Kontakt zu anderen

Für viele junge Eltern es fast „selbstverständlich“ mit ihren Babys ein Eltern-Kind-Gruppenangebot zu besuchen. Während Krabbelgruppen, PEKiP (Prager Eltern Kind Programm), Babymassage und ähnliche Angebote vor Corona nur in Präsenz stattfanden, hat sich das Angebotsformat durch die Pandemie gewandelt. Immer mehr Familienbildungsstätten bieten Online-Kurse über das Internet an, wenn es nicht möglich ist, sich vor Ort zu treffen. So funktioniert der Austausch auch digital, beispielsweise per Livestream oder Video-Call. Manche Eltern fragen sich, ob Kinder im Alter zwischen drei bis fünf Monaten überhaupt solche Gruppen brauchen und wozu oder wofür die Angebote gut sind.

„Ganz junge Babys brauchen vielleicht (noch) keine Spielkameraden“, sagt Konni Faber, Leiterin der katholischen Familienbildungsstätte e. V. in Simmern. „Aber Kindern und Eltern tut es gut, über eine längere Zeit in eine Gruppe hineinzuwachsen und mit den anderen Kindern vertraut zu werden. Viele gehen später dann auch zusammen in die Kita und sogar in die Schule.“ Vorerst genießen die Kinder in der Gruppe vor allem die intensive Nähe zu Mama oder Papa. Und die ist sowohl bei virtuellen als auch bei Vor-Ort-Gruppen gegeben. Bei den Treffen nimmt die Bezugsperson sich Zeit fürs Baby und kann Impulse, Anleitungen und Anregungen für kindgerechte Spiele, Lieder, Massagen und Berührungen aufnehmen. All

das unterstützt die Bindung und fördert die Beziehung von Eltern und Kind.

Jungen Eltern tut es gut, sich mit anderen Familien auszutauschen. Es hilft zu hören, dass andere vor ähnlichen Fragen stehen. „Eltern können ihre Unsicherheiten und Fragen ansprechen. Sie werden durch qualifizierte und erfahrene pädagogische Kursleiterinnen begleitet, die ein offenes Ohr haben und fachkompetent beraten können“, betont Konni Faber.

Die Kursleiterin ist achtsam und wertschätzend und entschärft die Versuche mancher Eltern, die Kinder miteinander zu vergleichen. Maria dreht sich schon auf den Bauch, Paula schläft durch, Lukas hat zwei Zähne: Solche beiläufigen Erwähnungen nähren bei manchen Eltern die Sorge, ihr Kind entwickle sich nicht optimal. Im Kurs macht die Leiterin klar: Kein Kind ist wie das andere und entwickelt sich in seinem eigenen Rhythmus.

Seit immer mehr Väter ihre „Partnermonate“ in der Elternzeit wahrnehmen, nehmen auch Väter gern an Eltern-Kind-Gruppenangeboten teil. „Viele junge Familien lösen das ganz flexibel: Wer Zeit hat, kommt, manchmal auch die Oma“, berichtet Konni Faber. Für Familien mit ganz engem Terminkalender haben manche Familienbildungsstätten, Elternschulen, Hebammenpraxen, Familien- und Mütterzentren sogar Gruppen an den Wochenenden eingerichtet. ■



Atempause

An meinen Schutzengel

Den Namen weiß ich nicht.

Doch du bist einer
Der Engel aus dem himmlischen Quartett,
Das einstmals,
als ich kleiner war und reiner,
Allnächtlich Wache hielt an meinem Bett.

Wie du auch heißt –
seit vielen Jahren schon
Hältst du die Schwingen über mich gebreitet
Und hast,
der Toren guter Schutzpatron,
Durch Wasser
und durch Feuer mich geleitet.

Du halfst dem Taugenichts,
als er zu spät
Das Einmaleins der Lebensschule lernte.
Und meine Saat,
mit Bangen ausgesät,
Ging auf und wurde unverhofft zur Ernte.

Seit langem
bin ich tief in deiner Schuld.
Verzeih mir noch die eine – letzte – Bitte:
Erstrecke deine himmlische Geduld
Auch auf mein Kind
und lenke seine Schritte.

Er ist mein Sohn.
Das heißt: er ist gefährdet.
Sei um ihn tags, behüte seinen Schlaf.
Und füg es,
daß mein liebes schwarzes Schaf
Sich dann und wann
ein wenig weiß gebärdet.

Gib du dem kleinen Träumer das Geleit.
Hilf ihm vor Gott
und vor der Welt bestehen.
Und bleib dir dann noch
etwas freie Zeit,
Magst du bei mir auch
nach dem Rechten sehen.

Mascha Kaléko

aus: In meinen Träumen läutet es Sturm.
© 1977 Deutscher Taschenbuch Verlag,
München

ESSEN FÜR BABYS

Für Leib und Seele



Die allermeisten Babys erleben in diesen Wochen eine Premiere. Nachdem sie bisher ausschließlich Muttermilch oder Babynahrung aus dem Fläschchen bekamen, brauchen sie nach einem knappen halben Jahr zum Wachsen und Gedeihen mehr (sagen Ernährungswissenschaftler und Kinderärzte). Also tischen Mama und Papa jetzt den ersten Brei auf.

Für die Großen wie für die Kleinen bringt das einige Mühe mit sich. Die einen müssen sich an festere Kost, neue Geschmacksnoten und andere Mundbewegungen beim Essen vom Löffel gewöhnen. Die anderen müssen sich über die „richtigen“ Zutaten, ihre

Zubereitung und/oder die Qualitäten von „Gläschenkost“ und anderen Fertigprodukten schlau machen. (Alle wichtigen Informationen dazu finden Eltern in den Broschüren des Netzwerks Gesund ins Leben, www.gesund-ins-leben.de.)

Allerdings setzen die Empfehlungen der Ernährungsexperten, die Portionsgrößen in Rezepten und die Füllmengen von Babykost-Gläschen Eltern manchmal unnötig unter Druck. Denn schon bei den Kleinsten gibt es gute und weniger gute „Esserinnen und Esser“, die zum Sattwerden und Gedeihen unterschiedlich große Mengen an Nahrung brauchen. Und auch bei Babys schwankt der Appetit – genau wie bei Erwachsenen – je nach ihrer Aktivität. Statt ihr Kind mit List oder gar Druck zum Aufessen zu nötigen, richten Eltern sich also besser nach seinen Hunger- und Sättigungssignalen und achten vor allem auf eine gelöste Atmosphäre. Umso bereitwilliger wird es bei der nächsten Mahlzeit wieder zulangen.

Außerdem dürfen Eltern im Blick auf die Zukunft nicht vergessen: Essen ist mehr als Aufnahme von Kalorien und Nährstoffen. Am Esstisch erleben Familien Gemeinschaft, die allen Beteiligten Freude machen soll. Gut deshalb, wenn Väter und Mütter

- ihrem Baby Zeit lassen, falls es den ersten Brei verweigert. Vielleicht klappt's ja ein paar Tage später besser,

- Geduld wahren, wenn es mit den Fingern in den Brei patscht; das gehört zu seinem natürlichen Erkundungstrieb (und mit der Kamera lassen sich der Matscherei sogar lustige Erinnerungen abgewinnen),
- darauf vertrauen, dass ihr Baby selbst am besten weiß, was und wie viel es braucht.

Und noch eine wichtige Funktion haben die Mahlzeiten, gerade bei den Kleinsten: Sie gliedern den Tag. Morgens, gleich nach dem Aufwachen, gibt's eine Portion (Mutter-)Milch, nach der ersten Spielphase eine Banane, nach dem Mittagsschlaf einen dicken Milchbrei und abends, wenn Papa oder Mama nach Hause kommt, Gemüse mit Kartoffelpüree oder Nudeln. Alle diese Fixpunkte helfen Kindern, das eigene Leben besser zu überschauen und Vertrauen in wiederkehrende Abläufe zu gewinnen – vorausgesetzt, die Eltern halten sie zuverlässig durch (was gelegentliche Ausnahmen nicht ausschließt). Und das bedeutet auch: Vertrauen in das Leben. ■



Impressum

Herausgeber: AKF e.V., In der Sürst 1, 53111 Bonn, Tel. 0228/68 4478-16 (8–15 Uhr), info@elternbriefe.de, www.elternbriefe.de

Redaktion: Elisabeth Amrhein (Würzburg), Martin Bartsch (Köln), Beate Dahmen (Simmern), Hubert Heeg (Bonn), Dr. Petra Kleinz (Dortmund), Josef Pütz (verantwortlich; Mönchengladbach)

Die Texte der Elternbriefe basieren auf der Haltung und dem pädagogischen Ansatz von „Kess-erziehen“ (www.kess-erziehen.de).

Hinweis: In den Texten wechseln wir willkürlich zwischen der männlichen und der weiblichen Form und/oder verwenden geschlechtsneutrale Formulierungen; gemeint sind immer alle Geschlechter.

Fotos: iStock: vgajic (1), ZouZou (2), Carsarsa (4-1), floorje (4-2)

Illustration: Renate Alf

Gestaltung: kipponconcept gmbh, Bonn

Bonn, August 2022

Bestellung: www.elternbriefe.de/bestellen

Essen als Trost?

Die Versuchung ist groß: Wenn das Baby sich im Autositz oder Kinderwagen langweilt, wenn es sich weh getan hat oder beim Telefonieren stört, schafft das Fläschchen schnell Ruhe. Doch die Dauernuckelei hat fatale Folgen – Karies, Übergewicht und, vielleicht am schlimmsten: Auf die Dauer lernen Kinder so, Spannungen und Enttäuschungen durch Essen oder Trinken zu übertünchen. Sie ersetzen damit, was sie eigentlich brauchen: Zuwendung, Anregung, Trost.