

BIBLIOTHEK FÜRS LEBEN

KINDER- ENTWICKLUNG

So gelingt der Alltag in
jeder Altersphase



Unsere eBooks werden auf kindle paperwhite, iBooks (iPad) und tolino vision 3 HD optimiert. Auf anderen Lesegeräten bzw. in anderen Lese-Softwares und -Apps kann es zu Verschiebungen in der Darstellung von Textelementen und Tabellen kommen, die leider nicht zu vermeiden sind. Wir bitten um Ihr Verständnis.

Impressum

© eBook: 2022 GRÄFE UND UNZER VERLAG GmbH, Postfach 860366, 81630 München

© Printausgabe: 2022 GRÄFE UND UNZER VERLAG GmbH, Postfach 860366, 81630 München



GU ist eine eingetragene Marke der GRÄFE UND UNZER VERLAG GmbH, www.gu.de

Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck, auch auszugsweise, sowie Verbreitung durch Bild, Funk, Fernsehen und Internet, durch fotomechanische Wiedergabe, Tonträger und Datenverarbeitungssysteme jeder Art nur mit schriftlicher Genehmigung des Verlages.

Projektleitung: Nadine Windl
Lektorat: Margarethe Brunner
Bildredaktion: Nele Schneidewind
Covergestaltung: ki 36, München
eBook-Herstellung: Lea Stroetmann

 ISBN 978-3-8338-8294-4
1. Auflage 2022

Bildnachweis

Coverabbildung: Stocksy

Illustrationen: Michael Vestner über kombinatrotweis

Fotos: Forschung und Dokumentationsstelle Kind und Umwelt, CH Muri AG; Getty Images; GU/Stefanie Aumiller; iStock; Michael Draasch; Privat; Sandra Semburg; Stephanie Schweigert; Stocksy; Universitäts-Kinderspital Zürich

Syndication: www.seasons.agency

GuU 8-8294 07_2022_02

Unser E-Book enthält Links zu externen Webseiten Dritter, auf deren Inhalte wir keinen Einfluss haben. Deshalb können wir für diese fremden Inhalte auch keine Gewähr übernehmen. Für die Inhalte der verlinkten Seiten ist stets der jeweilige Anbieter oder Betreiber der Seiten verantwortlich. Im Laufe der Zeit können die Adressen vereinzelt ungültig werden und/oder deren Inhalte sich ändern.

Die GU-Homepage finden Sie im Internet unter www.gu.de



www.facebook.com/gu.verlag

GRÄFE
UND
UNZER

Ein Unternehmen der
GANSKE VERLAGSGRUPPE



LIEBE LESERINNEN UND LESER,

wir wollen Ihnen mit diesem E-Book Informationen und Anregungen geben, um Ihnen das Leben zu erleichtern oder Sie zu inspirieren, Neues auszuprobieren. Wir achten bei der Erstellung unserer E-Books auf Aktualität und stellen höchste Ansprüche an Inhalt und Gestaltung. Alle Anleitungen und Rezepte werden von unseren Autoren, jeweils Experten auf ihren Gebieten, gewissenhaft erstellt und von unseren Redakteur*innen mit größter Sorgfalt ausgewählt und geprüft.

Haben wir Ihre Erwartungen erfüllt? Sind Sie mit diesem E-Book und seinen Inhalten zufrieden? Wir freuen uns auf Ihre Rückmeldung. Und wir freuen uns, wenn Sie diesen Titel weiterempfehlen, in ihrem Freundeskreis oder bei Ihrem Online-Kauf.

KONTAKT ZUM LESERSERVICE

GRÄFE UND UNZER VERLAG

Grillparzerstraße 12

81675 München

Wichtiger Hinweis

Die Gedanken, Methoden und Anregungen in diesem Buch stellen die Meinung bzw. Erfahrung der Verfasserin dar. Sie wurden von der Autorin nach bestem Wissen erstellt und mit größtmöglicher Sorgfalt geprüft. Sie bieten jedoch keinen Ersatz für persönlichen kompetenten medizinischen Rat. Jede Leserin, jeder Leser ist für das eigene Tun und Lassen auch weiterhin selbst verantwortlich. Weder Autorin noch Verlag können für eventuelle Nachteile oder Schäden, die aus den im Buch gegebenen praktischen Hinweisen resultieren, eine Haftung übernehmen.



DIE ENTWICKLUNG VON KINDERN VERSTEHEN

*Ein Vorwort von Oskar Jenni, Facharzt für Kinder- und Jugendmedizin
und außerordentlicher Professor für Entwicklungspädiatrie an der
Universität Zürich.*

Die kindliche Entwicklung ist ein faszinierendes Phänomen: So findet ein Kind in nur wenigen Wochen und Monaten seinen Schlaf-Wach-Rhythmus, passt sich an die Schwerkraft und den Raum an und zeigt soziale Verhaltensweisen im Umgang mit anderen Menschen wie ein erstes Lächeln oder Fremdeln. Rasch entwickelt es auch ein Verständnis für räumliche, zeitliche und logische Zusammenhänge, lernt die Sprache und wie es mit anderen kommunizieren kann. Zugleich erweitert es seinen Bewegungsradius und wird zunehmend selbstständiger.

Später bringt der Eintritt in den Kindergarten und in die Schule eine große Erweiterung der kindlichen Erfahrungswelt mit sich. In diesem Zeitraum verändert sich auch das Denken der Kinder ganz grundlegend: Während sie oftmals im Alter von vier Jahren die Anpassung an wechselnde Anforderungen des Alltages noch als herausfordernd empfinden und zugleich ihre Fähigkeiten überaus optimistisch einschätzen, haben sie mit zehn Jahren gelernt, flexibel auf die unterschiedlichsten Ansprüche der Umwelt zu reagieren, sich auf wichtige Aspekte zu konzentrieren sowie ihre eigenen Fähigkeiten und Leistungen zunehmend realistisch zu bewerten.

In den letzten 20 Jahren bin ich durch die Beratung von vielen Familien zur Überzeugung gelangt, dass man auf fundiertes Wissen über die kindliche Entwicklung zurückgreifen sollte, um Kinder »lesen« und verstehen zu können.

Fundiertes Wissen hilft, den Familienalltag zu meistern

Aber nicht nur meine Erfahrungen als Entwicklungsspezialist haben mich zu dieser Einsicht geführt, sondern auch ein ganz persönliches Erlebnis mit meinen eigenen vier Kindern: Als wir einmal den letzten Bus in ein abgelegenes Seitental der Schweizer Alpen verpasst hatten, mussten wir zu Fuß zu unserem Ferienhaus laufen. Es war kalt, windig, schneite heftig und ich trug schwere Einkaufstaschen. Die drei Älteren liefen bereits voraus, der Kleinste – gerade mal drei Jahre alt – trottete langsam hinter mir her. Er war ungeduldig und fragte mich, wie lange es denn noch ginge. Ich antwortete, dass es noch etwa eine halbe Stunde dauern würde. Einige Minuten später wollte er nicht mehr weitergehen. Er fragte erneut nach der Zeit; vom Schneetreiben und dem Gewicht der Einkaufstaschen entnervt erwiderte ich: »Etwa 20 Minuten.« Da entgegnete er mir: »Ach Papa, hör doch auf mit diesen Zahlen.« Erst jetzt realisierte ich, dass meine Antwort unangemessen, weil sie dem Entwicklungsstand eines dreijährigen Kindes nicht angepasst war. Zwar verfügte er in diesem Alter schon über eine rudimentäre Vorstellung der Zeit und verstand anschauliche Angaben wie beispielsweise »Nach dem Baden essen wir das Abendbrot«. Aber er hatte noch kein Verständnis für die metrische Zeit: Er war demzufolge noch nicht in der Lage, die Uhr zu lesen, eine bestimmte Zeitdauer abzuschätzen und über eine differenzierte Vorstellung für die Vergangenheit, die Gegenwart und die Zukunft zu verfügen. Tatsächlich entwickelt sich das Bewusstsein einer zeitlichen Dauer erst dann, wenn ein Kind seine eigenen Bedürfnisse aufschieben und unangenehme Situationen über eine gewisse Zeit aushalten kann; dies ist in der Regel ab dem Alter von vier Jahren möglich. Dieses persönliche Erlebnis zeigte mir eindrucksvoll, dass Kenntnisse über die Entwicklung des Zeitverständnisses für

einen adäquaten Umgang mit einem Kind außerordentlich wichtig sind.

Kinder funktionieren anders als Erwachsene

Wissen über die kindliche Entwicklung hilft uns also, das Verhalten eines Kindes einzuordnen. Dabei müssen wir uns auf ein Kind einlassen, ihm zuhören, es beobachten. Wir müssen akzeptieren und anerkennen, was das Kind zu leisten vermag, welche Sachverhalte es verstehen kann – und wozu es aufgrund seines individuellen Entwicklungsstandes vielleicht noch nicht bereit ist. Dazu muss man die eigenen Erwartungen und Anforderungen an die individuellen Eigenschaften und Fähigkeiten eines Kindes anpassen: Denn nur so fühlt es sich wohl, ist aus eigenem Antrieb aktiv und gewinnt an Selbstwertgefühl. Eine solche Passung herzustellen ist die wohl größte Herausforderung im erzieherischen Alltag mit Kindern; dafür ist Wissen über die kindliche Entwicklung unerlässlich.

Kinderentwicklung – ein breites Spektrum

Genau solches Entwicklungswissen vermittelt dieses Buch von Sandra Winkler: Es bildet die kindliche Entwicklung von der Geburt bis zum Alter von zehn Jahren in einem weiten Spektrum ab. Die Themen reichen vom Schlaf- und Essverhalten, von der Reifung der Sinne bis hin zur motorischen, sprachlichen, geistigen und sozialen Entwicklung. Auch thematisiert das Buch wichtige Übergänge – zum Beispiel von der frühen Kindheit in den Kindergarten und die Schule –, nennt die Termine für die Vorsorgeuntersuchungen bei den Kinderärztinnen und Kinderärzten und macht auf mögliche Gefahren aufmerksam, die im Alltag mit Kindern lauern. Die Beschreibungen von Sandra Winkler stammen aus dem Leben von Familien, sind gut nachvollziehbar, humorvoll

nachgezeichnet und sprechen uns Eltern und Bezugspersonen direkt an. Ja, man fühlt sich geradezu in die Rolle als Vater oder Mutter hineinversetzt.

»Kinderentwicklung« greift reale Situationen in den Familien auf und ordnet diese ein.

Praktische Hilfen, Tipps und Tricks

Es ist mit zahlreichen Tipps, Tricks und Spielideen alltagsnah gestaltet und bietet Eltern vielerlei inspirierende Anregungen, um die Entwicklung eines Kindes bestmöglich zu unterstützen. Darüber hinaus enthält das Buch eine fundierte Darstellung von Entwicklungswissen, das immer wieder auch mit wissenschaftlichen Studien untermauert wird, sowie bereichernde Informationen von verschiedenen Entwicklungsspezialisten und -spezialistinnen.

Ich wünsche Ihnen, liebe Leserinnen und Leser, viel Freude mit diesem Buch!

Oskar Jenni





KLEINE DURCHSTARTER

*In den ersten zwölf Monaten können Sie Ihrem Baby
beim Wachsen zusehen.*

DAS ERSTE LEBENSJAHR 0 BIS 12 MONATE

Herzlichen Glückwunsch – endlich ist Ihr Baby da! Plötzlich sind Sie verantwortlich für dieses kleine Wesen, das nach der Geburt noch so wenig kann, aber gerade im ersten Lebensjahr viele rasante Entwicklungsschritte macht.

Während der Schwangerschaft sind Ihnen wahrscheinlich viele Gedanken und Fragen durch den Kopf gegangen: Wie wird mein Baby aussehen? Ist es gesund? Hätte ich mehr vorschlafen sollen? Habe ich alles vorbereitet? Werde ich nach der Geburt alles richtig machen? Sie haben in den vergangenen Monaten viel geplant: sich für eine Hebamme, das Krankenhaus, ein Geburtshaus oder eine Hausgeburt entschieden, die Erstausrüstung besorgt, einen Platz fürs Baby zum Schlafen hergerichtet und sich auf die Geburt vorbereitet. Und jetzt, wo dieser kleine, zerknitterte Winzling vor Ihnen liegt, wissen Sie vielleicht noch gar nicht so recht etwas mit ihm anzufangen.

In den ersten Wochen schläft ein Säugling noch viel (über den ganzen Tag verteilt durchschnittlich 16 bis 18 Stunden, leider jeweils nur maximal drei bis vier Stunden am Stück) – und kann wenig: Er trinkt, schreit und macht die Windel voll. Manche Mütter und Väter wundern sich, dass sie gar nicht so schockverliebt sind, wie immer gesagt wird. Sollte das bei Ihnen so sein, dann machen Sie sich keine Vorwürfe – sondern geben Sie sich Zeit, Ihren neuen Mitbewohner kennen- und lieben zu lernen.

Babyflitterwochen

Der Schlafmangel, das ständige Stillen und Windelwechseln ist für viele Eltern anfangs sehr stressig und energieraubend. Und manche fragen sich: Wann hört das denn wieder auf? Zumindest eine Zeit lang müssen Sie sich an diesen Zustand gewöhnen. Machen Sie das Beste daraus. Seien Sie für Ihr Kind da – und versuchen Sie, die Zeit mit ihm zu genießen. Konzentrieren Sie sich auf Ihr Baby, schalten Sie – wenn möglich – einen Gang runter und seien Sie flexibel. Am besten passt man sich in den ersten Wochen dem Kind, so gut es geht, an. Nehmen Sie sich für diese Zeit nicht zu viel vor. Es werden nun Tage kommen, an denen das Highlight ein Drogeriebesuch ist, Sie nachmittags merken, dass Sie sich nicht die Zähne geputzt haben, und abends noch im Schlafanzug sind. Aber das kann ja auch mal ganz nett sein.

Manche Eltern geben die Flasche oder stillen nach der Uhr (also zum Beispiel alle zwei Stunden), andere nach Bedarf, wenn sie merken, dass das Baby Hunger hat. Nach einiger Zeit spielt sich fast immer ein Rhythmus ein. Vielleicht machen Sie sich Sorgen, dass Ihr Baby nicht genug isst. So lange es konstant zunimmt und recht glücklich und zufrieden wirkt, ist aber alles in Ordnung.

Im ersten Jahr entwickelt sich Ihr Kind rasant. Sie können unter anderem mit dem ersten bewussten Lächeln, dem ersten Brei und dem ersten eigenständigen aufrechten Sitzen rechnen. In nur zwölf Monaten verdreifacht Ihr Kind ungefähr sein Gewicht und verdoppelt fast seine Größe. Es wird von einem Neugeborenen, das nur ein paar Zentimeter weit sehen, sich nur unkontrolliert bewegen und seine Körperlage nicht selbstständig verändern kann, zu einem Kleinkind, das gezielt nach Gegenständen greift, sich allein fortbewegt und – genau – eventuell schon »Mama« sagt.

Durchbeißen

Mit etwa sechs Monaten bricht der erste Zahn durch – und sorgt fast immer für ein unleidliches Baby (nur eine kleine Anzahl glücklicher Kinder hat keine nennenswerten Beschwerden). Es schreit, quengelt, beißt auf allem Erdenklichen herum und sabbert. Jetzt hilft es ihm, gegen den Druck in seinem Kiefer zu arbeiten, zum Beispiel indem es auf einer Brotkante oder einem Beißring kaut. Besonders gut sind solche, die man kühlen kann. Mit einer weichen Zahnbürste gewöhnen Sie Ihr Baby bereits jetzt ans Zähneputzen.

Ab diesem ersten Zahn können Eltern versuchen, den ersten Brei zu geben. Mit Beikost sollten Sie allerdings frühestens ab dem fünften, spätestens ab dem siebten Monat beginnen. Los geht es mit ein paar Löffeln mittags, bevor das Kind gestillt wird. Schiebt es den Brei wieder aus seinem Mund heraus, dann ist es wohl noch nicht bereit für diese ungewohnte Masse. Probieren Sie es dann an einem anderen Tag noch einmal. Vielleicht verdünnen Sie die Mahlzeit auch mit etwas Wasser, damit Ihr Baby sie besser schlucken kann. Nach und nach ersetzt der Brei dann die Still- oder Flaschenmahlzeiten.



Süß bevorzugt: Wenn Sie mit der Beikost starten, dann am besten mit einer süßlichen Gemüsesorte wie Pastinake oder Möhre, sie kommen dem Geschmack der Muttermilch näher und wirken für das Baby dadurch vertrauter. Mischen Sie dann etwas Fisch oder Fleisch unter oder kombinieren Sie zwei Gemüsesorten miteinander. Nach einem Monat erfolgreicher Fütterung können Sie den Milch-Getreide-Brei dazunehmen, dann den Getreide-Obst-Brei. Testen Sie jede neue Variante am besten eine Woche lang, um zu schauen, wie sie Ihrem Baby bekommt.

Immer mit der Ruhe

Viele Eltern machen sich Sorgen, dass sich ihr Baby nicht so schnell entwickelt wie andere Kinder, die sie im Familien- oder Freundeskreis, in der Krabbelgruppe oder beim Babyschwimmen sehen. Bleiben Sie entspannt! Natürlich ist es gut, ein Auge darauf zu haben, dass Ihr Kind nicht unter einer Entwicklungsstörung leidet – und vielleicht spezielle Förderung braucht. Aber erst einmal gilt: Jedes Kind ist anders. Das eine spricht früher, das andere später, das eine läuft bereits mit zehn, das andere erst mit 15 Monaten. Auch die Temperamente sind verschieden: Das eine Baby schreit viel, das andere weniger. Das eine schläft dauernd, das andere kaum.

Apropos schlafen: Erst mit circa sechs Wochen merkt das Kind, dass es anscheinend zwei unterschiedliche Phasen gibt – Tag und Nacht. Tagsüber ist es nun aktiver und nachts ruhiger. Es entwickelt einen Rhythmus mit längeren Schlafphasen. Eindeutig unterscheiden kann das Baby dies aber erst mit etwa fünf oder sechs Monaten.

Rituale helfen Babys beim Einschlafen und sie geben ihnen ein Gefühl von Sicherheit. Vorlesen vor dem Zubettgehen, immer dasselbe Einschlaflied und danach die Spieluhr aufziehen, es gibt viele Möglichkeiten dem Zubettbringen einen liebevollen Rahmen zu geben.



Schlafen überall und jederzeit: Erst mit circa sechs Wochen merkt ein Baby, dass es zwei unterschiedliche Phasen gibt – Tag und Nacht.

Termine

U1- BIS U6-UNTERSUCHUNG

Auch wenn sich Ihr Kind augenscheinlich prächtig entwickelt, sollten Sie an allen Vorsorgeuntersuchungen teilnehmen, die angeboten werden. So können Verzögerungen oder Störungen frühzeitig erkannt und vor allem behandelt werden. In den sechs Jahren bis zum Vorschulalter wird Ihr Kind zehn Mal vom Kinderarzt unter die Lupe genommen, sechs Mal davon im ersten Lebensjahr. Die erste dieser Früherkennungsmaßnahmen findet direkt nach der Geburt statt. Der Säugling wird durchgecheckt: Sind alle lebenswichtigen Funktionen in Ordnung? Die U2 führt ein Arzt dann zwischen dem dritten und zehnten Lebenstag meist noch in der Geburtsklinik durch. Wer sein Baby ambulant oder zu Hause zur Welt bringt, muss diesen Termin in einer ärztlichen Praxis absolvieren. Spätestens dann wird man Sie nach Ihrem Einverständnis für eine

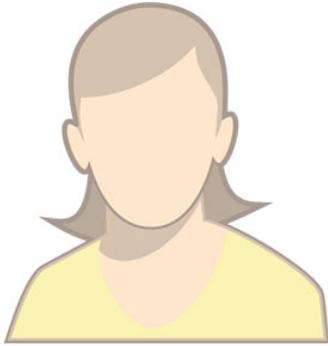
Blutuntersuchung auf Stoffwechselerkrankungen oder Mukoviszidose und das Neugeborenen-Hörscreening fragen. Bei Hüftproblemen in der Familie wird zudem ein Ultraschall des Hüftgelenks gemacht, der ansonsten bei der U3 (vierte bis fünfte Lebenswoche) stattfindet.

Im ersten Jahr folgen noch drei weitere Us, bei denen der Kinderarzt die geistige und körperliche Entwicklung überprüft: Die U4 zwischen dem dritten und vierten Monat, die U5 zwischen dem sechsten und siebten Monat und die U6 mit circa einem Jahr. Ihr Kinderarzt wird Sie dabei ebenfalls auf empfohlene Impfungen hinweisen. Eine Impfpflicht gegen Masern gilt seit 2020.

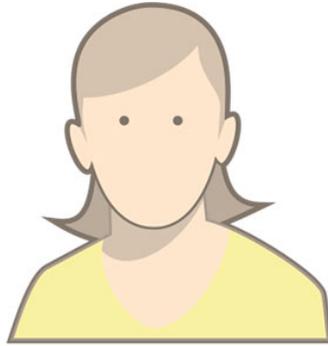
Schreiben Sie sich vor der Untersuchung alle Fragen an den Kinderarzt auf. So vergessen Sie nicht, sie zu stellen. Sie haben schließlich noch ein Baby dabei, das Ihre Aufmerksamkeit beansprucht.



Achtung! Legen Sie Ihr Baby zum Schlafen immer auf den Rücken, verwenden Sie einen Schlafsack statt einer Decke und keine Kissen. So senken Sie das Risiko für den Plötzlichen Kindstod.



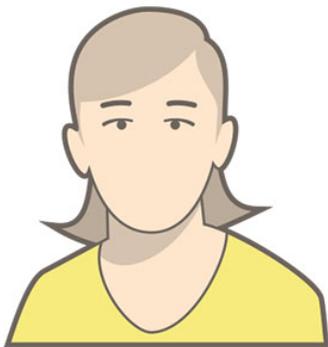
unter 4 Wochen



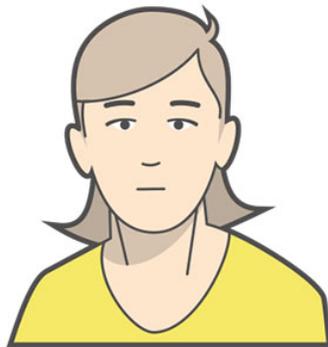
6 Wochen



10 Wochen



13 Wochen



20 Wochen



24 Wochen

Eingeschränkte Sicht: So nimmt ein Kind in den ersten sechs Monaten die Mimik eines Menschen wahr.

Entwicklung der Sinne

Nach Wochen in einer dunklen, warmen und mit Fruchtwasser gefüllten Blase muss sich ein Säugling erst einmal an Licht, Luft und die vielen neuen Geräusche gewöhnen. Alle Organe, die er fürs Sehen, Hören, Riechen, Schmecken und Tasten braucht, funktionieren zwar bereits – aber bis ein Kind alle seine Sinne wie ein Erwachsener nutzen kann, dauert es. So muss ein Baby zum Beispiel lernen, wie es die Eindrücke, die es aufnimmt, richtig einordnet. Erst durch Erfahrungen begreift es irgendwann, wie weit ein Teddy, den es sieht, entfernt ist oder dass das Klappern, das es hört, Schuhe sind, mit denen jemand durch den Flur läuft.

SEHEN

Wäre die Entwicklung der Sinne während der Schwangerschaft ein Wettbewerb, würde das Sehvermögen auf dem letzten Platz landen. Es bildet sich am langsamsten aus. Verständlicherweise, denn es wird im dunklen Mutterleib am wenigsten stimuliert und trainiert. Die Augen entwickeln sich zwar schon in der achten Schwangerschaftswoche, im zweiten Monat wachsen die Lider allerdings zum Schutz zusammen. Etwa ab der 28. Woche öffnet das Ungeborene dann die Augen und kann wahrnehmen, wenn helles Licht durch die Bauchdecke scheint.

Ein Neugeborenes kann sofort sehen, allerdings nicht besonders scharf. Seine Welt ist verschwommen, schemenhaft und farblos. Dass es lediglich Grautöne unterscheiden kann, liegt an den Zapfen im Zentrum der Netzhaut. Sie müssen sich noch entwickeln und nehmen so lange nur wenig Licht auf.

Kreis, Punkt, Punkt

In den ersten Wochen reicht die Sehschärfe eines Säuglings ungefähr 25 Zentimeter weit – ziemlich genau die Entfernung zwischen der Brust der Mutter beim Stillen und ihrem Gesicht. Diese Distanz nehmen Eltern intuitiv ein, wenn sie mit ihrem Baby sprechen. Sehr zu dessen Freude, denn am liebsten schaut es in menschliche Gesichter und sucht den Blickkontakt mit Mama und Papa. Aber auch ein Kreis mit zwei runden, dunklen Flecken fasziniert ein Baby. Es betrachtet ihn besonders lange. Gesichter erkennen zu können ist Kindern angeboren. Kein Wunder: War es für unsere Vorfahren doch überlebenswichtig, Gesichter von Tieren und Feinden zum Beispiel in einem Gebüsch zu entdecken – und in ihnen Absichten lesen zu können.

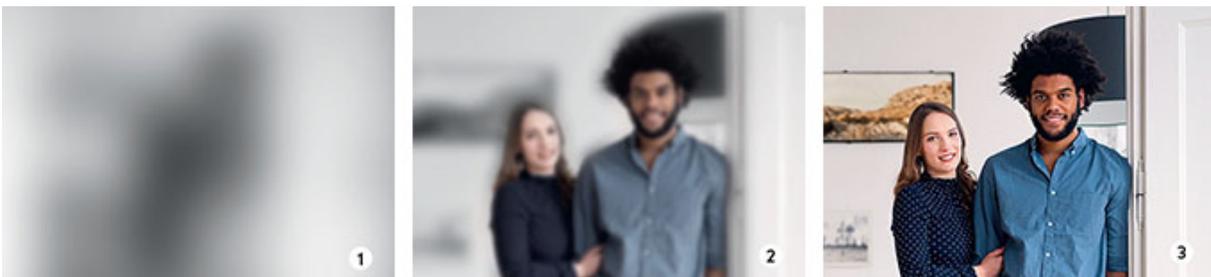
Nach vier Wochen sieht Ihr Baby in etwa so gut wie Erwachsene nachts. Vor allem Umrisse, großflächige Muster, starke Hell-Dunkel-Kontraste und geometrische Formen in Schwarz und Rot kann es deutlich erkennen. Es beginnt jetzt Dinge wie etwa ein Spielzeug, das Sie vor ihm hin und her bewegen, mit den Augen zu verfolgen.

Wenn Sie Ihrem Nachwuchs viele Seh-Reize bieten, fördern Sie die Verschaltung von Nervenzellen im Gehirn. Mit der Zeit lernt es immer besser, optische Reize zu verarbeiten, zwischen Farben zu differenzieren und Bewegungen zu folgen.



Das Leben ist kunterbunt! Umgeben Sie Ihr Baby mit Gegenständen, die bunt und kontrastreich sind. Rot ist die Farbe, auf die Kinder am meisten reagieren. Auch Streifen, Tupfen, Karos finden sie faszinierend.

Hängen Sie bunte Mobiles über dem Bett und dem Wickeltisch auf, die Ihr Baby mit den Augen fixieren und verfolgen kann.



Was sieht ein Baby? Im ersten Lebensjahr entwickelt sich die Sehfähigkeit beträchtlich:

Bild 1: Geburt

Bild 2: etwa drei Monate

Bild 3: circa 12 Monate

Silberblick

In den ersten Wochen müssen sich die Augen Ihres Babys noch aufeinander einspielen. Es ist also völlig normal, wenn es anfangs schielt. Sollte nach sechs Monaten allerdings immer noch ein Auge mehrere Sekunden lang nach innen, außen, oben oder unten abweichen, sprechen Sie dies beim nächsten Kinderarztbesuch an. Ebenfalls untersuchen lassen sollten Sie diese Auffälligkeiten:

- Starker Tränenfluss
- Häufiges Augenreiben
- Weiße Pupillen auf Blitzlichtfotos
- Häufiges Blinzeln und Zusammenkneifen der Augen
- Vorbeigreifen an Gegenständen
- Zitternde Augen
- Ständig schräge Kopfhaltung
- Hornhauttrübung, grau-weißlich verfärbte Pupillen
- Augenentzündungen
- Lichtscheue oder keine Reaktion auf Licht
- Verdrehen der Augen ohne Grund

Mit drei bis vier Monaten kann der Säugling Farben gut erkennen und weiter entfernte Dinge in den Fokus nehmen. Das linke und das rechte Auge spielen sich immer besser aufeinander ein, die Informationen von beiden Seiten verschmelzen zu einem Bild. Das räumliche Sehen beginnt.

Guckst du!

Mit etwa acht Monaten fängt das Kind an, Gegenstände nicht mehr vornehmlich mit dem Mund und seinen Händen zu erkunden. Die Augen entwickeln sich immer mehr zum wichtigsten Hilfsmittel, um Neues zu entdecken. Was ein Kind ab jetzt lernt, nimmt es größtenteils sehend auf – später werden es rund 80 Prozent aller Informationen aus seiner Umwelt sein.

Was Sie ausprobieren können

Kurz vor dem ersten Geburtstag kann Ihr Baby wahrscheinlich einen Gegenstand anschauen, den Sie ihm nennen. Fordern Sie es doch mal auf, zum Teddy zu gucken.

HÖREN

Bereits im Bauch nimmt das Ungeborene akustische Signale wahr – und bekommt einiges geboten: das Rauschen des Blutes, Geräusche, die Magen und Darm der Mutter machen, ihr Herzschlag, ihre Atmung und ihre Stimme. Da er im Bauch vor Lärm gut geschützt ist, quasi in einer schalldichten Umgebung lebt, sind Geräusche von außen verzerrt und werden meist nur als leises Flüstern wahrgenommen.

Kommt das Baby auf die Welt, ist sein Gehör voll entwickelt. In den ersten Tagen kann noch ein wenig Fruchtwasser oder Käseschmiere die Gehörgänge verstopfen, aber schon bald nimmt der Säugling wahr, was im Raum um ihn herum vor sich geht. Gleich nach der Geburt erschrickt er bei lauten Geräuschen, etwas später hört er bereits Papier neben seinem Ohr rascheln.

Ohrenschmeichler

Die Stimme der Mutter kann ein Baby bereits kurz nach der Geburt von anderen unterscheiden, es reagiert stärker auf sie und lässt sich durch sie schneller beruhigen. Nach den ersten Wochen hört ein Säugling seiner Mutter bereits aufmerksam zu. Sprechen Sie also möglichst viel mit Ihrem Baby, lesen und singen Sie vor (siehe ab >). Hohe sanfte Töne mag es dabei lieber als tiefe raue Stimmen – was Frauen einen kleinen Vorteil verschafft.

Ab etwa drei bis vier Monaten dreht das Baby seinen Kopf in die Richtung, aus der ein Geräusch kommt. Mit circa sechs Monaten reagiert es auf entfernte Geräusche wie ein Telefonklingeln und entwickelt Spaß an Tönen und Musik. Die

allgemeine Fähigkeit zu hören ist jetzt fast so gut entwickelt wie bei einem Erwachsenen. Schwer fällt es dem Kind allerdings noch, Geräusche zu lokalisieren (woher kommen sie?), bestimmte Laute aus mehreren herauszuhören oder sich zum Beispiel auf eine Stimme zu konzentrieren und andere dabei auszublenden.



Musik in Babys Ohren Am liebsten hören Babys jetzt vertraute Personen reden. Deshalb schlafen sie meist besser ein, wenn Mama oder Papa ihnen vorsingen.

Du riechst so gut! Ihr Säugling erkennt Sie am Geruch. Verwenden Sie in den ersten Wochen nach der Geburt deshalb besser kein Parfüm und keine stark riechenden Cremes oder Lotionen. Ihr Duft gefällt Ihrem Kind sowieso am besten.

Ohne Ton

Je mehr Erfahrungen die Ohren der Kleinen in den nächsten Monaten sammeln, umso mehr verfeinert sich ihr Gehör. Die Entwicklung der Hörfähigkeit findet vor allem in den ersten drei Lebensjahren statt. Nach dieser sogenannten »sensiblen Phase« verlangsamt sie sich dramatisch. Kommt ein Baby mit einem Hörfehler zur Welt, ist es entscheidend, dass dies möglichst früh erkannt und behandelt wird. Denn fehlen dem Kleinkind die notwendigen akustischen Reize, können wichtige Entwicklungen in anderen Bereichen (zum Beispiel beim Sprechenlernen) nur noch zum Teil und langsam aufgeholt werden.

Seit 2009 bieten Krankenkassen das Neugeborenen-Hörscreening als kostenlose Leistung an. Es wird meistens gleich im Krankenhaus durchgeführt. Angeborene bleibende

Hörstörungen lassen sich zwar meist nicht heilen, Behandlungen und Hörhilfen sorgen aber dafür, dass die betroffenen Kinder sich weitgehend normal entwickeln. Auch nach dem Screening sollten Eltern darauf achten, ob ihr Nachwuchs gut hört. Später kann das Gehör durch eine Mittelohrentzündung oder einen anderen Infekt vorübergehend und sogar dauerhaft geschädigt werden.

RIECHEN

Bereits in der zehnten Schwangerschaftswoche könnte ein Baby riechen – wenn es nicht im Fruchtwasser schwimmen würde. Kommt es auf die Welt, ist sein Geruchssinn hervorragend. Seine feine Nase führt es verlässlich zur Brustwarze der Mutter, die einen speziellen Duft verströmt. Und ihre Milch kann es bereits nach wenigen Tagen von einer fremden unterscheiden.

Gerüche beeinflussen bereits die Stimmung von Säuglingen. In Studien reagierten zwei Tage alte Babys auf starke olfaktorische Reize mit vermehrten Strampelbewegungen, schnellerer Atmung und erhöhtem Puls. Und Kinder, die kurz nach der Geburt sehr unangenehmen Gerüchen ausgesetzt sind, weinen ab ihrer sechsten Lebenswoche häufiger, fanden Forscher und Forscherinnen heraus.

Balsam für die Ohren

Eine beruhigende Wirkung hingegen hat der Geruch der Mutter. Am liebsten wäre das Baby den ganzen Tag nah bei ihr, um sie zu riechen und zu fühlen. Da das nicht immer möglich ist, kann man es mit einem Hilfsmittel versuchen. Tragen Sie ein T-Shirt oder Tuch ein, zwei Tage am Körper. Danach riecht es nach Ihnen – und kann das Kind als Kuscheltuch beruhigen.

SCHMECKEN

Geschmacksgedächtnis

Ab der neunten Schwangerschaftswoche bilden sich beim Embryo Mund und Zunge, die ersten Geschmacksknospen entwickeln sich. Er trinkt kleine Schlucke Fruchtwasser, die je nachdem, was die Mutter gegessen hat, anders schmecken. Ernährt sie sich besonders abwechslungsreich, lernt das Ungeborene bereits im Mutterleib verschiedene Geschmacksrichtungen kennen. Das kann ein Vorteil sein, wenn später die süße Muttermilch durch die erste Beikost ersetzt wird. Die Kinder erkennen den neu eingeführten Geschmack wieder und akzeptieren den Brei möglicherweise bereitwilliger.

Bei der Geburt ist der Geschmackssinn gut entwickelt. Das Neugeborene kann süß, bitter und sauer schmecken. Am liebsten mag es süß. Bereits Säuglinge lächeln selig, wenn man ihnen eine zuckrige Flüssigkeit auf die Lippen träufelt. Mit etwa fünf Monaten sind die kindlichen Geschmacksnerven so weit entwickelt, dass sie zudem salzig und umami schmecken.

Ein Säugling hat circa 10 000 Geschmacksknospen und somit gut die doppelte Anzahl wie ein Erwachsener, bei dem sie sich bereits etwas »abgenutzt« haben. Die Kleinen nehmen Geschmäcker also besonders intensiv und differenziert wahr. Ähnlich wie beim Fruchtwasser verändert auch die Muttermilch ihren Geschmack, je nachdem, was gegessen wurde – und kann die späteren Vorlieben des Säuglings prägen.



Achtung: Nicht für Babys! Auf keinen Fall in die Finger bekommen sollten Babys und Kleinkinder Knopfbatterien, Zigaretten (frisch oder abgebrannt), Überreste von Luftballons, Taschentücher-Packungen, Apfelstücke, Gummibärchen, Weintrauben, Kirschtomaten oder auch Erdnüsse. Als Faustregel gilt:

Räumen Sie alle Gegenstände, die so klein sind, dass sie durch das Loch in der Mitte einer Klopapierrolle passen, aus der Reichweite Ihres Babys.

Hat das Kind etwas verschluckt, das in die Luftröhre gelangt, hustet und würgt es und kann nicht mehr richtig atmen, dann legen Sie es bäuchlings mit dem Kopf nach unten über Ihre Oberschenkel und schlagen kräftig mit der Handfläche zwischen die Schulterblätter, bis der Gegenstand herauskommt. Rufen Sie außerdem den Notarzt.

TASTEN

Damit der Säugling fühlen kann, müssen Tiefenwahrnehmung, Tast- und Gleichgewichtssinn zusammenspielen. Sie entwickeln sich bereits während der Schwangerschaft, wenn die Bewegungen der Mutter den Embryo in der Fruchtblase schaukeln und er sich selbst bewegt und berührt.

Ist das Baby auf der Welt, tastet es nicht nur mit der Hand, sondern nimmt seine Umwelt mit der ganzen Haut wahr. Es erlebt sie als warm, kalt, nass, trocken, weich, fest.

Berührungen werden als Impulse ans Gehirn weitergeleitet. Der Säugling spürt, wenn er hochgenommen, gehalten oder sanft gedrückt wird. Kuscheln, umarmen und tragen Sie Ihr Baby, streicheln ihm über Bauch und Rücken oder küssen seine Fußsohlen, fühlt es sich wohl und sicher.

In der sogenannten oralen Phase (etwa von drei bis 18 Monaten) erkundet das Baby seine Umwelt vornehmlich mit dem Mund. Der Tastsinn ist dem Sehsinn anfangs noch klar überlegen. Zunge, Lippen und Gaumen erforschen kauend, lutschend und nuckelnd Beschaffenheit und Geschmack der Dinge, die das Baby umgeben.

Kognitive Entwicklung

ICH BEWIRKE ETWAS

Ein Neugeborenes kann sich noch kein Bild von sich als Person machen. Es weiß nicht, dass es Körperteile hat und handeln kann. Es erschrickt, wenn plötzlich die eigene Hand vor seinem Gesicht auftaucht. Trotzdem sind Babys begeistert davon, dass sie etwas bewirken können. Das zeigt der sogenannte Mobile-Versuch, den das Forscher-Ehepaar Papoušek erstmals in den 1970er-Jahren durchführte. Dafür legten sie drei Monate alte Säuglinge unter ein Mobile und befestigten an ihrem Bein eine Schnur, mit der die Test-Babys das Mobile in Bewegung setzen konnten. Innerhalb weniger Minuten hatten alle das Prinzip verstanden und begannen aufgeregt zu strampeln. Und sie betrachteten das Mobile deutlich länger, wenn sie selbst es bewegten statt einer anderen Person.

Erst langsam lernt ein Säugling seinen Körper durch Betrachten und Betasten kennen. Er begreift, dass Hände und Füße Teile von ihm sind, die er aktiv bewegen und sogar gezielt einsetzen kann. Mit etwa acht Monaten beginnt ein Baby erste Zusammenhänge zwischen Ursache und Wirkung zu verstehen und erkennt: Meine Handlungen haben Folgen.

KLEINE FORSCHER

Im zweiten Lebenshalbjahr gehen Babys auf Entdeckungstour: Ihr Kind wickelt die Klopapierrolle ab, buddelt eine Pflanze aus dem Topf oder gießt absichtlich den Trinkbecher auf dem Tisch aus? Seien Sie deshalb nicht böse oder genervt. Ihr Nachwuchs möchte nur Zusammenhänge verstehen. Er findet zum Beispiel heraus: Flüssigkeiten bewegen sich, tropfen und spritzen, bilden Pfützen. Toll! Blumenerde macht dunkle Haufen auf den

Teppich. Faszinierend! Und zieht man an dem Ding, das neben der Toilette hängt, bekommt man immer mehr davon. Spannend!

Auch das ständige Fallenlassen und Werfen von Gegenständen sind für kleine Kinder Experimente, mit denen sie herausfinden wollen, wie sich die Dinge um sie herum verhalten. Was passiert zum Beispiel, wenn ich einen Keks in die Hand nehme und loslasse? Fällt er dann nach unten oder fliegt er nach oben? Was macht er für ein Geräusch, wenn er auf den Boden trifft? Springt er hoch oder bleibt er regungslos liegen? Zermatscht er oder behält er seine Form? Ist es ein Unterschied, ob ich ihn werfe oder sanft aus der Handfläche kippe? Wir Erwachsene kennen die Flugeigenschaften fast aller Gegenstände um uns herum. Babys müssen noch alles ausprobieren. Immer und immer wieder. Denn: Wer weiß, ob der Keks sich beim nächsten Mal wieder genauso verhält?

AUTOS FAHREN NICHT DURCH WÄNDE

Die neuere Säuglingsforschung geht davon aus, dass mehr logisches Denken in den Köpfen von Babys stattfindet, als man vermutet hat. Demnach haben Babys bereits in den ersten Monaten ein naturwissenschaftliches Verständnis. Sie können statistische Regelmäßigkeiten und Abweichungen erkennen. Forschungsteams beobachteten, dass Babys länger auf Autos starrten, die durch einen Filmtrick wider Erwarten durch Wände fahren konnten. Oder die Kleinen wunderten sich, wenn ein präparierter Ball aus einer geöffneten Hand nicht zu Boden fiel. Babys haben anscheinend eine gewisse Vorstellung von Wahrscheinlichkeiten, Schwerkraft und Bewegungsbahnen.

MINUS 1