

[Startseite](#) [Nachrichten](#)

Trainieren mit Eltern

## Väter und Mütter dürfen nicht in einen Förderwahn verfallen

**Lebenslanges Lernen ist entscheidend. Das beginnt schon im Bauch der Mutter. Später ist es wichtig, dass Eltern ihre Babys fördern - aber nicht überfordern. Fremd- und Zeichensprache sind umstritten.**

**Ulm** Wann beginnt der Mensch, körperliche Fähigkeiten zu trainieren? Mit einem Monat? Mit drei? Nein, schon im Mutterleib, sind Wissenschaftler überzeugt. Ein Fötus übt die Koordination im Bauch seiner Mutter, steckt sich den Daumen in den Mund, saugt daran und trainiert Muskeln. Als Baby geht es dann sofort weiter. Deshalb sollten Kinder im ersten Lebensjahr auch möglichst selten in Babywippen und Zuhause keinesfalls in Autokindersitze gelegt werden. Am besten ist eine feste Bodenunterlage mit Decken als Kälteschutz. So kann es sich frei bewegen, Bewegungen trainieren und Kraft aufbauen, die es später zum Krabbeln benötigt.



Die Welt ist voller Wunder für ein Baby. Alles muss erlebt, bestaunt und erlernt werden.

Foto: Cicisbeo, Fotolia.com

Mit drei Monaten müsste ein Baby in der Lage sein, den Kopf in Bauchlage sicher anzuheben. Mit neun Monaten sollte es länger sicher und gerade sitzen. Nach einem Lebensjahr müsste das Kind gut stehen können, darf sich aber festhalten. Ob es zuvor Krabbeln sollte, ist umstritten. Manche Ärzte glauben, dass Babys, die das Krabbeln überspringen oder nur robben, rollen oder auf dem Po rutschen und dann sofort laufen, später überdurchschnittlich häufig Bewegungsprobleme haben. Kollegen von ihnen wiederum halten diese Ansicht für antiquiert und legen lediglich Wert auf das Erlernen von Gewichtsverlagerung, Drehen und Abstützen.

Eltern müssen dem Baby aber nicht auf die Beine helfen und es zum Laufen bringen, Laufhilfen sind überflüssig. Wichtig ist es, Bewegungsmöglichkeiten zu bieten, es zu tragen und zu schaukeln. Bewegungsspiele sind wichtig. Auch das "Durch-die-Luft-wirbeln" lässt sie ihren Körper spüren und Sicherheit gewinnen. Babyschwimmen ist von drei Monaten an gut, um Körperkoordination und Gleichgewichtssinn zu lernen: Unter Wasser gelingen Bewegungen, die sonst schwierig sind. Auch ein Bällebad dürfte einem älteren Baby Impulse bringen, die es bei der Entwicklung unterstützen. Ansonsten sind Schmusen, Streicheln und Massieren durch die Eltern extrem wichtig für die Entwicklung.

Beim Sprechenlernen ist die Kommunikation mit den Eltern entscheidend, weiß Entwicklungspsychologin Claudia Friedrich. "Fernseher oder CD bringen nichts", sagt die Professorin von der Universität Tübingen. Blickkontakt, Gegenstände zeigen und benennen, selbst erzählen seien wichtig.

Sprachwissenschaftler gehen davon aus, dass Kinder ein Wort etwa 40-mal hören müssen, bis sie es in ihren Wortschatz aufnehmen. Kinder sollten gefragt werden ("Gibst du mir den Ball?"), Reime hören und Inhalte von Bilderbüchern erklärt bekommen. "Mütter machen dies aber instinktiv richtig, benutzen kindgerechte Sprache, heben die Stimme an, halten das Kind

genau in dem Abstand, damit es das Gesicht scharf sehen kann", sagt Friedrich. Kurse wie "Baby Signing", bei denen eine Gebärdensprache von Eltern und Kind erlernt wird, bevor dieses sprechen kann, seien umstritten: "Die Wirksamkeit ist nicht nachgewiesen. Man kann mit solchen Kursen nichts falsch machen, aber Eltern merken von alleine, wenn das Kind Hunger oder Schmerzen hat oder es ihm langweilig ist." Mütter könnten dies instinktiv.

Das gleiche gelte für Fremdsprachen. Wer sein Kind zweisprachig aufwachsen lassen wolle, dürfe dies nicht sporadisch mit schlechtem Schulenglisch einmal pro Woche versuchen. "Eine Bezugsperson muss ständig in der zweiten Sprache kommunizieren, sonst wird das nichts", weiß die Professorin. Allerdings bekomme dann das Baby in der Zeit, in der es etwa Chinesisch hört, weniger Deutsch mit. Je mehr Eltern mit ihren Kindern sprechen, desto größer sei ihr Wortschatz. Während der Nachwuchs also Englisch höre, könne er nicht auch Deutsch abspeichern.

"Ein Förderwahn darf nicht ausbrechen, das Ganze muss Spaß machen", sagt Friedrich. Dies gelte auch für Eltern, etwa bei Krabbelgruppen. Babys seien für Babys interessant. Wenn diese allerdings die Eltern nerven, bringe dies nichts.

29.06.2015 - 06:30 Uhr | geändert: 29.06.2015 - 07:25 Uhr

Anzeige  
Anzeige



### Rasant Abnehmen!

Mutter entdeckt einen unglaublichen Trick und verliert rasant Bauchfett. Hier zu Ihrem Report



### Reich mit Optionen

Kostenloses Buch: So werden Sie "Reich mit Optionen"!



### Nur kurz, nur bei Yello:

Günstiges Gas mit 2 Jahren voller Preisgarantie und iPad Air.



### Was kosten Treppenlifte?

Vergleichen Sie kostenlose Angebote von passenden Treppenlift-Anbietern & sparen Sie Geld!

 Ligatus