

# Medien-Service BZgA

## Wie Eltern ihre Kinder in der Entwicklung unterstützen können

Besonders in den ersten Lebensjahren durchleben Kinder viele verschiedene Stufen der Entwicklung. Alles muss neu erlernt werden: Die Sinne entwickeln sich, das Sprachvermögen wird geschult, genau wie die Motorik und das Denkvermögen. Die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) informiert auf ihrer Website [www.kindergesundheit-info.de](http://www.kindergesundheit-info.de), wie sich Kinder körperlich, geistig und seelisch entwickeln und was Eltern tun können, um diese Entwicklung ihrer Kinder möglichst gut zu fördern.

### Welche Entwicklungsschritte sind die ersten, die bei einem Kind geschehen?

Schon im Mutterleib lernt der Embryo tagtäglich: Fruchtwasser schlucken, mit den Beinen strampeln, den gedämpften Tönen der Außenwelt lauschen. Das setzt sich nach der Geburt fort: Vom ersten Lebenstag an muss ein Baby einige „Aufgaben“ bewältigen. Es muss lebensnotwendige Körperfunktionen wie Atmung, Kreislauf, Körpertemperatur und Verdauung nun selbst regulieren und stabilisieren. Es muss einen Rhythmus zwischen Schlafen und Wachsein sowie zwischen Hunger und Sattsein entwickeln und es muss lernen, sich bei innerer Anspannung selbst so zu regulieren, dass es wieder auf ein ausgeglichenes Erregungsniveau zurückfindet. Hierbei wird die elterliche Hilfe vor allem in der ersten Zeit lautstark eingefordert.

### Was, wenn Kinder ihre geistigen Fähigkeiten deutlich langsamer entwickeln als Gleichaltrige?

Mangelnde Anregungen und Erfahrungsmöglichkeiten, aber auch Konflikte in der Familie oder Krankheit können die Ursache für eine verzögerte geistige Entwicklung sein. Oft sind es jedoch Störungen in den sensorischen Funktionen wie Sehschwächen oder Hörstörungen, die die geistige Entwicklung des Kindes beeinträchtigen können. Daher ist es wichtig, solche Schwächen früh zu erkennen und zu behandeln. Eine regelmäßige Teilnahme an den Früherkennungsuntersuchungen ist essenziell, da hier die altersgerechte Entwicklung des Kindes überprüft wird, die körperliche, geistige, seelische und soziale. Wenn bei Eltern oder Erziehern die Sorge besteht, dass sich das Kind in einzelnen Entwicklungsbereichen deutlich und längerfristig von Gleichaltrigen unterscheidet, sollte vom Kinderarzt oder der Kinderärztin die Überprüfung der Sinnesorgane durch Seh-, Hör- oder weitere Tests veranlasst werden.

### Lässt sich auch die psychische Entwicklung von Kindern unterstützen?

Für das psychische Gleichgewicht sind einige Eigenschaften notwendig, die das Kind vom Tag der Geburt an erwirbt, beispielsweise eigene Grenzen ausloten oder eigene Lösungen finden. Durch Unterstützung der Eltern in Form von bedingungsloser Wertschätzung, Liebe, Fürsorge und Schutz werden diese Eigenschaften gestärkt und entwickelt. Eltern können außerdem sinnvolle Regeln und nachvollziehbare Grenzen aufstellen, die Halt, Sicherheit und Orientierung bieten. Auch durch regelmäßige Strukturen und Rituale im Alltag erfährt

>> Seite 2

das Kind Unterstützung. Raum für die Neugier des Kindes und für das Sammeln von eigenen Erfahrungen ist ebenfalls wichtig.

Mit der Aktion „Kinder stark machen“ ([www.kinderstarkmachen.de](http://www.kinderstarkmachen.de)) unterstützt die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung seit mehr als 25 Jahren die Entwicklung zu eigenständigen, verantwortungsvollen Persönlichkeiten und fördert das Selbstvertrauen und die Selbstwirksamkeit, die Konflikt- und Kommunikationsfähigkeit von Kindern.

### **Allgemeine Infos:**

**In den ersten Lebensjahren erlernen Kinder viele neue Fähigkeiten und Fertigkeiten. Unter anderem ...**

#### **... verfeinert sich die Auge-Hand-Koordination**

Im zweiten Lebensjahr verfeinert sich das Zusammenspiel von Augen und Händen zusehends. Der sogenannte Pinzettengriff wird immer sicherer: Das Kind kann mit Daumen und Zeigefinger fassen. Es lernt, Stifte zu greifen, Türme zu bauen und kleinste Krümel und Fussel mit den Fingern aufzulesen. Es möchte nun auch lernen, allein aus seinem Becher zu trinken und mit dem Löffel zu essen, auch wenn es selten sofort klappt. Eltern können die Fingerfertigkeit ihrer Kinder unterstützen, indem sie ihnen die Gelegenheit bieten, mit Fingerfarben und dicken Stiften zu malen und unterschiedliche Materialien wie Wasser, Knetmasse oder Teig zu erkunden.

#### **... wird das Sprechen erlernt**

Kinder entwickeln in den ersten Lebensmonaten ein immer besseres Ohr für die Sprach- und Satzmelodie, die sprachlichen Laute und Betonungen. Dabei erproben sie auf spielerische Weise ihre eigene Stimme und beginnen schließlich, zu benennen, was sie tun, sehen und hören. Wie schnell das Sprechen erlernt wird, unterscheidet sich von Kind zu Kind. Manche Kinder sprechen bereits mit neun oder zwölf Monaten ihr erstes Wort. Einige wenige lassen sich bis zum Alter von etwa zweieinhalb Jahren Zeit.

#### **... entwickelt sich das kindliche Denken**

Von Geburt an sind Kinder neugierig. Als Babys begreifen und überprüfen sie in ihren spielerischen Beschäftigungen Zusammenhänge, verarbeiten Eindrücke und machen die ersten großen Denkschritte. Ab etwa einem Jahr setzen Kinder sich allmählich mit räumlichen Beziehungen auseinander. Im Spiel räumen sie mit Vorliebe alle möglichen Behältnisse ein und aus. Förmchen, Eimer und alles, in das etwas anderes hineinpasst oder was sich stapeln lässt, ist jetzt spannend. Ab ungefähr anderthalb Jahren erkennen Kinder, dass Gegenstände gleich oder verschieden groß sein können. Sie beginnen, zu sortieren und Formen wie Kreise oder Dreiecke zuzuordnen. Im dritten Lebensjahr kennen Kinder zwar schon Zusammenhänge von Ursache und Wirkung, können aber beides noch nicht wirklich voneinander unterscheiden. Ursachen sieht das Kind in dem, was es selbst denkt

und tut. Es kann sich noch nicht in andere hineinversetzen. Auch Zeitspannen und räumliche Größenverhältnisse kann das Kind noch nicht überblicken. Doch es hat einen starken Wissensdurst sowie ein großes Vorstellungsvermögen. Ab vier Jahren beginnen Kinder dann, einfache Zeit- und Mengenbegriffe zu verstehen und ab fünf Jahren können sie die Lösung zu einer Aufgabe mehr und mehr durchdenken, ohne sie vorher ausprobieren zu müssen.

### **... wird das Gefahrenbewusstsein geschult**

Säuglinge und Kleinkinder bis zu vier Jahren besitzen noch kein Bewusstsein für Gefahren, erst ab vier Jahren setzt es langsam ein. Fünf- bis sechsjährige Kinder können akute Gefahren erkennen, sich aber nicht zwingend davor schützen. Ab acht Jahren lernen Kinder allmählich, Gefahren vorausschauend zu erkennen und ab etwa neun bis zehn Jahren können sie Gefahrensituationen durch bewusstes Handeln verhindern. Erst ab etwa 14 Jahren wird ein vorausschauendes und vorbeugendes Gefahrenbewusstsein umgesetzt.

### **Wie Kinder in der Entwicklung ihrer Beweglichkeit und Körpermotorik unterstützt werden können:**

- Kinder entwickeln ihre Beweglichkeit in einer großen zeitlichen Spannbreite und auf sehr unterschiedliche Weise: Manche können schon mit neun Monaten frei gehen, andere erst mit 18 Monaten. Wenn Eltern jedoch unsicher sind und sich über die Entwicklung ihres Kindes Sorgen machen, sollten sie sich spätestens bei der nächsten U-Untersuchung an ihre Kinderärztin oder ihren Kinderarzt wenden.
- Einige Kinder entwickeln ihre motorischen Fähigkeiten deutlich langsamer als ihre Altersgenossen oder verhalten sich ungeschickt. Mögliche Hinweise auf eine Störung der motorischen Fähigkeiten sind unter anderem, dass das Kind nur langsam laufen, hüpfen und Treppen steigen kann, unsicher balanciert und rennt und oft stolpert oder über Hindernisse fällt. Auch Ungeschicklichkeit beim Bewegen von Händen, Armen und Fingern kann darauf hinweisen. Beispielsweise lässt das Kind häufig Dinge fallen, es hat Schwierigkeiten mit dem Schleifenbinden. Malen, Kleben oder Puzzles fallen ihm schwer.
- Nicht bei jedem Kind und nicht in jedem Fall muss eine motorische Auffälligkeit behandelt werden. Häufig genügt es, wenn das Kind in seinen Fähigkeiten bestärkt wird und es die Möglichkeit bekommt, sich vielfältig zu bewegen.
- Mit der wachsenden Mobilität nehmen Unfallgefährdungen zu. Gefahrenpunkte in Wohnung und Garten sollten daher entfernt werden, damit das Kind sich gefahrlos und ohne große Einschränkungen bewegen kann. Von sogenannten Laufhilfen ist dringend abzuraten, da diese das Gehen lernen nicht erleichtern und Unfallgefahren bergen.

>> Seite 4

### **Weiterführende Links**

Infografiken zur gesunden Kindesentwicklung:

<https://www.kindergesundheit-info.de/infomaterial-service/infografiken/>

Alters- und entwicklungsbedingte Unfallschwerpunkte:

<https://www.kindergesundheit-info.de/themen/sicher-aufwachsen/entwicklungsaspekte/unfallschwerpunkte/>

Die Bewegungsentwicklung beim Kind:

<https://www.kindergesundheit-info.de/themen/entwicklung/entwicklungsschritte/motorische-entwicklung/>

Die geistige Entwicklung des Kindes:

<https://www.kindergesundheit-info.de/themen/entwicklung/entwicklungsschritte/geistige-entwicklung/>

Grundzüge der Sprachentwicklung:

<https://www.kindergesundheit-info.de/themen/entwicklung/entwicklungsschritte/sprachentwicklung/>

Die psychische Gesundheit des Kindes:

<https://www.kindergesundheit-info.de/themen/entwicklung/psychische-gesundheit/psychische-entwicklung/>

Beeinträchtigung der geistigen Entwicklung:

<https://www.kindergesundheit-info.de/themen/entwicklung/entwicklungsschritte/geistige-entwicklung/geistige-entwicklung-beeintraechtigung/>

Störungen der motorischen Entwicklung erkennen:

<https://www.kindergesundheit-info.de/themen/entwicklung/entwicklungsschritte/motorische-entwicklung/auffaelliges-bewegungsverhalten/>

Die „Aufgaben“ der ersten Monate:

<https://www.kindergesundheit-info.de/themen/entwicklung/0-12-monate/entwicklungsaufgaben/>

Die BZgA-Mitmach-Initiative:

<https://www.kinderstarkmachen.de/>

Bestellung der kostenlosen BZgA-Materialien unter:

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, 50819 Köln

Online-Bestellsystem: <https://shop.bzga.de/>

Fax: 0221/8992257, E-Mail: [bestellung@bzga.de](mailto:bestellung@bzga.de)