



Kinder können sich sehr gut allein beschäftigen – wenn man sie lässt. © Pexels / Ivan Samkow

## Kindererziehung

# "Viele Eltern stören die Selbstregulation des Babys"

Eltern wollen ihr Kind früh fördern und überfordern es oft mit Aufmerksamkeit. Viel wichtiger als ständige Bespaßung ist Interaktion, sagt die Pädagogin Miriam Leuchter. Interview: [Sarah Heidi Engel](#)

*Viele Eltern fühlen sich dazu verpflichtet, ihr Kind von morgens bis abends zu beschäftigen und zu bespaßen. Das muss überhaupt nicht sein, sagt die Pädagogin Miriam Leuchter, denn das ist alles andere als günstig für die Entwicklung von Babys.*

**ZEITmagazin ONLINE:** Frau Leuchter, wird ein Kind geboren, bekommt es Rasseln, Kuscheltiere oder Knisterbüchlein zum Spielen geschenkt. Ist das nicht zu früh?

**Miriam Leuchter:** Nein. Der Spieltrieb ist ein Lerntrieb und angeboren. Indem Babys Gegenstände anschauen und berühren, setzen sie sich mit ihrer Umwelt auseinander. Selbst wenn sie keine Rasseln oder Büchlein geschenkt bekommen, finden sie einen Weg, sich zu beschäftigen. Das Entdecken ihrer Umgebung ist ihre Lebensweise. Lernen wird so zum Spielen.



## **Miriam Leuchter**

*Miriam Leuchter ist an der Universität Koblenz-Landau Professorin für Grundschulpädagogische Forschung mit dem Schwerpunkt Sachunterricht. Zudem leitet sie diesen Arbeitsbereich am Institut für Bildung im Kindes- und Jugendalter. Leuchter ist Gründungsmitglied und Co-Leiterin der Special Interest Group "Learning and Development in Early Childhood" der European Association for Research on Learning and Instruction (EARLI).*

**ZEITmagazin ONLINE:** Was wie das Rasseln auf manche Erwachsene profan wirkt, ist für ein Baby also das Spannendste auf der Welt?

**Leuchter:** Auf jeden Fall. So nimmt es die Bewegung der Rassel wahr, hört die Töne und freut sich über die verschiedenen Farben. So lernen Babys, das ist Förderung. Obwohl man eine bunte Rassel dafür eigentlich nicht benötigt. Naturvölker zeigen ja, dass Babys auch anders lernen können, etwa indem sie mit Blättern rascheln. Sobald sie Dinge entdecken und erkunden, beginnt das Lernen.

**ZEITmagazin ONLINE:** Was passiert in solchen Momenten im Kind?

**Leuchter:** Das Baby lernt in diesen Situationen, neben dem, wie die Umwelt beschaffen ist, sich selbst zu regulieren. Selbstregulation ist eine Eigenschaft, die sich jeder von uns aneignen sollte. Wer sich etwa langweilt, muss lernen, sich selbst zu beschäftigen, sich Zufriedenheit zu schenken. Bei einem Baby gehört dazu auch der Moment, in dem es zeigt, dass es keine Lust mehr auf die Beschäftigung allein hat. Es meldet sich, wenn es sich Aufmerksamkeit wünscht.

**ZEITmagazin ONLINE:** Trotzdem denken viele Eltern, sie müssten schon vorher mitmachen, ihr Kind bespaßen, weil das Förderung impliziert.

**Leuchter:** Ein Baby lernt genauso gut, wenn es manchmal Dinge tun darf, ohne dass ein Erwachsener daneben sitzt und es bespielt. Ich finde Bespaßen unnötig. Was viel mehr zählt, ist eine echte Interaktion mit dem Kind. Darin steckt die wahre Förderung.

**ZEITmagazin ONLINE:** Wie unterscheiden sich Bespaßen und Interaktion?

**Leuchter:** In einer echten Interaktion achten Erziehungspersonen auf die Bedürfnisse des Babys und folgen diesen. Wenn es also zufrieden seine Bauklötze gegeneinanderschlägt, können wir es getrost allein spielen lassen. Es braucht uns in diesem Moment nicht. Gehen wir jedoch dazu und lenken es ab, stören wir seine Selbstregulation. Das ist im Einzelfall kein Problem, irgendwann ist schließlich auch einmal Zeit für das Essen oder Besuch kommt vorbei. Aber wer das immer wieder tut, läuft Gefahr, dass er seinem Baby die Selbstregulation abgewöhnt und das Kind stattdessen lernt, sich immer nur über die Person, die es stört, Mutter oder Vater, zu regulieren. Dann folgt es nur noch dem, was die Erwachsenen von ihm verlangen, und probiert sich nicht allein aus.

**ZEITmagazin ONLINE:** Manche Eltern nutzen die Situation des Alleinspiels, um Arbeiten zu erledigen, sie checken Mails, schicken eine Onlinebestellung ab oder kochen Essen vor.

Viele beschleicht dann ein schlechtes Gewissen, weil sie denken, Zeit mit ihrem Kind verbringen zu müssen.

**Leuchter:** Niemand muss ein schlechtes Gewissen haben. Wir sind alle Individuen und müssen unsere Aufgaben erledigen. Wer das Kind als Mensch respektiert und akzeptiert, seine Bedürfnisse befriedigt und es unterstützt, wird immer zur richtigen Zeit für den Nachwuchs da sein. Ich verstehe nicht, warum Eltern sich so oft mit einem schlechten Gewissen quälen. Sie beschleicht auch keines, wenn sie vergessen, eine Freundin zurückzurufen. Ein schlechtes Gewissen beeinflusst die Beziehung und sagt auch viel über Menschen aus. Eltern, die ihr Baby etwa beim Spielen nicht allein lassen können, es immerzu bespaßen wollen, regulieren in diesem Moment ihre Bedürfnisse über das Kind, weil sie glauben, sie müssten jederzeit präsent sein, dass es ohne sie nicht funktioniert. Das ist alles andere als günstig für die Entwicklung des Babys.

**ZEITmagazin ONLINE:** Trotzdem gibt es Eltern, die schon über ihr Baby sagen, dass es sich überhaupt nicht allein beschäftigen könne. Wie unterscheiden sich Kinder?

**Leuchter:** Der Charakter von Babys zeigt sich früh – auch beim Spieltrieb. Es gibt Kinder, die können sich wunderbar allein beschäftigen, und es gibt jene, die sich mehr Aufmerksamkeit wünschen. Wobei hier auch der Alltag der Familie und die Wahrnehmung der Eltern entscheidend ist. Erwachsene sollten sich immer fragen: Was hat das Verhalten meines Kindes mit mir zu tun?

**ZEITmagazin ONLINE:** Wie meinen Sie das?

**Leuchter:** Ich beobachte immer wieder Eltern, die mit ihren Babys am Tisch sitzen und auf einmal das Telefon annehmen, wenn es klingelt. Sie geben dem Kind kein Zeichen, sondern sprechen einfach in ihr Smartphone. Es findet keine echte Interaktion statt. Das Baby hingegen denkt, die Person spreche mit ihm, es interpretiert die Situation ganz anders. Kinder sind geeicht auf Sprache, sobald jemand sich unterhält, wollen sie hören und verstehen. Wenn sie dann merken, dass die Aufmerksamkeit aber nicht ihnen gilt, suchen sie auf eine heftige Art und Weise, wie Weinen oder Quengeln, den Kontakt. Viele Eltern könnten dann denken, dass ihr Baby nicht allein sein kann. Dabei könnte es sich wahrscheinlich schon beschäftigen, aber es braucht die Rückversicherung, dass der Kontakt zwischen ihm und seinem Elternteil besteht.

**ZEITmagazin ONLINE:** Wie können Eltern diesen Kontakt zeigen – und das Baby dennoch allein spielen lassen?

**Leuchter:** Wenn sie zum Beispiel sehen, dass das Baby etwas Neues ausprobiert, sich hochzieht oder einen Ball rollen lässt, können sie es anfeuern und loben: "Toll, dass du das schon kannst. Mach weiter so." Viele Eltern reagieren so ganz natürlich, weil sie sich freuen, wenn ihr Kind Fortschritte macht. Trotzdem sollten wir es nicht dabei stören und ihm helfen, vielmehr sollten wir das Baby ausprobieren lassen, sogar wenn es nicht ganz zufrieden ist. Sobald das Kind ernsthaft meckert oder weint oder die Situation brenzlich wird, sollten Mütter und Väter natürlich dazukommen. Schließlich können wir ein Baby nicht einfach sich selbst überlassen. Die Balance zwischen Alleinspiel und Unterstützung zu finden, kann schwierig sein. Aber wer mit seinem Baby lebt, den Kontakt zu dem Kind und sich nicht verliert, hat das im Gefühl.

**ZEITmagazin ONLINE:** Wirklich im Gefühl?

**Leuchter:** Dabei handelt es sich um kognitive Empathie. Erwachsene sollten nicht nur mit dem Baby mitfühlen – das würde bedeuten, sie weinen, wenn das Baby weint –, sondern verstehen, warum es Dinge tut, und überlegen, was es in der jeweiligen Situation braucht. In unserer oft stressigen, verplanten Welt wollen viele alles perfekt machen. Ich plädiere dafür, nicht immer nach Lehrbuch zu gehen, sondern das eigene Kind zu beobachten, sich ein paar Sekunden Zeit zu lassen und dann zu reagieren.

**ZEITmagazin ONLINE:** Erwachsene sollten also nicht nur das Kind, sondern auch sich selbst im Blick haben?

**Leuchter:** Viele Eltern stören ihr Kind immer wieder, weil sie zu hohe Ansprüche haben. Sie finden es vielleicht komisch, dass das Baby nun schon minutenlang mit zwei Bauklötzen gegeneinanderschlägt und denken, es müsse sich jetzt ein Buch anschauen. Das ist unserer durchgetakteten und optimierten Welt geschuldet – aber es schadet dem Lernen von Selbstregulation. Stattdessen könnten Eltern mehrmals am Tag für ein paar Minuten kleine Momente schaffen, in denen sie das Kind einfach sich ausprobieren lassen und schauen, wie lange es mit sich selbst sein mag.

**ZEITmagazin ONLINE:** Können Erwachsene das Alleinspiel von Kindern fördern?

**Leuchter:** Das finde ich herausfordernd. Natürlich können Eltern mit dem Kind interagieren, ihm Bauklötze oder eine Rassel zeigen und sich anschließend zurückziehen. Sobald das Kind sich unwohl fühlt, nicht mehr allein sein möchte, geht man wieder hin, spielt ein wenig, ehe man sich wieder zurückzieht. Das können Mütter und Väter wiederholen, nach und nach werden die Zeitspannen länger. Dafür brauchen sie viel Zeit – aber ich glaube, viele, die die Bedürfnisse ihres Kindes beachten, agieren automatisch so.

**ZEITmagazin ONLINE:** Ab wann brauchen Kinder mehr Anleitung beim Spiel?

**Leuchter:** Wenn sie in einem Alter sind, indem sie sich Kulturkompetenzen erarbeiten können. Das beginnt zwischen zwei und vier Jahren. Hier können Eltern etwa gemeinsam mit dem Kind Abzählreime aufsagen oder erste Brettspiele ausprobieren. Es geht nicht darum, einem Kind zu sagen, dass es sich hinsetzen und etwas spielen oder ausprobieren soll. Beim *guided play*, dem angeleiteten Spiel, entscheidet das Kind, was es tun möchte. Wählt es das Bauen mit Klötzen, können Eltern daneben sitzen und zunächst beobachten. Stapelt das Kind die Bauklötze zu einem Turm, kann man diese mit dem Kind beispielsweise durchzählen oder ihm zeigen, wie weit die Steine fallen, wenn man den Turm umstößt. Bei dieser Art Anleitung nehmen Erwachsene das Kind nicht aus dem Spiel heraus, sie interessieren sich für das Tun des Kindes und sind ihm dabei immer einen Schritt voraus, zeigen ihm Neues, damit es in die Kultur hineinwachsen kann. Auch hier geht es um Interaktion statt Bespaßen.

*Viele Kinder würden wahrscheinlich viel lieber mit ihren Eltern kochen, als in einer Spielküche zu stehen.*

**Miriam Leuchter**

**ZEITmagazin ONLINE:** Viele Eltern stellen, wenn der Nachwuchs etwas älter ist, eine Kinderküche in die eigene Küche – damit das Kind während des Kochens daneben spielen kann. Fördern solche Maßnahmen das Alleinspiel?

**Leuchter:** Viele Kinder würden wahrscheinlich viel lieber mit ihren Eltern kochen, als in einer Spielküche zu stehen. Denn dort lernten sie, wie mit echten Zutaten, Obst, Gemüse,

Gewürzen, eine Mahlzeit zubereitet wird. Kinder finden es ungemein spannend, was Erwachsene tun. Meiner Erfahrung nach lieben sie es zum Beispiel, Dinge zu ordnen – so wie Aschenbrödel in dem Märchen Erbsen und Linsen sortieren musste.

**ZEITmagazin ONLINE:** Die wenigsten Eltern wollen wahrscheinlich eine Tüte Erbsen in der Küche ausschütten. Was könnten sie Kindern stattdessen anbieten?

**Leuchter:** Sie könnten ihr Kind eine Schublade neu einräumen lassen. Zuvor macht man ein Foto von der eingeräumten Schublade, dann leert man diese und bittet das Kind, die Schublade getreu dem Foto wieder zu füllen. Kinder haben daran einen großen Spaß, sie können das stundenlang machen. Durch das Ordnen kategorisieren sie ihre Welt, nehmen sich selbst und ihr Handeln wahr. Das fördert ihre kognitiven Leistungen und wieder die Selbstregulation. Eltern sollten sich immer die Frage stellen: Was braucht mein Kind von mir, wo muss ich helfen und an welchem Punkt kann es sich schon selbst gut beschäftigen, gut regulieren? Auch das ist nicht immer einfach und von der Situation abhängig. Aber Mütter und Väter sollten diesbezüglich auch etwas gelassener sein. Alle Kinder werden groß.

**ZEITmagazin ONLINE:** Gelassenheit scheint vielen schwerzufallen, vor allem wenn es um die Förderung ihres Babys oder kleinen Kindes geht.

**Leuchter:** Und diese Gedanken kann ich gut verstehen. Aber Eltern sollten ihr Kind nicht überfordern, es immer nur in die Zone seiner nächsten Entwicklung begleiten. Es bringt nichts, einem Baby Buchstaben und Zahlen zu zeigen. Es kann keine Verknüpfung dazu herstellen. Alle Kinder, egal in welchem Alter, haben das große Bedürfnis zu lernen, sie besitzen eine angeborene Neugier – es kommt aber eben auf die altersgerechte Begleitung an.

**ZEITmagazin ONLINE:** Trotzdem kennt jeder Kinder, die zu Erwachsenen an den Kaffeetisch kommen und erklären, ihnen sei so langweilig. Wo steckt da die Neugier?

**Leuchter:** Die Neugier ist nicht verschwunden. Hinter dieser Aussage steckt meistens der Wunsch nach Aufmerksamkeit. Wenn Mutter und Vater schon lange mit Freunden sprechen, möchte auch das Kind Teil der Gemeinschaft sein. Nichtsdestotrotz ist Langeweile wunderbar. Denn dabei lernen Kinder, was sie wirklich möchten, probieren sich aus. Ich habe viele Jahre in einer Kita gearbeitet. In meiner Gruppe gab es den "Langeweile-Sessel". Es war ein Stuhl, der in der Mitte des Raumes stand. Wenn ein Kind nicht wusste, wie es sich beschäftigen sollte, durfte es sich daraufsetzen und die anderen Kinder beobachten. Viele haben das sehr genossen. Eltern können in Situationen der Langeweile Vorschläge machen, aber manchmal dürfen sie das Kind auch einfach sein lassen. Dann kommt es meistens selbst auf die besten Ideen.