

# THEMENBLATT

## Essen und Pflege im Kleinkindalter



„Grundlagen für ein positives Körpergefühl und für Vertrauen von Kleinst- und Kleinkindern in ihre Umwelt sind sowohl zahlreiche wohltuende Erfahrungen mit dem eigenen Körper als auch das sensible Eingehen auf ihre körperlichen Bedürfnisse.“

*(aus: Nationaler Rahmenplan zur non-formalen Bildung im Kindes- und Jugendalter. MENJE, 2018, S.47)*

### Die Wichtigkeit von Mahlzeiten & Pflegeroutinen

Bei den Mahlzeiten, der Pflege und in Schlafsituationen werden nicht nur die notwendigen Handlungen der Grundversorgung angeboten, sondern es sind Momente, in denen eine Vielzahl von Bildungsaspekten angesprochen werden. Durch eine gezielte Organisation sind dies Situationen im Alltag, welche erlauben, zusätzlich zur Gruppenbetreuung, ganz individuell auf das Kind einzugehen und eine emotionale Bindung zum Kind aufzubauen.

### Die Rolle und Bedürfnisse des Kindes

Bei der Situationsgestaltung steht der **Entwicklungsstand** des jeweiligen Kindes im Vordergrund.

#### Schlafen

Für die gesunde Entwicklung des Kindes, ist es besonders wichtig, dass es seinem **individuellen Schlafrhythmus** nachgehen kann. Im Schlaf findet die körperliche, sowie geistige Regeneration statt, Wichtiges wird von Unwichtigem getrennt und vorher Erlerntes wird verankert. Wenn das Kind Anzeichen von Müdigkeit zeigt, wird ihm ermöglicht, sich auszuruhen oder zu schlafen. Im Prinzip wird das Kind zum Schlafen auf den Rücken gelegt, eine Ausnahme kann dann gemacht werden, wenn die Eltern vorab den Wunsch dazu geäußert haben.

Wenn ein Kind nicht schlafen möchte, dann wird das respektiert. Ihm kann dann stattdessen eine ruhige Aktivität angeboten werden.

**Feste Rituale** und eine **feste Struktur** geben dem Kind die nötige Sicherheit und vereinfachen das Einschlafen.

## Essen

Bei Säuglingen, welche noch nicht selbstständig sitzen können und mit dem Fläschchen gefüttert werden oder Brei bekommen, ist darauf zu achten, dass sie während der Mahlzeit auf dem **Schoss** der pädagogischen Fachperson sitzen bzw. liegen.

Kinder ab ca. 1 Jahr, welche eine **aufrechte** Position einnehmen können, essen individuell mit einem Erwachsenen, entweder in einem Pikler-bänkchen oder sie nehmen am Kindertisch Platz. Sobald das Kind sicher am Tisch Platz nehmen und mit **Löffel und/oder Gabel essen** kann, können zwei Kinder gemeinsam, in Begleitung eines Erwachsenen, an einem Tisch sitzen.

Ab einem Alter von ungefähr **anderthalb Jahren**, kann die Essenssituation so gestaltet werden, dass die Kinder in kleinen Gruppen, von maximal 4 Kindern, gemeinsam an einem Kindertisch speisen können. Ab 2 Jahren kann die Kinderzahl dann auf maximal 5 Kinder pro Tisch erhöht werden.



Foto: Crèche Birn/Barn Schieren - elisabeth

## Pflege

Bei der Pflege wird die **Autonomie** des Kindes gefördert indem das Kind je nach Entwicklungsstand und Reife immer mehr eingebunden wird. So kann es z.B. beim An- und Ausziehen mithelfen, die Kleider wegräumen usw.

Das Versprachlichen der durchgeführten Handlungen während der Pflege, das Benennen der Körperteile des Kindes, usw. und tragen so zur **Sprachentwicklung** des Kindes bei. Die verschiedenen Materialien erlauben das Erkunden mit allen Sinnen (feste Unterlage spüren, weiches Tuch ertasten, Wasser hören, Seife riechen, Zahnpasta schmecken, usw.). Das Kind erfährt so einerseits Sicherheit durch die individuelle Betreuung und macht zahlreiche Erfahrungen mit seiner Umwelt.



Foto: Garderie Butzenhaff Cruchten - elisabeth

## Die Raumgestaltung

Der **Essbereich** ist vom Spielbereich abgetrennt. Ein bequemer Sessel erlaubt dem Erwachsenen eine entspannte Haltung beim Fläschchen geben. Kleine Tische und Stühle, die an die Körpergröße der Kinder angepasst sind, ermöglichen selbständiges Hinsetzen. Eine Pikler-Essbank erlaubt eine angemessene Sitzposition beim Essen und ermöglicht Bewegungsfreiheit.

Das Kind wird auf einer festen **Wickelunterlage** gewickelt. Die Sicherheit wird dadurch gewährleistet, dass auf den Wickeltischen ein Gitter rundherum befestigt ist, an dem das Kind sich festhalten kann, wenn es möchte. Das Kind darf zu keinem Moment allein auf dem Wickeltisch gelassen werden. Ältere Kinder dürfen selbst mitentscheiden, ob sie im Liegen oder im Stehen gewickelt werden möchten (**Stehwickler**).



Foto: Crèche Margréitchen Bissen - elisabeth

Der **Schlafbereich** ist so gestaltet, dass jedes Kind einen gemütlichen eigenen Schlafplatz zur Verfügung hat. Die Einrichtung des Raumes vermittelt Geborgenheit und lädt zum Ruhen ein.

Beispiele: klassisches Gitterbettchen, Schaumstoffbetten als Nest, große, gepolsterte Körbe, niedrige Einzelbettchen mit Sichtfenster.

Für Kinder ab 2 Jahren können Nischen und Höhlen angeboten werden.

Die ideale Zimmertemperatur des Schlafraumes liegt bei 18°C.

## Das Material

Um die Autonomie der Kinder zu fördern, wird darauf geachtet, kindgerechtes Material (Wasserkrug, Besteck, usw.) anzubieten. Ab einem Alter von 18 Monaten können kleine Glasschüsseln und Krüge (0,25l) (a) angeboten werden, aus denen die Kinder sich selbst bedienen können. So können sie selbst auswählen was und wieviel sie sich auf den Teller nehmen möchten. Den Kindern wird ein angepasstes aber komplettes Besteckset (b) angeboten. Die benutzten Gegenstände werden mit korrekten Begriffen benannt. Um die Kinder aktiv in die Vorbereitung mit einzubeziehen kann ein selbstgestaltetes Tischset (c), auf welchem die einzelnen Gegenstände (Teller, Besteck, Glas, Serviette) abgebildet sind, beim Tischdecken helfen.



(a)



(b)



(c)

## Die Rolle der pädagogischen Fachkraft

Der pädagogischen Fachkraft kommt die Aufgabe zu, die Mahlzeiten und Pflegesituationen als feste und regelmäßige Situationen im Tagesablauf zu organisieren. Sie sorgt für klare Strukturen und Regeln sowie für eine **ruhige und entspannte Atmosphäre**, die den Kindern erlaubt sich austauschen und in Beziehung mit ihrem Gegenüber zu treten.

Bei den Mahlzeiten wird die Situation gemäß dem Entwicklungsstand des Kindes organisiert:

- individuell auf dem Schoss
- individuell am Tisch oder in der Pikler-Bank
- mit zwei Kindern am Tisch
- mit 3 bis 4 Kindern am Tisch

Der Erwachsene nimmt dabei eine möglichst bequeme Sitzposition ein.

Er erklärt dem Kind, was es zu essen gibt, ermutigt es zu probieren und vermeidet dabei jeglichen Zwang.

Während der Momente der Pflege wird besonders auf die Qualität des Kontaktes zwischen pädagogischer Fachkraft und Kind geachtet. Dieser Kontakt wird durch viel **Augenkontakt**, durch **Berührungen** und feinfühlig **Worte** bestimmt. Dem Kind soll vermittelt werden:



Foto: Crèche Margrèthen Bissen - elisabeth

„Du bist wertvoll“

„Du kannst dich auf  
uns verlassen“

„Deine Wünsche sind  
berechtigt und werden  
wahrgenommen“

„Du bist wichtig“

Während der Pflegesituation findet eine **1:1 Betreuung** statt. Das Kind genießt die volle Aufmerksamkeit der pädagogischen Fachkraft. Diese geht individuell auf das Kind ein, nimmt sich Zeit, begleitet seine Handlungen sprachlich.

## Individualität jedes Kindes

- Wünsche respektieren
- Entwicklungsstand berücksichtigen

## Pflege

- Achtsamkeit & Aufmerksamkeit
- Blickkontakt
- Berührungen
- sich Zeit nehmen

## Autonomie

- altersgerechtes Material
- Kooperation mit dem Kind

# Rolle der pädagogischen Fachkraft

## Kommunikation

- Verbalisierung von Handlungen
- Feinfühliges Stimmlage
- Eingehen auf Reaktionen

## Sicherheit

- Aufbau einer Beziehung
- feste Rituale/Strukturen

## Notizen

-----

-----

-----

Dieses Themenblatt richtet sich vorwiegend an Erzieher und Erzieherinnen im Kleinkindbereich

## Quellen & Literaturhinweise

### Fotos

- elisabeth

### Quellen / Literatur

- Fietze, Ingo (2018). *Die übermüdete Gesellschaft. Wie Schlafmangel uns alle krank macht*. Leipzig: Rowohlt Verlag.
- Ministère de l'Éducation Nationale, de l'Enfance et de la Jeunesse (2018). *Nationaler Rahmenplan zur non-formalen Bildung im Kindes- und Jugendalter*. Luxembourg: MENJE.
- Ostermayer, Edith (2013). *Pikler. Pädagogische Ansätze für die Kita* (1. Aufl.). Berlin: Cornelsen Verlag.
- Strub, Ute; Tardos, Anna (2006). *Im Dialog mit dem Säugling und Kleinkind*. Berlin: Pikler Gesellschaft.
- Vincze, Maria (2005). *Schritte zum selbständigen Essen*. Berlin: Pikler Gesellschaft.

### Veröffentlichungen des SNJ

- Pädagogische Handreichung. „À table ! L'expérience du buffet comme modèle de restauration dans les maisons relais“. SNJ, 2013.
- Études et conférences. „Bindung und Bildung“. (L'attachement et l'éducation). Sammlung der Beiträge der siebten nationalen Konferenz zur non-formalen Bildung. SNJ, 2019.

Erscheinungsjahr: 2022