

Praxismappe 2-25: Mahlzeit!

Folder Nr. 6:

Jeder kennt's anders

Mahlzeiten kultursensibel begleiten

(Kariane Höhn)



Qualitätskriterien für eine entwicklungsgerechte Speiseraumausstattung

Möblierung

- ✓ Kinder am Übergang zum selber essen werden am Besten in einer Sitzposition unterstützt, in der sie, selbst freisitzend, dem fütternden Erwachsenen auf Augenhöhe gegenüber sitzen und selber eine kleine Tischfläche mit ihrem eigenen Geschirr haben.

Für die Auswahl der Möblierung empfiehlt sich:

- ✓ Tisch und Stuhl sollen stets in ihrer Höhe mit einander in Beziehung stehen; der Tisch ist idealer Weise 20 cm höher als der Stuhl
- ✓ leicht höhenverstellbare Tischbeine ermöglichen „mitwachsende“ Tischhöhen
- ✓ Der Stuhl oder Hocker ist so hoch/niedrig, dass das Kind geerdet ist – also seine Füßchen fest auf dem Boden hat! Etliche Anbieter bieten denselben Stuhl- oder Hockertyp in verschiedenen Höhen an; bei einer Gruppe von 10 Krippenkindern empfiehlt sich eine Mischung aus 3+3+4 und 1 Essbänkchen.
- ✓ Hocker zum Freisitzen sind geeigneter; geben Armfreiheit beim Hantieren und Selbstregulationsmöglichkeit bei der Tiefe der Sitzfläche. (von der Beek 2006¹)
- ✓ Beim Einsatz von Hochstühlen ist auf das Fußbrett zu achten! Geerdet sein bedeutet hier eine Anpassung von Sitzfläche und Fußbrett zur Größe des Kindes.

Geschirr- und Besteckauswahl

- ✓ bruchsicheres und standfestes Geschirr unterstützt die Lust am Hantieren: der Teller rutscht nicht weg; das Glas kippt nicht.

¹ Von der Beek, A. (2006). Bildungsräume für Kinder von Null bis Drei. Weimar Berlin: verlag das netz S. 135

- ✓ Teller mit leichten Aufkantungen am Rand verhindern das Rausrutschen von Speisen; es kann mit dem Besteck „dagegen“ geschoben werden.
- ✓ transparente Gläser, Becher und Krüge ermöglichen das Wahrnehmen der Flüssigkeit und deren Menge bzw. Gewicht und unterstützen das Gießen zu lernen.
- ✓ Becher mit und ohne Henkel oder Gläser mit längsgeriffelten Flächen unterstützen das individuelle Greifverhalten. Ein sehr schlankes, längsgeriffeltes Glas bietet sich zum Einstieg ins Trinkenlernen an. Unterstützt werden kann es, indem das Glas ganz vollgeschenkt ist und das Kind „oben abtrinkt“. Das Kind öffnet gerne seinen Mund, wenn die Oberlippe benetzt ist. Zu Beginn schlappert es wie eine Katze mit der Zunge das Wasser. (Gätjen 2011²)
- ✓ Gläser mit einem dicken, nach außen gewölbten Rand unterstützen Kinder unter einem Jahr oder Kinder, die längere Zeit mit Trinkflaschen und Nuckelflaschen getrunken haben, auf ein Glas umzusteigen.
- ✓ Schöpfgerätschaften, mit kurzen Stilen und ohne Festlegung der Gießrichtung (Soßenlöffel mit Einkerbung links und rechts) lassen verschiedenes Hantieren zu; Greifzangen und Vorlegegabeln laden ein, Rohkost und Beilagen auf den eigenen Teller zu transportieren
- ✓ Alle Besteckformen und Größen stehen zur Auswahl: kleiner Löffel, sog. große Löffel in verschiedenen Größen und runden oder ovalen Formen, Gabeln und Messer. Das Kind entscheidet welches Werkzeug gleichermaßen vertraut und sinnhaft ist.
- ✓ bei kleinen Kindern unter 1 Jahr wird empfohlen auf die Wärmeleitfähigkeit des Materials zu achten; flache, flexible Silikonlöffel mit einem kurzen Stil werden vor allem in der Fütterpraxis bevorzugt (Gätjen 2011³).
- ✓ es kann beobachtet werden, dass Kinder für unterschiedliche Speisen gerne verschiedene Löffel nutzen. z.B wird häufig bevorzugt Joghurt mit einem flachen Silikonlöffel zu essen. Die Speise „schmeckt anders“ mit unterschiedlichem Besteck – das erfährt bereits ein junges Kind. Mit einer Auswahl an Besteck diese Erfahrung aufnehmen ist ein weiterer Ausdruck von Responsivität bei der Mahlzeitengestaltung.
- ✓ Rutschhemmende Sets oder Untersetzer für die Teller (z.B geschnitten aus Einlegeware für Küchenschränke und Wohnmobile oder rutschhemmende Unterlagen unter Teppiche)

² Gätjen, E. (2011). Lotta lernt essen. Stillen, Milch und Babybreie: Der Ratgeber fürs tägliche Leben. Stuttgart: Trias. S. 85

³ Gätjen, E. (2011). Lotta lernt essen. Stillen, Milch und Babybreie: Der Ratgeber fürs tägliche Leben. Stuttgart: Trias. S. 83

- ✓ Tischoberfläche aus Linoleum sind gleichermaßen rutschhemmend und reduzieren die Geräusche durch das Geschirr
- ✓ In der Höhe „überschaubare“ und transparente Schüsseln“ erleichtern die Orientierung „das gibt es heute“ und Vermeiden das Aufstehen um „reinzuschauen“. Sich orientieren können, was es gibt, zu prüfen, ob ich diese Speise kenne, bereitet den Prozess des Auswählens vor. Das Kind kann sich bereits ein Bild machen, was es gibt, bevor die Speise auf seinem Teller arrangiert ist oder es sich selber genommen hat.
- ✓ Schüsseln, die sich in ihrer Formgebung öffnen, unterstützen das selber Schöpfen

Dem Wunsch nach reinen, nicht vermischten Speisen wird entsprochen durch:

- ✓ Gut strukturierte Vorlegeplatten, mit Teilungen wie beim Fondueteller
- ✓ Portionierung der Speisen in kleinen Einheiten z.B. in gut stehenden Gläschen oder Platten trägt der verschiedenen „Arbeitsgeschwindigkeit“ der Kinder aufgrund ihrer unterschiedlichen Kompetenzen Rechnung. Ungeduld und damit Unruhe werden vermieden.