

Berührung tut gut!

Jänner 2013

Die Haut als größtes Sinnesorgan des Menschen freut sich meist über Berührung. Schon bei Ungeborenen wird die Haut über das Fruchtwasser und die Gebärmutter stimuliert.

An vielen Stellen der Haut finden sich besonders viele Nervenenden und machen uns besonders empfindsam, so zum Beispiel an den Fingerspitzen. Versuchen Sie doch mal ohne hinzusehen etwas mit den Fingerkuppen zu ertasten, sie werden sehen, auch ohne optischen Reiz werden Sie sich rasch ein „Bild“ davon machen können.

Grundsätzlich lassen sich unterschiedliche Bereiche der taktilen Wahrnehmung (Tastsinn) unterscheiden:

- Berührungswahrnehmung
- Erkundungswahrnehmung
- Temperaturwahrnehmung
- Schmerzempfindung

Während Berührungswahrnehmung passiv stattfindet (ich werde von jemandem oder von etwas berührt) bedeutet Erkundungswahrnehmung das aktive Tun (Ein Kind, das etwas ertastet)

Vor allem die Temperaturwahrnehmung ist sehr subjektiv und daher unterliegt sie oft großen „Täuschungen“. Stellen Sie sich einmal vor, sie haben eine Hand gerade abgekühlt (z.B. in einem Becken mit kaltem Wasser) und tauchen diese Hand dann in lauwarmes Wasser. Das Wasser wird ihnen fast heiß vorkommen. Tauchen sie die Hand zuvor in heißes Wasser (von der Temperatur noch erträglich!) und danach in lauwarmes Wasser, so wird es ihnen kalt vorkommen!

Schmerzempfindung bewahrt uns vor weiterer Verletzung (der Schmerz signalisiert, dass etwas nicht stimmt, so ziehen wir augenblicklich die Hand zurück, wenn wir in etwas heißes greifen oder uns am Messer schneiden, um mit dieser Tätigkeit nicht weiter fortzufahren).

Für die kindliche Entwicklung ist es notwendig, dass alle Bereiche in ausreichender Form und Anzahl stimuliert werden. Nur so kann sich ein gesundes Gefühl für Körper und Psyche entwickeln. Besonders Kinder, die als Baby nicht genug Berührung erfahren haben, können im Anschluss sehr berührungs- und schmerzempfindlich sein. Viele lehnen dann Kuscheleinheiten verstärkt ab.

Lassen Sie Ihre Kinder viele Erfahrungen machen. Nehmen Sie Ihr Baby regelmäßig und häufig in den Arm, genießen Sie die körperliche Nähe beim Stillen/Füttern. Bedenken Sie aber auch die



Notwendigkeit für Kinder, die Umwelt durch Berührung zu erfahren und lassen Sie Ihr Kind unterschiedliche Gegenstände und Materialien auch in den Mund nehmen. Leichte Infektionen im Kleinkindalter lassen sich nicht dadurch umgehen, wenn Sie Ihrem Kind untersagen, Gegenstände in den Mund zu nehmen. Vielmehr ist auch die Auseinandersetzung mit Keimen, Viren und Bakterien gut für einen erfolgreichen Aufbau des Immunsystems.

Sorgen Sie für unterschiedlich geformtes und aus differenten Materialien hergestelltes Spielzeug. Meist sind Alltagsgegenstände wesentlich interessanter als gekauftes Spielmaterial (ganz abgesehen von dem Vorteil der Kostenersparnis).

Achten Sie bei größer werdenden Kindern auch auf die Grenzen des Kindes und akzeptieren Sie, wenn sich Ihr Kind nicht berühren lassen will.

Viel Spaß beim Forschen wünscht Ihnen

Manuela Kohlert

www.eltern-und-erziehung.com