

Wissen: Zeit – Zuwendung – Zärtlichkeit

● Zeit – Zuwendung – Zärtlichkeit

Für eine optimale Entwicklung des Kindes muss sowohl das **körperliche als auch das psychische Wohlbefinden** gewährleistet sein.

Die **körperlichen Bedürfnisse** sind das Stillen von Hunger und Durst wie auch der Schutz vor Gefahren oder vor Kälte/Wärme, ebenso wie das Reagieren auf Unwohlsein und Krankheiten. Es beinhaltet also **Ernährung, Schutz und Pflege** (richtige/gesunde Ernährung, angemessene Kleidung, Einschätzung von Unfallgefahren, Handlungsrepertoire bei Unwohlsein und Krankheiten).

Nebst der Befriedigung der körperlichen Bedürfnisse ist das Kind für sein Wohlergehen zusätzlich auf eine Bezugsperson angewiesen. Die Bezugsperson erfüllt, indem sie eine Beziehung zum Kind aufbaut, mit dem Kind kommuniziert und interagiert die **psychischen Bedürfnisse** des Kindes. Diese Art von Wohlbefinden wird als das **psychische Wohlbefinden** definiert. **Das Kind braucht ein Gefühl von Geborgenheit, die körperliche Nähe und die liebevolle Zuwendung einer ihm vertrauten Person. Das Kind will angenommen sein, als einzigartig anerkannt werden und es benötigt Lob und Wertschätzung.**

Man spricht auch von den drei Z:

Zeit – Zuwendung – Zärtlichkeit

Die Bezugsperson soll sich **Zeit** nehmen für das Kind, **seine Bedürfnisse verstehen**, mit ihm **spielen**, ihm Geschichten erzählen. **Spielen heisst für ein Kleinkind lernen**, also entdecken, ausprobieren, Zusammenhänge erkennen, Lösungen finden etc.

Dazu gehört auch, einem Kind **etwas zuzutrauen**, ihm einen **Freiraum** zu geben, damit es selbst **etwas ausprobieren kann**. In einem Bild ausgedrückt: Ein Kind steigt auf einem Klettergerüst nur so weit, wie es sich getraut. Die Bezugsperson steht daneben im Falle eines Sturzes, hilft aber nicht, höher zu klettern. Das muss das Kind selber schaffen. Einige Zeit später schafft das Kind den nächsten Tritt und kann stolz auf seine Leistung sein. Vor allen Dingen aber soll die Bezugsperson das Kind ernst nehmen, es nicht übergehen oder übersehen. Auch bei den alltäglichen und wiederkehrenden Aktivitäten wie Körperpflege, an- und auskleiden oder essen, kann man sich Zeit nehmen und dem Kind **Zuwendung** entgegen bringen: mit dem Kind sprechen (auch wenn es noch ein Baby ist), auf seine Gefühle eingehen, emotional zur Verfügung stehen, es loben oder trösten. Durch Freude und körperliche und sinnliche Nähe in Form von Zärtlichkeit sollen die Bezugspersonen immer wieder zum Ausdruck bringen, dass das Kind willkommen ist. **Diese liebevolle Zuwendung und emotionale Fürsorge der Bezugspersonen geben dem Kind das Gefühl von Geborgenheit und Sicherheit**, was für das psychische Wohlbefinden unerlässlich ist.

Das Bedürfnis nach Zärtlichkeit und Körperkontakt variiert je nach Situation, nach Person und verändert sich mit zunehmendem Alter.

Reaktionen der Zurückweisung seitens des Kindes sollen respektiert werden. Ein Kind soll nicht erstickt werden. Schliesslich soll das Kind nicht die Bedürfnisse der Bezugspersonen befriedigen, sondern umgekehrt die Bezugspersonen die Bedürfnisse des Kindes.