

Ernährungsinformationen für Kindertagesstätten - März 2009 -



Probierlöffel - Ja oder nein???

Muss der tägliche Probierhappen sein oder ist er überflüssig?

Diese Frage wird jedes Mal heftig von Befürwortern und Gegnern diskutiert. Gerlinde Lill hat in ihrem Buch „Begriffe versenken“ eine klare Position bezogen, die ich hier vorstellen möchte.

„Kinder werden nicht zum Essen gezwungen - oder?“ „Nein, nein, die Zeiten sind vorbei.“
„Wir wissen ja, wie wichtig es ist, die Wünsche der Kinder zu respektieren, aber probieren müssen sie wenigstens...“

Bei allen Veränderungen im Denken und Handeln - Reste schwarzer Pädagogik halten sich hartnäckig. Eine dieser unsäglichen Traditionen ist der „Kostehappen“, auch „Probierlöffel“ genannt. Er ist noch in vielen Häusern zu Hause und straft die konzeptionellen Leitgedanken von Respekt und Ernstnehmen Lügen. Dabei ist dieser Begriff ein unreflektiertes Überbleibsel aus alten Zeiten und lässt sich - etwas nachdenken vorausgesetzt - eigentlich leicht versenken.

Wenigstens ein Löffelchen... Aber gerade der „Kostehappen“ wird hartnäckig verteidigt. Warum? Begründungen hören sich so an:

- Die Kinder sollen unbekannte Speisen kennenlernen, sonst können sie ja nicht beurteilen, ob sie ihnen schmecken.
- Wenn einer etwas nicht essen will, dann ziehen die anderen nach.
- Manche Kinder würden sich sonst nur von Fischstäbchen und Spaghetti ernähren.
- Der Individualismus soll in Grenzen gehalten werden, sonst macht hier jeder, was er will.
- Die Eltern erwarten, dass ihre Kinder ordentlich essen, schließlich bezahlen sie dafür.
- Es schadet den Kindern nicht, wenn sie ein Löffelchen probieren.

Schauen wir einmal, was es mit diesen Begründungen auf sich hat:

Respekt...

- Kinder reagieren wie wir. Sie sehen und riechen und assoziieren. Mal läuft ihnen das Wasser im Mund zusammen, mal ekeln sie sich, je nachdem, welche Vorerfahrungen sie bereits haben. Manche Speisen sind ihnen anfangs fremd und machen vielleicht erst nach und nach neugierig.
- Respektieren wir das, dann werden Kinder nach ihrer eigenen inneren Geschmacksentwicklung nach und nach die Schlemmervergnügen dieser Welt entdecken. Genauso, wie wir es auch getan haben.
- Haben Sie Lust an bestimmten Speisen gewonnen, weil man sie Ihnen aufgezwungen hat? Wohl eher das Gegenteil ist der Fall oder?
- Ist es wirklich so, dass Kinder nur eindimensionale Gelüste haben? Nach meiner Erfahrung sind die Geschmäcker auch bei Kindern sehr unterschiedlich. Wenn einer etwas nicht mag, mögen es die anderen trotzdem oder es sei denn, es schmeckt ihnen ebenfalls nicht. Wir leben zum Glück in einem Land, in dem es zumindest in öffentlichen Institutionen immer noch möglich ist, quantitativ und qualitativ ausreichend Auswahl zu bieten. Darin liegt auch die Chance auf Selbstbestimmung und Selbstwahrnehmung. Was schmeckt mir? Wann habe ich Hunger? Wann bin ich satt?

... und Achtsamkeit

- Den eigenen Gefühlen und Körpersignalen zu trauen, ist eine Basiskompetenz, die Kinder u. a. beim Essen erwerben. Hinzu kommt, sie üben sich im Nein sagen, in Achtsamkeit gegenüber sich selbst und anderen, sie sensibilisieren ihre Wahrnehmung.
- Mit der auffordernden Behauptung „Schmeckt doch lecker!“ reden wir den Kindern etwas ein, denn Geschmack ist immer subjektiv. Niemand definiert für einen anderen die Welt.

Kurz: *Es schadet Kindern, wenn sie zum Probieren gezwungen werden. Sie lernen, dass ihr eigenes Gefühl nicht so wichtig ist, wie die Forderungen der Erwachsenen. Das ist eine Erfahrung von Macht und Ohnmacht.*

„Da geht er über Bord, der ‚Kostehappen‘. Ein echter Kotzbrocken zum Versenken im tiefsten Meer der Unworte und pädagogischen Untaten.“

Literatur: Gerlinde Lill, „Begriffe versenken“, Verlag Das Netz, 2005

Viel Spaß und Erfolg beim Diskutieren der Behauptungen von Gerlinde Lill.

I. A.

gez.

Heike Kästner