



5.2. Für Eltern aus der Zeitung

5.2.14. Was hat das Sprechen mit Ernährung zu tun?

Für die Nahrungsaufnahme (Saugen, Beissen, Kauen, Schlucken) und für das Sprechen benötigt man die gleichen Muskeln und Nerven. Das Stillen oder das Saugen an der Flasche ist die erste zielgerichtete Bewegung Ihres Kindes, der erste Ausdruck seines Lebenshungers. Mit dieser ersten Mundfunktion wird der Grundstein für alle folgenden gelegt:

Beherrscht das Baby die richtige Saugbewegung, wird die Flüssigkeit hinter den Frontzähnen in den Mund und von dort über die Zunge in die Speiseröhre geleitet – so lernt Ihr Baby ganz automatisch auch das richtige Schluckmuster.



Wird die flüssige Nahrung dann nach ungefähr sechs Monaten durch breiige oder festere Speisen ergänzt, lernt ihr Baby auch, vom Löffel zu essen. Dabei kommt eine weitere Mundfunktion hinzu: das Kauen. Die Muskeln, die Ihr Kind dafür braucht, sind durch das Saugen schon gut geübt und haben so auch mit ihrer neuen Aufgabe keine Probleme.

Wenn Ihr Baby alle anderen Mundfunktionen beherrscht, lernt es die letzte und schwierigste, die absolute „Königsdziplin“, das Sprechen. Wenn Sie Ihr Kind dabei unterstützen, seine Mundfunktion schon früh und vor allem regelmässig durch härtere Nahrungsmittel, wie eine harte Brotrinde oder eine Karotte, zu trainieren, ist das die beste Voraussetzung für das Sprechen lernen. Denn wenn Zunge und Lippen gezielt und differenziert bewegt werden können, fällt es ihnen leichter, die Luft durch den Mund zu leiten, sie an der richtigen Stelle zu stoppen und so Laute zu erzeugen. Man kann sich die beiden dabei ein wenig wie Balletttänzer vorstellen, die gemeinsam ein Duett aufführen.

Für jeden Laut gibt es eine ganz bestimmte Position, die Zunge und Lippen einnehmen müssen. Aber selbst das beste Team benötigt eine Übungsphase. Es besteht also kein Anlass zur Sorge, wenn nicht von Anfang an jeder Laut sitzt.