

# Mit Kindern über Essen und Trinken sprechen – aber wie?

## Tipps von Frauke Hildebrandt

- Steige in Gespräche ein, indem du nach dem Vorwissen der Kinder fragst: „Menschen scheinen ja jeden Tag zu essen. Wie ist das eigentlich bei Bäumen?“
- Oder: Steige ein, indem du erzählst, wie es bei dir selbst mit dem Essen ist. Also was, wann, wie du am liebsten isst. Wie das jetzt ist und wie das früher war. Und wie das bei deinen Kindern, Freundinnen, Freunden oder Eltern ist.
- Stelle eine Frage, die du dir selbst einmal gestellt hast oder die du dir noch immer stellst.
- Frage: Was wäre, wenn ...?
- Frage nach, wenn dir nicht klar ist, was ein Kind genau meint.
- Spiegele wider, was du verstanden hast, indem du die Aussagen des Kindes in eigenen Worten wiederholst.
- Bitte das Kind, zu präzisieren, was es meint: „Was heißt das denn genau?“
- Stelle Warum-Fragen als eigene Fragen: „Und da frage ich mich, warum ...?“
- Wenn ein Kind eine Frage stellt, frage zurück: „Hast du eine Idee? Was meinst du dazu?“
- Sollte ein Widerspruch zwischen zwei Kinderfragen auftauchen, verdeutliche ihn durch Nachfragen.
- Vermeide beim Nachfragen eine suggestive Stimmführung.

- Frage nach, wenn ein Kind Wörter benutzt, die andere Kinder möglicherweise nicht verstehen.
- Lasse die Kinder erleben, dass du vieles nicht weißt. Und überlegt dann stattdessen gemeinsam, wie es sein könnte. Verstecke dein Nicht-Wissen nicht.
- Lasse die Kinder erleben, dass du etwas genau weißt. Und erzähle, woher du es weißt. Verstecke dein Wissen nicht.
- Nimm die Ideen der Kinder ernst, auch wenn du sie zu fantastisch findest. Frage nach und lasse die Kinder noch einmal erläutern, was sie meinen.
- Frage die Kinder nach Begründungen: „Warum denkst du, dass Krähen auch gern Spaghetti essen?“
- Sage deine Meinung als Ich-Meinung: „Ich glaube, dass ..., weil ...“ Begründe diese Meinung.
- Ersetze, wenn es dir darauf ankommt, kausale Hypothesen zu entwickeln, das „Warum“ durch „Wie kommt es dazu?“ „Wie kommt es eigentlich dazu, dass das Essen manchmal kalt ist und manchmal heiß, ... dass du auf die Toilette musst?“
- Vermeide das Wort „oder“ am Ende einer Aussage. Es kann leicht suggestiv wirken. Frage besser: „Oder was denkst du?“
- Merkst du, dass deine Frage ungeeignet war, korrigiere dich mit „Besser gesagt ...“ Lasse dir beim Denken – und das heißt auch beim Korrigieren eigener Aussagen! – zuschauen.
- Beharre nicht auf einem Aspekt des Themas, wenn die Kinder deine Frage nicht aufgreifen.
- Stelle vermeintliche Selbstverständlichkeiten in Frage, indem du ungewöhnliche Fragen aufwirfst: „Woher wissen wir eigentlich, dass ...?“

- Lasse die Kinder Beschreibungen und Bewertungen präzisieren: „Was genau war für dich schlecht daran, als du Milch getrunken hast?“
- Frage nach Begründungen, indem du Warum-Fragen ergänzt ...  
„Warum denkst du, dass ... „

Gefördert vom:



Bundesministerium  
für Familie, Senioren, Frauen  
und Jugend