

## Laufen lernen



Zwischen dem siebten und dem zehnten Lebensmonat beginnen die meisten Kinder, sich auf irgendeine Art fortzubewegen. Sie gelangen vom Drehen über das Kreisrutschen, Robben, Kriechen, den Vierfüßlergang und das Aufstehen schließlich zum freien Gehen. Manche schlängeln und rollen sich durch die Wohnung oder sie rutschen auf dem Hosenboden herum. Andere tun nichts dergleichen: Sie ziehen sich irgendwann aus der Bauchlage hoch in den Stand und lernen das freie Gehen.

### Laufen lernen: Vom Krabbeln zum ersten Schritt

Im Alter zwischen neun und 15 Monaten beginnen viele Kinder nach dem krabbeln, sich an Stühlen, Tischbeinen und anderen Möbelstücken hochzuziehen und aufzustellen. Sobald sie sich einigermaßen sicher fühlen, fangen sie an, sich an den Möbeln entlangzuhangeln und schließlich frei zu gehen. Gegen Ende des ersten Lebensjahres sind die meisten Kinder in ihrer Beweglichkeit so weit entwickelt, dass sie robben oder kriechen und sich aufsetzen und frei sitzen können. Manche Kinder können in diesem Alter auch bereits frei gehen. Es gibt aber auch Kinder, die sich an ihrem ersten Geburtstag noch nicht eigenständig von der Stelle bewegen. Auch das ist durchaus normal.

Eltern sind häufig verunsichert, wenn sie sehen, dass sich ihr Kind anders verhält als das ihrer Bekannten. Aber jedes Kind entwickelt sich in dieser Phase unterschiedlich: Vielleicht krabbelt das eigene Kind nicht oder hat eine sehr eigene Art der Fortbewegung entwickelt? Wichtig ist: Eltern sollten ihrem Kind Zeit lassen und es immer wieder durch interessante Anregungen ermutigen, aktiv zu werden. Wenn sie glauben, ihr Kind ist weit hinter den anderen Kindern zurück, sollten Eltern ihre Sorgen bei der nächsten Früherkennungsuntersuchung in der Kinderarztpraxis ansprechen.

### Laufen lernen: Unfälle vermeiden

Sobald sich das Kind in dieser Entwicklungsphase der ersten Gehversuche befindet, wird es Zeit, seine Umgebung „kindersicher“ zu machen. Denn jetzt möchte es alles erkunden, was in seine Reichweite gelangt. Wichtig ist es nun, einen Mittelweg zwischen dem kindlichen Entdeckungsbedürfnis einerseits und Ordnung und Sicherheit andererseits zu finden.

Typische Gefahrenquellen sollten in jedem Fall beseitigt werden: Alle gefährlichen Substanzen (Putzmittel, Lampenöl und Spiritus, Waschmittel und Spülmaschinenreiniger) sollten in abschließbare Schränke oder in einer Höhe, die vor Kinderhänden (dauerhaft) sicher ist, untergebracht sein. Auch beim Besuch bei Verwandten oder bei Bekannten sollte an diese Vorsichtsmaßnahme gedacht werden.

- Wenn Herd oder Backofen in Betrieb sind, sollten Eltern ihre Kinder nie unbeaufsichtigt in der Küche

## Laufen lernen

by HappyDaddy - <http://wir-sind-alleinerziehend.de/laufen-lernen/>

---

lassen. Älteren Kindern muss deutlich erklärt werden, wie heiß und gefährlich es ist, sich daran zu verbrennen.

- Regale sollten in den unteren Bereichen von wertvollen und leicht zerbrechlichen Gegenständen freigeräumt werden. Stattdessen macht es Sinn, die Regale beispielsweise mit Büchern zu füllen, die das Kind nach Belieben ein- und ausräumen kann.

Auch im Straßenverkehr ist nun besondere Vorsicht geboten. Neben den allgemeinen Verkehrsregeln, die Eltern ihren Kindern schon früh beibringen sollten, ist eines besonders wichtig: Achten Sie in dieser aktiven Phase darauf, ihr Kind festzuhalten, wenn es gefährlich wird: beim Ein- und Aussteigen aus dem Auto, an der Bushaltestelle und an der Ampel.

### Laufen lernen und Treppen steigen

Am Anfang überschätzen sich Kinder noch häufig in ihrem Entdeckungsdrang. Sie können noch nicht beurteilen, was für sie hoch und gefährlich ist. Andere zeigen ganz deutlich ihre Angst vor Höhe. Am besten, Sie oder ein Geschwisterkind nehmen das Kind an die Hand und versuchen es immer mal wieder gemeinsam. Eine andere Möglichkeit, auch für den Spielplatz, ist es, zunächst den „Abstieg“ rückwärts zu probieren – „mit dem Po voran“.

wir-sind-alleinerziehend: **Wir lieben Alleinerziehende!**



Quelle: [www.bmfsfj.de](http://www.bmfsfj.de) Bundesministerium für Familie, Regine Schefels, eigene Recherchen