

Zwischen Illusion und Wirklichkeit: Religiöse Feste gehen häufig mit märchenhaften Vorstellungen einher. Kindern wird vermittelt, der Osterhase verstecke zur Auferstehung Christi Eier und Süßes. Wann sollten Eltern mit der Wahrheit rusrücken?

Der erste Frühling mit dem Baby

Sonne: Kleidung und Vorsichtsmaßnahmen

Seit Herbst oder Winter besteht die Familie aus einer Person mehr. Der Frühling lässt rund um Ostern die Sonne strahlen und die Temperaturen ansteigen. Die frische Luft, etwa auf dem Balkon, im Garten oder im Park, tut dem Baby gut; so fördert das Sonnenlicht dessen Knochenbildung und Vitamin-D-Produktion. Außerdem schlafen Babys, die sich lange draußen aufhalten, abends tiefer. Äußerst aufregend ist diese Phase für Mutter und Vater. Den Nachwuchs beim Grinsen oder Brabbeln zu beobachten, aber auch zu erlernen, wie in bestimmten Situationen zu reagieren ist, damit der kleine Mensch keinen Schaden aus Unachtsamkeit nimmt.

Eine Schicht mehr

Was sich für uns mild anfühlt, empfindet das Baby oft als recht frisch. Seinem Organismus fällt es in den ersten Wochen schwer, die eigene Temperatur entsprechend der Wetterlage zu regulieren. Die Faustregel lautet daher, auf Socken, Mütze und eine Kleidungsschicht mehr zu achten. Trägt das Elternteil einen langärmeligen Pulli mit leichter Jacke, bekommt der Säugling eine Decke zusätzlich über den Körper gelegt. Wichtig ist, die Füße und den Kopf des Babys zu schützen, bei Sonne zusätzlich mit Nackenschutz und Schirm. Vorsorglich sollte ein Sommerfußsack mitgeführt werden.

Sonnenschutz und Durststiller

Die Sonne reizt Haut und Augen des Babys schneller als bei Erwachsenen, da noch kein UV-Eigenschutz entwickelt wurde. Sie sollte daher nie direkt in den Kinderwagen scheinen – Sonnensegel halten die Strahlen effektiv ab. Im Park oder auf dem Spielplatz sind schattige Plätze aufzusuchen. Für Kinder im ersten Lebensjahr eignen sich Sonnencremes mit mineralischem Filter – ohne chemische Zusätze.

Das Baby muss außerdem genügend Flüssigkeit zu sich nehmen, damit es keinen Sonnenstich bekommt oder austrocknet. Auch die Muttermilch wird mit steigenden Temperaturen »wässriger«, stillt damit den Flüssigkeitsbedarf des Kindes besser. A.G.

Zeit für die Wahrheit?

Osterhase: Wenn Kinder ihre Eltern mit Fragen konfrontieren – »Schonend« aufklären – »Happy End« betonen

Von unserem Mitarbeiter
ANDRÉ GÄRISCH

Jeder erinnert sich: Als Kind flirte vor der Eiersuche oder Bescherung stets ein geheimnisvolles, aber angenehmes Gefühl durch die Magengrube. Der Osterhase kommt in wenigen Stunden vorbeigehoppelt und versteckt Süßigkeiten im Garten; der Weihnachtsmann rauscht mit seinem Rentier-Schlitten vom Himmel herab oder das Christkind fliegt durch das Zimmer, legt Präsente unter die Tanne und düst weiter. Gewissheiten, die sich meist spätestens mit Ende der Grundschulzeit in Luft auflösen. Bei einigen Kindern hinterlässt die »bittere Wahrheit« große Enttäuschung, andere nehmen sie gelassen auf.

Ab welchem Alter sollte man dem Sohn oder der Tochter reinen Wein einschenken – und auf welche Art und Weise? »Auf diese Fragen gibt es keine universelle Antwort, denn jedes Kind ist anders, mit unterschiedlichem Entwicklungsstand und Wissensdrang«, sagt Julia Schulz, die an einer südhessischen Grundschule eine erste Klasse unterrichtet. Die Pädagogin beobachtet, dass sich das Thema normalerweise von selbst reguliere: »Wenn das Kind immer wieder im Freundeskreis oder bei älteren Geschwistern mitbekommt, dass Osterhase oder Weihnachtsmann »Erfindungen« sind, hört es meist automatisch auf, an sie zu glauben«, meint die 29-Jährige.

Arbeitsteilung als Kompromiss

Ihre Klasse sei geschlossen der Ansicht, der Osterhase existiere; in der Adventszeit diskutierten die Kinder darüber, ob Santa Claus oder das Christkind die Geschenke abliefern. »Sie haben sich dann untereinander geeinigt, dass sich beide die Arbeit teilen«, berichtet sie. »Wenn mich ein Kind fragt, ob es diese Fabelwesen wirklich gibt, antworte ich möglichst neutral. Es ist allein den Eltern überlassen, wann ihre Kinder die Wahrheit erfahren sollen. Glaube und Religion sind sehr persönliche Bereiche.« Gleichzeitig sei sie überzeugt davon, dass das aufgebaute Urvertrauen keinen Schaden nehme, wenn ein Lehrer diese »Lüge« aufdeckt: »Die Eltern müssen dann eben angemessen erklären, was es mit dem Osterhasen und den -bräuchen auf sich



Einfaches Kaninchen oder gar der Osterhase? Viele Kinder glauben noch zu Beginn der Grundschulzeit daran, dass es den Osterhasen gibt. Das ist auch nicht schlimm, finden Psychologen. Im Gegenteil – der Glaube regt die Fantasie an. Foto: gpointstudio/Getty Images

hat und wieso Ostern gefeiert wird.« Wichtig sei, geduldig zu sein – alle nötigen Antworten zu geben. Ein Blick zurück in die eigene Kindheit hilft, sich in den neugierigen Spross hineinzusetzen.

»Wird ein Kind von einem Klassenkameraden darauf angesprochen, dass es den Osterhasen gar nicht gibt, wird es oft ganz still und zieht sich zurück, weil es mit dieser Information überfordert ist. Anschließend geht es zu einem

»Wenn mich ein Kind fragt, ob es diese Fabelwesen wirklich gibt, antworte ich möglichst neutral.«

Julia Schulz, Grundschullehrerin

Erwachsenen und fragt nach«, erläutert Schulz. Manchmal gebe es Hänseleien zwischen den »Aufgeklärten« und den »Unwissenden«. Trotzdem halten es die meisten Psychologen für unbedenklich, dem Nachwuchs die Mär von Osterhase und Co. zu erzählen, denn hierdurch würde dessen Fantasie angeregt; die Entwicklung des

Kindes profitiere, denn es erkenne, dass Illusionen und Träume zwar zum Leben dazugehören, sich aber von der rationalen Welt unterscheiden und irgendwann enden.

Hakt es nach, sollte man ihm dennoch die Wahrheit sagen; eine anspruchsvolle Aufgabe, denn eine Geschichte, die eine qualvolle Kreuzigung beinhaltet, kommt schwieriger über die Lippen als eine Story, die eine Geburt zum Höhepunkt hat: Weihnachten. Ein Weg ist, das »Happy End« – die Auferstehung – nach vorne zu schieben und die Botschaft, der Tod habe nicht das letzte Wort und Gott fange leidende Menschen auf, in den Mittelpunkt zu stellen. Die Pastorin Christiane Zimmermann-Fröb gibt in ihrem Buch »Kinderbibeltage«, herausgegeben von der Evangelischen Kirche Rheinland, zum Beispiel Tipps und Ratschläge, Ostern kindgerecht zu vermitteln.

Eier symbolisieren das Leben und wurden schon in den ersten Jahrhunderten unserer Zeitrechnung als Zeichen gegenseitiger Wertschätzung verschenkt. Da-

mals malte man sie rot an, sozusagen mit dem »Blut Christi«. Ab dem 12. Jahrhundert gewannen die Ostereier an Farbe, ihre Besitzer wandten verschiedene Strategien an, sie zu verzieren und – ab dem 18. Jahrhundert – auch zu verstecken. »Wie aus dem Ei, wenn es bedeckt und erwärmt wird, ein lebendiges Geschöpf hervorgeht, so ist der Erlöser aus dem Grabe zum Leben erstanden«, interpretierte der Eifler Pastor Johannes Hubert Schmitz Ende des 19. Jahrhunderts das Osterei.

Als der Kuckuck Eier versteckte

Kinder dürfte außerdem interessieren, dass noch um 1930 – je nach Region – neben dem Hasen auch das Huhn, der Kuckuck oder der Fuchs die Eier versteckte. Wesentlicher Faktor für die Durchsetzung des Hasen als Eierboten war das 1924 veröffentlichte Buch »Die Häschenschule« von Albert Sixtus; in ihm lernen Hasenkinder, Ostereier zu bemalen. Im Laufe des vergangenen Jahrhunderts kamen viele weitere Schoko-Hasen, etwa in Gold oder Lila, dazu.

WISSENSWERT

Tipps für das beste Osternest-Versteck

Die Klassiker sind Gebüsche, Fenstersimse oder Schubladen. Doch wer die Eiersuche origineller gestalten und damit die Kinder wirklich herausfordern möchte, muss ein bisschen um die Ecke denken. Das Alter des Kindes spielt eine wichtige Rolle. Ist der Spross erst drei oder vier Jahre alt, sind komplizierte Verstecke Frustquellen. Um Enttäuschungen zu vermeiden, sollten die Geschenke und Eier im Blickfeld ausgelegt werden – auf Augen- oder Bodenhöhe. Wer auf Nummer sicher gehen will, lässt das Nest aus seinem »Unterschlupf« hervorkriechen. Im Backofen, im Kopfkissen oder drapiert in der Lampe lassen sich Naschereien geschickt verstecken. Wer in einen – moderat besuchten – Park oder Wald geht, um dort die Eier abzulegen, bringt Abwechslung ins Spiel. Schokoeier machen sich an einem bunten Strauch oder an herunterhängenden Ästen gut. Schokokäfer fallen am Boden oder auf Blumen unter anderen »Insekten« kaum auf. Osternester sind in Hecken bestens getarnt, einzelne Süßigkeiten finden in kleinen Löchern, Baumhöhlen oder Vogelhäuschen Platz. A.G.

Ostern und die Bedeutung des Lichts

Für das Osterfest spielt Licht eine wesentliche Rolle. Sogar im Begriff »Ostern« selbst steckt die Helligkeit; er leitet sich vom althochdeutschen »Ostarun« ab – dem »Licht des neuen Tages«. Über das ganze Jahr steht die Osterkerze im Altarraum der Kirche. Sie beeindruckt durch ihre enorme Größe und ist in der Regel mit »Agnus Dei« gekennzeichnet – der Bezeichnung Christi im Neuen Testament. Während des Gottesdienstes wird sie für das kommende Jahr geweiht, beim Osterfeuer erstmals angezündet, nachfolgend etwa bei Taufen. In früheren Jahrhunderten durfte nur in der Osternacht getauft werden. A.G.

AM DIENSTAG LESEN SIE:
Hitzeresistente Gewächse

Anzeige

Osterzeit

FRÜHLINGSHAFT
IDEEN UND TIPPS

SCHULKOCHBUCH

Rezept aus
Schulkochbuch,
Dr. Oetker Verlag, 2018,
erhältlich für 24,99 €
in allen Servicestellen
unserer Zeitung.

EIERSALAT

Zutaten für 4-6 Portionen

- 8 Eier (gröÙe M)
- 1 Stange Staudensellerie
- 2-3 Frühlingszwiebeln
- 4 EL Salatmayonnaise
- 2 EL Crème fraîche
- 2 TL scharfer Senf
- 1 TL Currypulver
- Salz
- gem. Pfeffer
- 1 Prise Zucker
- Zitronensaft
- Worcestersauce

Zubereitungszeit: etwa 15 Minuten,
ohne Durchziehzeit;
Kochzeit Eier: etwa 10 Minuten

1. Eier in etwa 10 Minuten hart kochen, in kaltem Wasser abschrecken und pellen.
2. Staudensellerie und Frühlingszwiebeln putzen, waschen und gut abtropfen lassen. Sellerie in feine Würfel und Frühlingszwiebeln in feine Ringe schneiden.
3. Für die Sauce Mayonnaise, Crème fraîche, Senf und Currypulver gut verrühren. Sauce mit Salz, Pfeffer, Zucker, etwas Zitronensaft und einem Spritzer Worcestersauce abschmecken.
4. Hart gekochte Eier mit dem Eierschneider oder einfach mit dem Messer in Würfel schneiden und zusammen mit dem Staudensellerie und den Frühlingszwiebeln in die Sauce geben. Alles vorsichtig vermischen und im Kühlschrank am besten über Nacht ziehen lassen.

Variante
EIERSALAT MIT LAUCH

300 g Lauch putzen, die Stangen längs halbieren, gründlich waschen, abtropfen lassen und in sehr feine Streifen schneiden. 300 g Möhren putzen, schälen, waschen, antropfen lassen und grob raspeln. Von ½ Kopf Eisbergsalat (etwa 150 g) die äußeren welken Blätter und den Strunk entfernen. Den Salat in feine Streifen schneiden, waschen und trocken schleudern. 6 hart gekochte Eier pellen und in Sechstel schneiden. Für die Sauce 100 g Salatmayonnaise mit 150 g Joghurt und 2 EL Zitronensaft verrühren, mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen. Die vorbereiteten Salatzutaten (außer Ei) in einer Schüssel mit der Salatsauce vermengen und nochmals abschmecken. Die Eiersechstel darauf verteilen und mit 1 EL Schnitlauchröllchen bestreuen.

Tip

Der klassische Eiersalat schmeckt besonders lecker auf frisch gebackenem Vollkornbrot.

Foto: spunkwato/Getty Images.de