



FOTO: blickwinke/mauritius images

Ein Interview  
über Ekel bei  
Kindern

**Keine Scheu vor einer toten Ratte,  
doch Brokkoli ist bäh – Ekelgefühle  
sind bei Kindern ganz unterschiedlich  
ausgeprägt. Warum das so ist.**

**H**err Bense, Frau Haug-Schnabel, wie sieht ein typisches Ekelgesicht aus?

Das typische Ekelgesicht eines Menschen signalisiert deutliche Ablehnung und wird durch Ausspucken oder Würgereiz bisweilen noch verstärkt. Der Gesichtsausdruck des Ekels hat sich im Laufe der Evolution aus dem motorischen Reflex des Erbrechens entwickelt. Eine milde Form einer Schutzreaktion ist übrigens das Naserümpfen, bei dem der Heber der Oberlippe und des Nasenflügels den Luftstrom einengt, um unangenehme Geruchsreize zu vermeiden. Die krausen Fältchen auf dem Nasenrücken, die eine Muskelkontraktion anzeigen, die den Luftweg durch die Nase einengt, wurden im Laufe der Evolution dann zu einem Ekel anzeigenden Ausdruckssignal für die Sozialpartner\*innen.

**Ekel – was ist das überhaupt?**

Neben Freude, Wut, Angst, Kummer und Überraschung gehört Ekel zu den sogenannten Basisemotionen, die universell in allen Kulturen gezeigt und verstanden werden. Ekel ist das *Gefühl* der Abneigung und des Widerwillens. Er kann sich sowohl auf Gegenstände wie Nahrungsmittel und Ausscheidungen als auch auf Menschen oder bestimmte menschliche Verhaltensweisen beziehen. Ekelgefühle können bereits durch die Vorstellung von bestimmten Situationen hervorgerufen werden. Sie gehen mit körperlichen Begleiterscheinungen wie Kontraktion der Rachenmuskulatur, Speichelsekretion und Körpergefühlen, die denen des Erbrechens ähnlich sind, einher. Menschen können auch einen moralischen Ekel empfinden: Betrug, Lügen und andere unmoralische Handlungen können auch ohne Bezug zu Krankheiten als ekelhaft bezeichnet werden.

VITAFOTOS; privat; Harald Neumann, Freiburg

**Ist Ekel angeboren?**

Die Ekelmimik ist angeboren und wird bereits von Neugeborenen gezeigt, z. B. wenn sie etwas Bitteres zu essen bekommen. Die kindliche Ekelemotion zeigt sich am Lebensbeginn vor allem in Form einer starken sensorischen Abneigung. Sie wird erst mit der Zeit zu einer erfahrungs- und kulturabhängigen Emotion. Nach dem 3. Geburtstag entwickelt sich Ekel zu einer komplexeren Emotion. Zuvor ist Ekel nur eine einfache Ablehnung von Dingen, die schlecht schmecken oder riechen. Im Laufe der Sozialisation erweitern wir unser Wissen darüber, welche Lebewesen, Gegenstände, Nahrungsmittel, aber auch welche menschlichen Verhaltensweisen wir nicht akzeptieren, ablehnen bzw. eklig finden. Kinder lernen, sich vor den Dingen zu ekeln, die in der Gesellschaft, in der sie leben, als ekelhaft gelten. Dieses Prinzip ist vor allem in Hinblick auf die Ernährung biologisch sinnvoll, da das Nahrungsangebot nicht in jedem Lebensraum identisch ist.

**Wieso ekeln sich Menschen überhaupt?**

Der biologische Sinn der Ekelreaktion liegt darin, dass er uns von Dingen fernhält, die uns unter Umständen krank machen, und dies auch der sozialen Gruppe signalisiert, damit diese ebenfalls davon abgehalten wird, etwas Ekliges zu essen, anzufassen oder auch nur anzuschauen. Mit dem typischen Ekelgesicht wurde „Nahestehenden“ signalisiert, achtsam und vorsichtig zu sein, ohne dass sie selbst eine unangenehme, wenn nicht sogar bedrohliche Erfahrung mit unbedenklicher Nahrung machen mussten. Im Laufe der Stammesgeschichte wurde dies zu einer umfassenderen ablehnenden Bedeutung im Sinne von „Ich kann etwas oder jemanden nicht riechen!“ ritualisiert. So wird das Naserümpfen – in ritualisierter »→



**Dr. Joachim Bense**

Dipl.-Biologe, Verhaltensbiologe, Mitinhaber der Forschungsgruppe Verhaltensbiologie des Menschen, Forschung und Evaluation u. a. zur Qualität in der außerfamiliären Betreuung, Lehraufträge zur Kindheitspädagogik an der EH Freiburg und der Universität Salzburg, Referent in Fort- und Weiterbildung.



**Dr. Gabriele Haug-Schnabel**

Verhaltensbiologin und Ethnologin, lehrt „Pädagogik der Kindheit“ an der EH Freiburg und „Early Childhood Education“ sowie „Early Life Care“ an der Universität Salzburg. Gründerin und Leiterin der Forschungsgruppe Verhaltensbiologie des Menschen (FVM). Interdisziplinäre Forschungsprojekte zur kindlichen Entwicklung.

Form – als Signal einer milden sozialen Missbilligung eingesetzt.

### Welche Einflüsse hat die jeweilige Kultur auf unsere Ekelgefühle?

In der Ablehnung zeigen sich große Unterschiede zwischen den Kulturen, aber auch zwischen Individuen derselben Kultur. Während z. B. in Asien, Lateinamerika und Afrika der Verzehr von Insekten längst üblich geworden ist, wird bereits die Vorstellung, Larven oder Maden essen zu müssen, in westlich geprägten Kulturen als eklig empfunden.

### Welche Rolle spielen Erwachsene für die Ekelentwicklung bei Kindern?

Das Vorbild der Eltern und der Sozialgruppe, in der man aufwächst, spielt insbesondere hinsichtlich Nahrungstabus eine entscheidende Rolle. Nach Studien des Emotionspsychologen Paul Rozin gibt es bezüglich der Ekelempfindlichkeit zwischen Eltern und Kindern einen starken Zusammenhang. Auch übertriebene familiäre Hygienevorstellungen tragen dazu bei, dass manche Kinder außergewöhnliche Ekelreaktionen zeigen.

Das Erwachsenenvorbild spielt auch außerhalb der Familie eine wichtige Rolle. Daher sollten Fachkräfte über ihre eigenen bestehenden Ekelgefühle reflektieren und diesbezüglich unbekümmerte Teammitglieder mit den Kindern zusammen die Natur erkunden lassen. Sich gemeinsam mit den Kindern übertriebenen Ekelgefühlen zu stellen und z. B. zum ersten Mal eine kleine Spinne auf die Hand zu nehmen, kann für beide Seiten eine wichtige Erfahrung sein.

### Wieso zeigen manche Kleinkinder überhaupt keine Scheu vor toten Tieren oder Kot?

In vielen Bereichen, in denen Kinder noch nicht am Erwachsenenvorbild gelernt haben, dass etwas eklig ist, oder selbst noch keine eigenen negativen Erfahrungen gemacht haben, können sich erst mit der Zeit Ekelassoziationen bilden. So nehmen viele Kinder in den ersten Jahren noch Würmer, Dreck oder bereits von anderen abgelutschte Bonbons in die Hand und manchmal sogar in den Mund. Zum Beispiel begegnete uns bei Verhaltensbeobachtungen ein 2-jähriges Kind in einem Supermarkt, das einen festgeklebten Kaugummi am Einkaufswagen entdeckte, in den Mund steckte und durchkaute. Auch typische Reaktionen auf „eklige“ Tiere wie Spinnen, Mäuse oder Frösche, die bei Erwachsenen häufig zu finden sind, lassen sich nur selten bei jüngeren Kindern beobachten. Heute noch „beindruckt“ uns die Erinnerung an einen kleinen Jungen, der eine tote Ratte auf dem Arm hielt und diese wie ein Stofftier streichelte.

Auch die eigenen Exkremente werden von Kleinstkindern eher als interessantes, selbst erzeugtes Produkt denn als eklig Abfall empfunden. Dieses positive Gefühl hängt deutlich von der Konnotation des Geschehens durch die Erwachsenen ab. Die zugewandte Begleitung eines Kindes auf dem Weg zur Ausscheidungsautonomie durch seine Familie, vielfältig unterstützt durch Fachkräfte in der Kita, hat eine große Bedeutung für das körperliche Wohlbefinden. Für Kinder sind es erste Erfolge in Richtung selbstständiges Zurechtkommen auf der Toilette. Sich möglichst bald allein oder nur noch – wenn nötig – professionell unterstützt auf der Toilette versorgen zu können, ist ein Entwicklungssprung, der das Kind zurecht stolz macht.

### Woher kommt es, dass manche Kinder sich übertrieben vor etwas ekeln?

Es gibt Kinder, die, wenn sie in die Kita kommen, wenig Vorerfahrungen mit der Natur gemacht haben. Sie scheuen sich zunächst, Erde und anderen „Dreck“ zu berühren. Sie ekeln sich vor Schnecken und Spinnen. Bereits vor dem Kontakt mit bestimmten schleimigen, klebrigen Substanzen wie Matsch, Ton oder Kleister schrecken sie zurück. Wenn diese Kinder dennoch dazu angehalten und aufgefordert werden, mit solchen unangenehmen Materialien zu arbeiten, zeigen sie ein typisches Ekelgesicht und versuchen diese mit „spitzen Fingern“ möglichst schnell von ihrem Körper zu entfernen. Ursachen für Abneigungen gegenüber Tieren sind häufig negative Erfahrungen, die Kinder beim Spielen oder über Medien gesammelt haben. Auch falsches Wissen kann zu Angst und Ekel führen und Kinder vor dem direkten Kontakt mit Tieren abschrecken.

### Ab wann müssen sich pädagogische Fachkräfte Sorgen machen?

Allein die Kontaktvermeidung mit bestimmten Materialien oder die Ablehnung, Tiere zu berühren, ist kein Anlass zur Sorge. Dadurch wird jedoch der explorative und sinnliche Zugang eines Kindes zu seiner dinglichen und belebten Umwelt eingeschränkt. Dies sollte von den Fachkräften beachtet werden – ohne jedoch Zwang auszuüben oder Besorgnis auszustrahlen. Ein Zugang über Bilder und Bücher kann erstes Interesse wecken.

### Woher kommt der Ekel vor bestimmten Lebensmitteln wie Brokkoli oder Spinat bei Kindern?

Besonders wenn Kinder gezwungen werden, alles probieren oder aufessen zu müssen, sind Nahrungsaversionen mit entsprechenden Ekelreaktionen keine Seltenheit. Diese basieren in der Kindheit häufig auf einem biologisch sinnvollen angeborenen Schutzmechanismus. Insbesondere »→

ILLUSTRATION: Katerina Kopranova/istock.com

grüne Nahrungsmittel werden weltweit von Kindern abgelehnt. Aus gutem Grund: In den grünen Pflanzenteilen können besonders viele Giftstoffe enthalten sein. Außerdem sind viele Pflanzen und Früchte im unreifen und noch unverträglichen Zustand grün.

Bis etwa zum 6. Lebensmonat, wenn das Kind immer in der Nähe seiner primären Bezugspersonen oder auf deren Arm ist, wird alles probiert: Olivenstücke, Pesto oder Zitronenscheiben. Beginnt das Kind, öfter allein zu sein, weil es zunehmend mobiler wird, setzt die sehr gesunde Neophobie ein. Kinder greifen dann bevorzugt nach Dingen, die sie schon kennen. Unbekannte Nahrungsmittel dagegen ignorieren oder verweigern sie. Im späten Kindergartenalter erreicht die Skepsis gegenüber Neuem ihr Maximum: Neue, geschmacklich komplexe oder bitter schmeckende Nahrungsmittel werden oft komplett abgelehnt. Erst zwischen 8 und 12 Jahren weitet sich der Wahlhorizont am Esstisch wieder.

### Was empfehlen Sie pädagogischen Fachkräften in solchen Fällen?

Interventionen vonseiten der Fachkräfte sollten dann erfolgen, wenn sich die Kinder durch ihre Ekelreaktionen in ihren Erfahrungsmöglichkeiten stark einschränken oder wenn sie ein deutliches Vermeidungsverhalten zeigen. Wenn der häufig gezeigte Ekel außerdem mit anderen auffälligen Verhaltensmustern wie z. B. gesteigerter Ängstlichkeit einhergeht, sollten Fachkräfte das Gespräch mit den Eltern suchen.

### Wie können Kinder lernen, ihre Abneigung vor Spinnen oder Matsch zu überwinden?

Es gibt Kinder, die aufgrund mangelnder Natur- und Materialerfahrung erst einmal unsicher sind

und fürchten, etwas Verbotenes oder Gefährliches zu tun, wenn sie Neues entdecken und untersuchen. Einige dieser Kinder ekeln sich vor bestimmten Materialien oder kleinen Tieren im Außengelände. Derartige Hemmungen sollten behutsam und ohne Zeitdruck angegangen werden. Gemeinsam mit den Kindern können Fachkräfte nach Wegen suchen, diese zu überwinden. Mit den Kindern über ihren jeweiligen Grund der Abneigung oder Angst zu reden, kann ebenfalls ein Anfang sein. Manchmal reicht es den Kindern, wenn sie wiederholt beobachten, wie unbekümmert andere Kinder oder Erwachsene mit Lehm oder kleinen Spinnen agieren. Bilderbücher zum Thema oder ein kurzer spannender Videoclip über das geheime Leben der Insekten können das Wissen über die Harmlosigkeit vertiefen und naturwissenschaftliches Interesse wecken. Wenn Kinder sich beispielsweise davor ekeln, Klebriges anzufassen, können sie versuchen, zunächst Flüssiges (Wasser) oder weniger Klebriges (feuchter Sand) zu berühren. Später trauen sie sich ggf. auch, „herausfordernde“ Materialien wie Rasierschaum oder Kleister in die Hand zu nehmen. ■

Die Fragen stellten Chefredakteurin Silke Dittmar und Barbara Brengartner, Redaktion kindergarten heute.

### Wie eine Waldpädagogin den Kindern den Ekel vor Kellerasseln nimmt

„Als Pädagogin beobachte ich das Geschehen neutral, verurteile das Verhalten der Kinder nicht, sondern versuche, positives Vorbild zu sein. Sehe ich, dass Kinder sich vor Kellerasseln ekeln, nehme ich dies als Anlass, um als Vorbild einzugreifen. Ich zeige meine Sympathie für die Tiere, erläutere, warum ich sie bewundere und welchen Nutzen sie haben. Als ausgebildete Waldpädagogin habe ich gelernt, Ekel als Urtrieb und Schutzfunktion zu verstehen. Ich greife eine solche Ekel-Situation auf, wandele sie in Begeisterung und bleibe selbst furchtlos. Das gelingt nur durch aktives Vorleben und durch begleitetes achtsames Verhalten. Mit Materialien wie einem Becherglas oder Blatt kann ich mir gut behelfen. So lerne ich – in sicherer Distanz – meinen Ekel zu kontrollieren. Im nächsten Schritt erfolgt vielleicht die Mutprobe, eine Berührung auszuhalten. Entwicklungsschritte kann man also abwarten oder aktiv begleiten. In der Begleitungsphase sollten pädagogische Fachkräfte die Kinder weder ausschimpfen noch sanktionieren. Es ist wichtig, Verständnis für ihr Verhalten zu zeigen. Denn Ekel ist eine natürliche Schutzfunktion von Menschen jeden Alters.“

Michaela Hackert, Einrichtungsleitung der Waldkita „Die Waldmäuse“, Bochum



FOTO: Ian Redding/istock.com

# kindergarten heute

## Damit Sie haben, was Sie brauchen!

### DAS FACHMAGAZIN

10 Ausgaben für nur 77 € inkl. Versand



Das Fachmagazin für Frühpädagogik bietet Ihnen:

- ✓ beispielhafte und inspirierende Praxisbeiträge aus dem Kita-Alltag
- ✓ fachliche Orientierung, Standpunkte und Meinungen zu Themen der Frühpädagogik
- ✓ Sicherung und Weiterentwicklung der pädagogischen Qualität in Ihrer Einrichtung

### DAS LEITUNGSHFT



4 Ausgaben: 49,80 € inkl. Versand

- ✓ fundiertes Wissen und Arbeitsmethoden in allen Leitungsaufgaben
- ✓ Unterstützung für die Zusammenarbeit mit Eltern, Team und Träger
- ✓ Themen für die Leitungspraxis

### DIE SONDERHEFTE



- ✓ **praxis kompakt:** je 12,99 € Handlungsimpulse und Fachwissen für den pädagogische Alltag
- ✓ **leiten kompakt:** je 12,99 € Methoden, Recht und Organisation für Leitungstätigkeiten
- ✓ **wissen kompakt:** je 14,99 € Grundlagenwissen aus Pädagogik und Psychologie

### WENN ELTERN RAT SUCHEN



4 Ausgaben: 25,40 € inkl. Versand

- ✓ grundlegendes Fach- und Methodenwissen für professionelle Elternberatung
- ✓ Fokus auf Erziehungsfragen, Alltagsprobleme und Sorgen von Eltern
- ✓ 1 Thema: Mit 8 Seiten auf den Punkt gebracht
- ✓ Unverwechselbares Zeitschriftenformat: Leporello - Fachwissen zum Aufklappen

Preise (D) gültig bis 31.12.2020. Irrtum und Änderungen vorbehalten.

Bestellen Sie einfach unter [www.kindergarten-heute.de](http://www.kindergarten-heute.de)  
Mail: [kundenservice@herder.de](mailto:kundenservice@herder.de), Telefon: 0761-2717-474