

# Hey Mama, schau mir in die Augen und sprich mit mir

geschrieben von Redakteur | Dezember 24, 2024



## Warum analoge Nähe Kinder stark macht: Blickkontakt, Resonanz, Prävention

„Ein Blick schafft Beziehung – und Beziehung schafft Entwicklung.“ Auf dieser Einsicht baut **Dr. Walter Hultsch** sein praxisnahes Sachbuch auf. Gestützt auf **Neurobiologie** und **Entwicklungspsychologie** erklärt er, wie analoge Nähe in den ersten 1.000 Tagen das kindliche Gehirn formt: Resonanzmomente synchronisieren Herzschlag und Hirnaktivität, fördern Bindungssicherheit und legen die Grundlage für **Aufmerksamkeit, Emotionsregulation** und **Lernfreude**.

## 1 Was mich immer wieder bewegt

### 1.1 Der Blick in die Augen

Während der Untersuchung von Säuglingen fasziniert mich immer wieder, wie leicht es mir meist fällt, mich mit Babys „zu unterhalten“. Über Augenkontakt und leise Ansprache lässt sich nahezu jedes Baby beruhigen und reagiert seinerseits mit Mundbewegungen und Lauten. Während ich den Ultraschallkopf führe, fixiert es meine Augen

Ich erzähle den Müttern, dass ihr Baby gut den Blick halten kann und aufmerksam ist und füge locker hinzu: „Ihr Kind wird es mal leicht haben in der Schule, mit dieser Aufmerksamkeit kann es sich später einmal



Blickkontakt mit einem Baby während einer Ultraschalluntersuchung

gut konzentrieren.“ Das gebe ich auch schmunzelnd zu erkennen, wenn ich ein Ultraschall durch die Fontanelle mache und dabei die sich abzeichnenden Hirnwindungen am Monitorbild zeige:



Ultraschallaufnahme des Gehirns durch die Fontanelle

„Sie wird sicherlich einmal das Abitur machen.“ Schon früh habe ich gesehen, wie unterschiedlich die Babys bei der Untersuchung auf Blickkontakt reagieren. Viele konzentrieren sich auf meine Augen und richten ihre Aufmerksamkeit auf meine Mimik. Ich habe ein Gefühl für diese schöne Art von Interaktion bekommen. Dieser Moment der aufmerksamen Kontaktfreude von Babys fasziniert mich seit Jahren und ist sicher auch mit ein Anlass, diese Zeilen zu schreiben. In der ADHS-Sprechstunde sehe ich viele Kinder, die sich in der Schule mühen und denen es schwerfällt, Freunde zu finden, sich an Regeln zu halten, unaufmerksam im Unterricht sind und die sich selbst und andere nicht richtig einschätzen können. Ich fragte mich oft, ob die Fähigkeit eines Säuglings, aufmerksam zu sein, nicht durch zu viele und eher oberflächliche bzw. ablenkende Reize verloren geht. Inzwischen bin ich sicher, die Eigenschaft aufmerksam zu sein, geht schnell verloren. Ich könnte es vielleicht auch so ausdrücken:

Die Menge und die Unnatürlichkeit der Signale aus der Umwelt stellen einen unsachgemäßen Gebrauch der Sinne eines Kindes dar.

Zugleich warnt Hultzsich vor der **frühen Bildschirmexposition** und zeigt niedrigschwellige Alternativen: dialogisches „Ping-Pong“ aus Blicken, Lauten und Gesten, Körperkontakt, geteilte Aufmerksamkeit im Alltag. Zahlreiche **Impulse, Übungen und Szenarien** übertragen Forschung elegant in Familien-, Kita- und Krippenpraxis.

## Kerninhalte (Auswahl)

- **Neurobiologische Grundlagen** der ersten 1.000 Tage: Plastizität, Co-Regulation, sensible Phasen
- **Bindungschemie:** Oxytocin, Dopamin, Cortisol – Motivation, Vertrauen, Stressbalance
- **Interaktion:** das dialogische „Ping-Pong“ als stärkste Entwicklungsförderung
- **Digitale Risiken:** Reizüberflutung, Aufmerksamkeitsverschiebung – was hilft statt Screen
- **Prävention:** wie sichere Bindung das Risiko für **ADHS-Symptome** und Auffälligkeiten senken kann

- **Praxis:** alltagstaugliche Mikro-Rituale für Eltern, Großeltern, Fachkräfte

## Für wen?

Eltern und Großeltern, **pädagogische Fachkräfte** in Kita/Krippe/Frühförderung, Hebammen, Beratungsstellen, Kinder- und Jugendärzt:innen.

## USP & Verkaufsargumente

- **Ein Autor mit Doppelkompetenz:** Kinderarzt **und** Physiker, seit 1994 in ADHS-Therapie tätig
- **Wissenschaft + Alltag:** Forschung klar erklärt, sofort umsetzbare Übungen
- **Hohes Problembewusstsein:** Orientierung in der **digitalen Frühkindheit**
- **Beratungs- & Geschenkgeeignet:** ideal für Elternabende, Praxis- und Einrichtungstische
- **Presseansatz:** Frühe Beziehung als „Schutzfaktor“ – aktuell, diskussionsstark

*„Ein liebevoll verbundener Anfang prägt ein ganzes Leben. Wer einem Kind in die Augen schaut, legt das Fundament für Vertrauen, Selbstwert und Lernfreude.“ – Dr. Walter Hultzsch*

**Dr. Walter Hultzsch** ist Kinder- und Jugendarzt mit einer besonderen Leidenschaft für die frühkindliche Entwicklung. Der promovierte Physiker verbindet wissenschaftliche Tiefe mit über 30 Jahren Praxiserfahrung. Besonders fasziniert ihn, wie eng Verhalten, Gehirnentwicklung und Kommunikation schon im frühen Kindesalter zusammenwirken.



Dr. Walter Hultzsch

# Hey Mama, schau mir in die Augen – und sprich mit mir

Bindung, Blickkontakt & frühe Kommunikation – wie sie das Gehirn  
deines Babys formen



**Dr. Walter Hultzsch**

**Hey Mama, schau mir in die Augen – und sprich mit mir. Bindung, Blickkontakt & frühe Kommunikation – wie sie das Gehirn deines Babys formen**

120 Seiten

4-fbg. Fotos und Abb.,

14,8 x 21,0 cm

Warengruppe 2484

ISBN: 978-3-96304-072-6

20 € [D], 20,60 € [A]