

- **Neugierde**

Dein Baby interessiert sich für das Geschehen am Esstisch und versucht vielleicht sogar schon, sich eine Kleinigkeit zu schnappen.

- **Interesse an Lebensmitteln**

Dein Baby beobachtet dich, den Papa oder Geschwisterkinder aufmerksam beim Essen und zeigt Interesse an Lebensmitteln.

- **Kopfkontrolle**

Die Nackenmuskulatur deines Babys ist bereits so stark, dass es in der Lage ist, seinen Kopf selbst zu halten.

- **Hand-Mund-Koordination**

Dein Baby kann Gegenstände oder Lebensmittel mit der Hand zum Mund führen.

- **Haltung**

Dein Baby kann selbstständig und für einen gewissen Zeitraum alleine aufrecht sitzen.

- **Zungenstreckreflex**

Dein Baby schiebt Lebensmittel oder Brei nicht mehr reflexartig mit der Zunge aus dem Mund.

- **Imitation**

Dein Baby versucht, Kaubewegungen oder Schmatzen nachzuahmen.

Expert*innen-Tipp: „Selbständigeres Essen ist bei vielen Kindern im 11. Lebensmonat schon möglich, denn der Löffel kann schon allein gehalten werden. Es ist normal, wenn dein Kind an manchen Tagen fast gar nichts isst und an anderen sehr viel. Leg die Essenszeiten des Kindes schrittweise mit den Familienmahlzeiten zusammen und biete kindgerechte Speisen an.“ -
Univ.-Prof.in Dr.in Stefanie Höhl