Lasst die Kinder machen

Es reicht! Kinder brauchen weder Laufleerngeräte noch Frühförderungsprogramme. Und auch keine Eltern, die ihnen sagen, was sie essen sollen. Ein Plädoyer für einen entspannten Umgang mit dem Nachwuchs.

Text Veronica Bonilla Gurzeler Fotos Anne Gabriel-Jürgens

wireltern.ch
Sind Sie bereits fit für den entspannten Erziehungsstil? Selbsttest auf→ *www.wireltern.ch/quiz-fruehfoerderung*

In der Wiegestube Grabs übt Nino auf dem Klettergerüst Hindernisse überwinden.

Barfuss wird das Klettern zum Kinderspiel.

Konzentriert trainiert Rosa ihre feinmotorischen Fähigkeiten.

«Kommst du auch Znüni essen?», fragt Wiegestubenleiterin Marianne Schmid den kleinen Linus. «Schaffe!», antwortet dieser.

Vorweg: Wir propagieren hier weder eine Neuauflage der antiautoritären Erziehung noch des phlegmatischen Laissez-Faire. Doch seit der Fördereifer von Eltern, Pädagogen und Bildungsverantwortlichen bereits die Allerkleinsten ins Visier genommen hat und Kinder- und Jugendpsychiater landauf, landab feststellen, Burn-out sei im Kindes- und Jugendalter angekommen, scheint sich das Pendel doch etwas zu sehr von der goldenen Mitte entfernt zu haben. Die Gründe für das frühe Fördern sind klar: Nie ist unser Gehirn fähiger, und schnell zu lernen als in den ersten Lebensjahren. Und nie war der gesellschaftliche Druck, Höchstleistungen zu erbringen so hoch wie heute. Erklärtes – und zweifellos gut gemeintes – Ziel vieler Eltern ist es deshalb, ihr Kind fit zu machen für die Anforderungen der Zukunft – ob in der bilingualen Kita, mit Lern-Apps ab Säuglingsalter oder einem musikalisch-mathematisch-sprachlich-motorisch ausgefeilten Kursprogramm für die ersten Lebensjahre. Wer will schon die Möglichkeiten und Fähigkeiten des eigenen Kindes brachliegen lassen?!?

Freispiel statt Förderitis

Die skeptischen, ja, warnenden Stimmen werden mehr und lauter. Von Förderwahn wird gesprochen, von Kinder-Dressur oder von Helikopter-Eltern, die ihren ängstlichen Kontrollblick nicht vom Nachwuchs abwenden und das eigene Kind nur durch die Leistungsbrille wahrnehmen können. «Es gibt mehrere Wege, Kinder gesund ins Erwachsenenalter zu begleiten», meint der Pädagoge André Frank Zimpel, der über frühkindliche Entwicklung forscht. «Nur etwas sollten Sie unbedingt vermeiden: Förderitis.»

Frühförderung – noch gar nicht lange ist es her, dass der Begriff pädagogische und therapeutische Massnahmen meinte, die Kindern mit einer Behinderung zugute kommen. Heute sehen wir uns paradoxerweise mit der Umkehrung konfrontiert; zu viel und zu frühe Förderung kann krank machen, also ein erfülltes Leben verhindern. Mit anderen

Alltag mit Kleinkindern – so gelingt er einfacher

«Wir belehren nicht, denn wir sind undogmatisch.» Nach diesem Motto der Pädagogin Maria-Luisa Nüesch haben wir die nachfolgenden Tipps ausgewählt.

Körperpflege ist Beziehungspflege
Es ist ein Grundrecht des Menschen – auch des Kindes – dass man sich mit ihm über das, was geschieht, verständigt. Man weist also mit Worten und mit behutsamen Bewegungen auf nächste Handlungen hin – egal ob das Kind gerade gewickelt, angezogen oder gefüttert wird. Dank bindungsorientierter, liebevoller Pflege durch eine voll präsente Bezugsperson kann sich das Kind entspannen. Rhythmus, Rituale und Wiederholungen im Alltag geben Sicherheit.

Spielen ohne Erwachsene
Wer satt ist an Zuwendung, Aufmerksamkeit, Respekt und Liebe, kann sich ganz seinem Spiel und seinen Lernaufgaben widmen, ohne dass ihn jemand in seinem Tun permanent bestätigen muss.

Schlafen ist Loslassen
Das Kind soll nach Möglichkeit dort einschlafen, wo es auch aufwacht. Ist es ein anderer Ort, erschrickt es. Das Kind kann lernen, einzuschlafen, ohne herumgetragen oder gestillt zu werden. Die Trennung ist aber fürs kleine Kind schwierig, deshalb bleibt man bei ihm, und sagt ihm, dass man wieder kommt, wenn es wach ist. Doch nicht vergessen: Schlafen kann man nicht befehlen. Auch Kindern nicht.

Essen und Trinken ist Genuss
Sobald der Säugling Tee oder Wasser bekommt, kann er sich ans Trinken aus dem Glas gewöhnen. Auch Brei kann verdünnt aus dem Glas gegeben werden, direkt oder mit dem Löffel. Babys werden gefüttert, bevor die Familie isst, damit sie genügend Aufmerksamkeit erhalten. Essen sollte Freude machen, und niemals darf das Kind dazu gezwungen werden. Auch wenn es einmal nichts isst – es verhungert nicht.

Sprechen ist Rhythmus
Lieder und Reime schulen das sprachliche und musikalische Rhythmusgefühl. Der Wiederholung kommt grosse Bedeutung zu.

Spiel ist Freispiel
Spielen ist keine verschwendete Zeit, sondern die effektivste Form des sozialen Lernens. Nichts macht Kinder so klug wie das selbstgewählte, freie Spiel.

Bewegungsentwicklung und Frustrationstoleranz
Ob Kinder das Aufstehen, Schuheanziehen oder das Klettern üben: Durch ein vorschnelles Eingreifen werden ihre Anstrengungen unterbrochen. Durch die gut gemeinte – oder ungeduldige – Hilfe werden ihnen wichtige Lerneffekte vorenthalten. Können Kinder selber ausprobieren, kann das zu Misserfolg und damit zu Frustration führen, die es auszuhalten gilt. Gelangen sie ohne fremde Hilfe zum Ziel, erleben sie, wie es sich anfühlt, aus eigener Kraft eine Lösung zu finden.

Trotz- oder Selbstständigkeitsalter
Das sogenannte Trotzalter existiert nur in den Köpfen von Erwachsenen und Experten. Wir müssen einen Weg finden, unsere Kinder machen zu lassen, ohne sie allein zu lassen. Das Trotzalter sollte Selbstständigkeitsalter genannt werden und die Eltern müssten froh sein, dass sie sich nicht mehr um alles kümmern müssen. Das Kind kann immer mehr Aufgaben selbst übernehmen und seine Eltern dadurch entlasten.

Autonome Kleiderwahl
Manche Kinder wollen früh selber bestimmen, was sie anziehen – und auch was nicht. Das ist ihr gutes Recht (siehe Trotzalter). Kann jemand anderes wirklich beurteilen, ob wir in der kurzen Hose frieren? Will das Kind im Herbst partout mit Sommerrock und ohne Jacke raus, lassen wir es selber merken, wie sich die Kälte anfühlt – und packen für alle Fälle Leggings und einen Wollpullover ein. Die Chancen stehen gut, dass es die Kleider bald dankbar und freiwillig überzieht.

Quellen: Pädagogik der Emmi Pikler, Maria Luisa Nüesch, Verein Spielraum-Lebensraum, Wiegestube Berlin, Jesper Juul

Könnte der Ring auf Ninas Kopf passen? Lotta startet einen Versuch. Nina lässt sie gewähren.

Gut miteinander zurechtkommen, ist eines der Anliegen der Wiegestuben.

Fazit der Kinderärztin Emmi Pikler: Kinder lernen alleine am besten.

Worten: Leistungswahn und Perfektionismus haben nichts zu suchen in Kinderzimmern.

Aber was sonst? Das Kind einfach machen lassen, worauf es Lust hat?

Genau dies sollen Eltern in der Wiegestube in Grabs tun. Sieben Mütter und ihre Kinder zwischen eineinhalb und zwei Jahren treffen sich hier jeden Montagmorgen. Bald ist es 9 Uhr 30. Alle sind da, sitzen auf dem Boden im Eingangsbereich. Die letzten ziehen ihre Jacken und Schuhe aus, manche Kinder brauchen noch etwas Stärkung und knabbern einen Cracker oder stecken sich ein Apfelstück in den Mund. Marianne Schmid, pädagogische Leiterin des heutigen Treffens, ist in die Hocke gegangen, um auf Augenhöhe mit den Knirpsen zu sein, begrüsst jedes einzelne. Kniet jetzt neben der Türe zum Spielraum und fragt: «Will jemand die Türe öffnen?» Nino ist einer der ersten, der zu Marianne rennt, getraut sich dann aber doch nicht und wartet, bis sie aufmacht. Jetzt hüpft er in den Raum, in welchem er in den letzten Monaten fast jede Woche gespielt hat, auf den er sich aber offensichtlich immer wieder riesig freut, denn er juchzt: «Wow!»

Weder zupfen noch ziehen

Wiegestuben sind Orte, wo Kinder ab vier Monaten bis zum Ende des 3. Lebensjahres die Möglichkeit haben, selbstständig ihre Umgebung zu entdecken und sich frei zu bewegen. Marianne Schmid hat den Raum für Nino und seine sechs Gspändli vorher altersentsprechend eingerichtet; es warten ein Bauernhof, eine Puppenecke, ein ganzer Korb voller Kastanien, Bälle in verschiedenen Farben, Grössen und Materialien, Autos, Klettergestelle und kleine Rampen, Plüschtiere, eine Spielküche, ein Tunnel zum Durchkriechen. Und vieles mehr. Alles aus natürlichen Materialien wie Holz oder Filz. Oder doch nicht ganz: Der Deckel der Bio-Bouillon im Verkaufsladen ist aus Plastik. Weil die Kinder in der Wiegestube in einem ähnlichen Alter sind, befassen sich auch mit ähnlichen Tätigkeiten und Lernschritten. Wiegestuben gibt es vielerorts im deutschsprachigen Raum. Grundlage der erzieherischen Arbeit ist die Waldorfpädagogik. Allerdings werden nicht deren Inhalte vermittelt, sie dient aber als Orientierungshilfe. Ebenso wichtig sind die Erkenntnisse der ungarischen Kinderärztin Emmi Pikler, welche über viele Jahrzehnte erforscht hat, wie sich Säuglinge und Kleinkinder körperlich gesund entwickeln. Ihr Fazit: Sie lernen von alleine am besten und entwickeln sich nur dann wirklich harmonisch, wenn man ihnen genug Zeit dafür lässt.

Von selbst drehen sich Säuglinge vom Rücken auf den Bauch, beginnen zu rollen, zu robben und kriechen. Bald schon schaffen sie es, aufzusitzen, um sich kurze Zeit später an Sesseln, Stuhlbeinen oder Geländern hochzuziehen. Jetzt trainieren sie das Stehen, bis sie schliesslich erste tapsige Schrittchen machen, bereit sind, die Welt zu erobern. Und dies alles in ihrem eigenen Tempo und Rhythmus. Ganz ohne Laufllerngerät, ohne dass jemand an ihnen zieht oder zerrt. Wie Gras ja bekanntlich auch nicht schneller wächst, wenn man täglich an ihm zupft. Pikler warnt denn auch davor, das Kind zum Beispiel in einen Hochstuhl zu setzen, bevor es von alleine aufsitzen kann. Gelenke, Muskulatur und Koordinationsfähigkeit sind noch nicht parat dafür und leiden. Und das Kind wird um das wichtige und Sicherheit gebende Erlebnis gebracht, etwas Neues vollständig aus eigener Kraft zu bewerkstelligen.

Begleiten statt unterrichten

«Soll dieses harmonische Lernen gelingen, müssen wir vor allem zwei Dinge tun», sagt Maria Luisa Nüesch, Gründerin der Wiegestuben in Grabs. «Ein sicheres und anregendes Umfeld schaffen und dem Kind gegenüber eine Grundhaltung der Achtung und Rücksichtnahme entwickeln.» Deshalb werden die Kinder nicht zum Spielen animiert. Sie kommen in eine Umgebung, die ihnen freies, selbst gesteuertes Spielen ermöglicht. Auch Albert Einstein soll gesagt haben, er unterrichte seine Schüler nie, er versuche nur Bedingungen zu schaffen, unter denen sie lernen können.

«Unser Anliegen ist, dass Eltern und Kinder durch das Zusammensein in der Wiegestube gestärkt werden und gut miteinander zurechtkommen», sagt Maria Luisa Nüesch, die mittlerweile pensioniert ist, aber weiterhin dem Verein Spielraum-Lebensraum als pädagogische Begleiterin zur Verfügung steht. Ihre Wiegestuben fanden nämlich bei den Eltern so viel Anklang, dass Nüesch bald weitere Leiterinnen hinzuzog, die in der Folge auch verschiedene Ausbildungen absolvierten. Sie gründeten den Verein Spielraum-Lebensraum, der 2012 das Erdgeschoss eines Grabser Gewerbehauses zum Kinderparadies umfunktionierte, in dem bis zu zehn Wiegestuben-Gruppen und drei Spielgruppen zu Hause sind. Seit 2015 gibt es dort auch eine Halbtages-Kita, deren Einzugsgebiet weit über das Dorf hinaus geht.

Auch die Kinder, welche die Wiegestube an diesem Montag besuchen, kommen zum Teil aus den umliegenden Dörfern oder aus Liechtenstein. Jetzt sitzen sie mit ihren Müttern – Väter sind heute ausnahmsweise keine dabei – auf Kissen im Kreis und lauschen dem Begrüssungslied, in welchem für jedes Kind mit Worten, Tönen und Bewegungen ein behütendes Kleid gewoben wird. Lotta, die schon beim Spielen ist, trippelt, als sie an der Reihe ist, zu ihrer Mama und geniesst die Zuwendung offensichtlich. Danach werden jedem Kind Wollstulpen übergezogen, sodass ihre nackten Füsschen möglichst viel Bodenhaftung haben, wenn sie den Raum erkunden, aber trotzdem nicht kalt werden. «Der gesamte rhythmisch aufgebaute Ablauf ist darauf ausgerichtet, dem Kind zu vermitteln: Hier bist du sicher und geliebt», schreibt Nüesch im Buch «Begleitkunst in Eltern-Kind-Gruppen», das sie kurz nach ihrer Pensionierung veröffentlicht hat.

Die Mütter suchen sich nun ein Plätzchen am Rand des Raums, folgen den Kindern mit den Augen, reden aber kaum zusammen; Handys sieht man keine. Wer jetzt meint, Langeweile könnte aufkommen, irrt. «Es ist interessant zu sehen, wie sich das eigene Kind verhält und seine Entwicklungsschritte zu beobachten», sagt Gundel, Mutter von Marco. Die beiden sind neu zu dieser Gruppe gekommen und Marco sucht offensichtlich seinen Platz im Gefüge der Kinder. Keine ein-

Kinder wollen wahrgenommen, aber nicht bewertet werden.

fache Situation für alle Beteiligten. Der kleine Draufgänger schubst, versucht zu beissen und anderen Kindern das Spielzeug wegzunehmen. Wiegestuben-Leiterin Marianne Schmid nimmt sich dem Konflikt an und die Mütter sehen, wie man es in einer solchen Situation vermeidet, das eine Kind zum Täter und das andere zum Opfer zu machen.

Das Zauberwort heisst spiegeln – oder den Konflikt benennen. Etwa: «Rosa braucht den Hund gerade fest und will ihn nicht hergeben. Aber du, Marco, möchtest ihn auch.» So lernen die Kinder, dass es sowohl erlaubt ist, etwas zu wollen wie auch etwas um keinen Preis herzugeben. Oder etwas nicht zu mögen oder nicht gern zu tun. Marco wendet verschiedene Strategien an, um den Hund doch zu kriegen: Er bietet Rosa zum Tausch ein paar Holzkringel an, versucht sie zu küssen, zu beissen – nichts davon gefällt Rosa, im Gegenteil, sie weint jetzt, fühlt sich bedrängt, erreicht damit aber, dass Marco sie schliesslich gewähren lässt und zu seiner Mama geht. Aus Frust muss auch er kurz weinen, wendet sich aber bald einer anderen Beschäftigung zu. «Auseinandersetzungen gehören zum Alltag», sagt Schmid. «Wir unterstützen die Kinder darin, ihre Bedürfnisse auszudrücken und die dadurch entstehenden Konflikte möglichst selber zu lösen, ohne dass sie einander körperlich verletzen.»

Dadurch entwickeln Kinder Selbstgefühl – eine Voraussetzung für eine gesunde körperliche, emotionale und psychische Entwicklung. Begründet wurde der Begriff vom dänischen Erziehungsexperten Jesper Juul: «Ich erwerbe die Fähigkeit, mit mir selbst in Kontakt zu treten, mich ‹zu spüren›, zu wissen, was ich denke und fühle», schreibt Juul im Buch «5 Grundsteine für die Familie». Selbstgefühl entsteht vor allem dadurch, dass das Kind durch die Bezugsperson wahrgenommen, aber nicht bewertet wird. Es erfährt Wertschätzung und Anerkennung, ohne dass es sich verstellen oder etwas leisten muss.

Regelmässig finden Begleitabende statt, an welchen die Eltern mit Marianne Schmid besprechen, was in der Wiegestube oder auch zu Hause im Alltag mit den Kindern auffällt, wie dies einzuordnen und zu verstehen ist, was Freude macht oder Sorgen. «Ich bin sehr froh um die professionelle Begleitung», sagt Gundel, die schon mit ihrer älteren Tochter eine Wiegestube besucht hat. Die Stimmung am Begleitabend ist wohlwollend, auch als das Gespräch auf Marco und die Konfliktsituationen zu sprechen kommt. Marianne Schmid schlägt vor, in nächster Zeit während dem Freispiel nah bei Marco zu bleiben, um ihm Sicherheit zu geben in der für ihn neuen Gruppe. Alle sind einverstanden. Denn: So muss niemand mehr Angst haben vor Marco.

Eine einfache, aber erfolgversprechende Lösung. Es ist immer wieder hilfreich, die Dinge aus der Sicht der Kinder zu betrachten. Zu fragen: Was brauchen sie wirklich?

Wiegestuben in der Schweiz:
→ *www.spielraum-lebensraum.ch*
→ *www.steinerschule.ch*

Glückslos

Beruhigende Lotionen zu gewinnen

Pflege für Ihr Baby

Babyhaut braucht milde Pflegeprodukte, welche den erhöhten Feuchtigkeitsbedarf ausgleichen. Die Cardiospermum Kiddy Lotion wirkt lindernd und feuchtigkeitsspendend und eignet sich speziell für Babymassagen oder nach dem Baden. Die hochwertige Lotion enthält den pflanzlichen Cardiospermum-Extrakt, der beruhigende und reizmildernde Eigenschaften besitzt. Deshalb eignet sich die milde Ganzkörperpflege für trockene, schuppende, gerötete und juckende Baby- und Kleinkinderhaut.

- mit pflanzlichem Cardiospermum-Extrakt
- ohne Farbstoffe
- ohne Parfum

«wir eltern» und **Omida** verlosen
10 OMIDA Kiddy Cardiospermum Lotionen (150 ml)
im Wert von je Fr. 18.60

Das Los entscheidet, wer gewinnt.
Mitmachen und gewinnen!
→ www.wireltern.ch/glueckslos

Teilnahmeschluss:
30. November 2016

Neu

Schlaf-Bustier für Schwangerschaft und Stillzeit

CONFIDENCE IN TEXTILES
Tested for harmful substances
according to Oeko-Tex Standard 100
12.HUS.03702 Hohenstein

Es geht auch schneller!

Freestyle™
Universell, innovativ
& zeitsparend

Swing Maxi™
Hocheffizient,
komfortabel & schnell

Calma™
Innovativer
Muttermilchsauger

Mit den innovativen Produkten der Medela sparen Sie wertvolle Zeit, um die schönsten Momente mit Ihrem Baby zu geniessen. www.medela.ch

Available on the App Store
ANDROID APP ON Google play

Jetzt auf mymedela.ch die App kostenlos downloaden!

medela

FREUEN SIE SICH AUF DIE BOXSPRING-BETTEN VON SUPERBA

Als Pionier der Taschenfederkern-Technologie hat Superba bei Boxspring-Betten die Nase vorn. Denn wir vereinen Altbewährtes und Visionäres zu einem hochwertigen Schlaf-System. Für gesunden Schlaf und mehr Lebensqualität.

Jetzt von der Aktion profitieren!
Angebot gültig bis 30. November 2016.

KONFIGURIEREN SIE SICH IHR TRAUMBETT MIT DEM BOXSPRING-KONFIGURATOR: WWW.BOXSPRING.SUPERBA.CH

* Komplettangebot für Box fix, Kopfstück nach Wahl, Matratze Lago und Topper 80 mit GELTEX® inside in der Breite 160 oder 180 cm. Dieses Bett ist auch in weiteren Farben erhältlich.