

# Von einer neuen Begleitungskunst

Maria Luisa Nüesch-Gmünder

Werdende Eltern sind heute durch Bücher, Zeitschriften und Internet sehr gut informiert, ja sogar oft überinformiert über ihre künftige Aufgabe. Was meistens fehlt, ist eine innere, seelische Vorbereitung und Grundlagen über die Entwicklungsgesetze der frühen Kindheit.

Es gibt die widersprüchlichsten Bücher darüber, wie ein Baby angeblich schlafen lernt, und diametral entgegengesetzte Meinungen, was ein Baby glücklich macht. Schon am Beispiel »Kinderwagenmodell« scheiden sich die Geister. Mütter, die ihr Kind mit Blickkontakt im Kinderwagen spazieren fahren, werden angesprochen und gewarnt, das Kind bekomme zu wenig stimulierende Reize. Umgekehrt wird von Reizüberflutung gesprochen. Die wenigsten Mütter wissen heute aus sich heraus noch, was für das Kind richtig ist. Wie können wir in ihnen das offensichtlich verloren gegangene Gespür für das Wesen des Säuglings wieder anregen?

Das geht nicht über den Kopf, es muss über das Herz gehen. Also zuerst über eine Atmosphäre von Wärme und Liebe für die Mütter, damit Erstarretes auftaut und sie wieder zu einer eigenen Empfindung kommen, was dem Kind gut tut. Ganz tief innen, oft ganz verschlossen und abgekapselt, ist das eigene »innere Kind«, das weiß, was ein Baby braucht. Es ist so, dass das neugeborene Kind uns schon ganz unbewusst an das Kind erinnert, das wir einst waren. Es könnte helfen, die eigenen Wunden zu heilen, aber nur, wenn Bewusstwerdung eintritt. Sonst wiederholen sich die alten Geschichten von Verlassenheit, nicht einfühlsamem Umgang, vielleicht sogar Misshandlung und Missbrauch.<sup>1</sup>

Ein anderer erschwerender Faktor ist das Fehlen von Traditionen und Vorbildern. Es gibt Frauen, die zum ersten Mal mit einem Baby in ihrem Leben überhaupt umgehen. Ein dritter, stark wirkender Faktor sind Werbung und Medien, die uns eine künstliche, kaufbare Kinderwelt vorgaukeln, die aber allein dem Geschäft und nicht dem Kind dienen und die zunehmend eine schädigende, schwächende Wirkung auf die kleinen Kinder haben.

Die Spielzeugindustrie suggeriert, die Babys zu unterhalten und gleichzeitig zu fördern. Die Kinder werden jedoch in Passivität (Baby-Computer) und Bewegungslosigkeit gedrängt (im Maxi-Cosi angeschnallt). Die Babys werden »fördernd bespielt«. Sie verlieren dabei ihre angeborene Bewegungs- und Spiellust, eigentlich ihre Lebensfreude.

Da ist es wie eine Erlösung, wenn Eltern bei Emmi Pikler nachlesen können, dass das Baby von allein am besten lernt und nur so sich harmonisch entwickelt: »Durch diese Art der Entwicklung gelangt der Säugling selbstständig, mit geduldiger, ausdauernder Arbeit, mit Sammlung seiner ganzen Aufmerksamkeit zu seinem Können. Er lernt nicht nur, sich auf den Bauch zu drehen, nicht nur das Rollen, Kriechen, Sitzen, Stehen oder Gehen, sondern er lernt auch das Lernen. Er lernt, sich selbstständig mit etwas zu beschäftigen, an etwas Interesse zu finden, zu probieren, zu experimentieren. Er lernt, Schwierigkeiten zu überwinden. Er lernt die Freude und die Zufriedenheit kennen, die der Erfolg – das Resultat seiner geduldigen, selbstständigen Ausdauer – für ihn bedeutet.«<sup>2</sup>

Also weg mit dem Lauflerngerät und dem Babycomputer? Es ist nicht leicht, sich in diesen Fragen dem allgemeinen Trend entgegenzustellen. Dazu braucht es Gleichgesinnte. Wo aber sind diese? Und gibt es eine liebevolle, unterstützende Begleitung, die nicht nur den Kindern, sondern auch den Eltern dient?

Immer häufiger entstehen heute Wiegestuben<sup>3</sup>, die diesen Wünschen entsprechen. Als

Beispiel möge unser Dorf in ländlicher Umgebung mit 6.000 Einwohnern stehen, in dem ich vor 2½ Jahren eine erste Gruppe eröffnete. Jetzt sind es bereits sieben Mini-Gruppen mit vier Leiterinnen. Die Waldorfpädagogik ist den Eltern kaum bekannt. Sie melden sich für ein Quartal an und bleiben dann meistens so lange wie möglich. »Weißt du«, sagte eine junge Mutter strahlend: »Hierher kommen, das ist wie Weihnachten, nur schöner.« So empfindet sie für sich und ihr Kind den Raum der Sicherheit und Ruhe und der großen Achtsamkeit, den die Wiegestube ihr bietet.

Die Wiegestube stellt mit den alle zwei Wochen stattfindenden Begleitabenden einige Anforderungen an die Eltern. An zentraler Stelle steht die freie Bewegungs- und Spielentwicklung, wobei die Forschungen von Emmi Pikler für uns eine große Hilfe sind. Eine Mutter meinte nach einem solchen Abend: »Das ist ja gerade das Gegenteil von allem, was ich bisher gehört habe, aber ich kann das alles wirklich verstehen.« Auf alle Fälle kam sie dann mit ihrem ersten Kind in die Wiegestube. Das anfänglich empfindliche, weinerliche Baby hat sich wunderbar entwickelt, hat ganz entspannte, harmonische Bewegungen, spielt hingebungsvoll und ausdauernd und sucht vertrauensvoll Kontakte.



*Unterstützende Begleitung, die nicht nur den Kindern, sondern auch den Eltern dient*

### Aus den Wiegestubengruppen

Eine Gruppe mit vier Kindern (14 bis 19 Monate) ist schon seit einem Jahr einmal jede Woche zusammen in der Wiegestube. Sie bleiben etwa 1½ Std., dann sind sie müde. Ich habe mich im Voraus innerlich mit Müttern und Kindern verbunden und bin selber zur Ruhe gekommen. Hetze oder Unruhe wirken sich negativ aus. Eine ruhige Stimme, harmonische Bewegungen, voraussehbare Handlungen begünstigen eine innere Öffnung. Scheinbare Nebensächlichkeiten sind bedeutungsvoll.

Ich sitze in der Garderobe immer am selben Ort, wenn sie ankommen und bin mit

einer Astgabelspindel beschäftigt, einer durchschaubaren Arbeit. Manche Kinder schauen gerne zu. Diese beruhigende, immer gleiche Anfangsstimmung gibt Sicherheit. Das Ausziehen von Jacken, Kappen und Schuhen ist auch keine Nebensache, sondern ein Akt, von dem das Kind emotional ernährt werden kann, wenn die Mutter versucht, wirklich ganz dabei zu sein. Das erfordert viel Übung. Eine bewusste Verlangsamung ist nötig, ein Wartenkönnen auf die Reaktion des Kindes. Schon ganz kleine Babys sind zur Überraschung der Mütter bei entsprechender Ruhe und Aufmerksamkeit sehr kooperativ. Manche können es kaum fassen, dass die Kinder wirklich verstehen und reagieren. Sie waren bisher mit ihnen umgegangen, als wären es Puppen. Ein neuer Umgangston stellt sich ein, die Würde des Kindes wird tiefer wahrgenommen. Wir sprechen auch nicht über den Kopf des Kindes weg über das Kind. Dazu haben wir ja die Abende, dort sprudelt es dann nur so aus den Müttern heraus.

Wenn alle angekommen sind, versammeln wir uns beim Jahreszeitentisch, von dem die Mütter zur Zeit noch mehr fasziniert sind als die Kinder. Die Art, wie sie jetzt ihre Babys tragen, ist vielsagend. Schönheit umspielt jede Mutter, die ihr Kind liebevoll, respektvoll und sicher auf dem Arm trägt. Die farbigen Glasscheiben der Haustüre, von denen die Kinder sehr angezogen sind, werfen bei Sonnenschein farbige Lichter an die Wand. Es ist, als ob wir im farbigen Licht baden. Die schönsten Räume, die wir zur Verfügung haben, sollten für Mütter und Babys sein und nicht die Nebenräume und ungemütlichen Provisorien, wie es so oft geschieht!

Die Wendeltreppe hochgehend singen wir immer dasselbe Lied, denn die einfachen Rituale haben eine tiefe Wirkung. Unser Raum ist zuoberst. Mit seiner gewölbten Holzdecke vermittelt er viel Geborgenheit. Ein größeres Kind sagte einmal: »Gell, zuoberst, da ist das Paradies!«

Wir finden uns im Kreis. Auf einem Choroï-Klangstab erklingt der »Sonnenton« A. Die Kinder nehmen ihn jedes Mal staunend wahr. Nun singen wir ein Morgen-Sonnenlied und die Mütter wiegen die Kinder leicht dazu. Auch Wiegen will heute gelernt sein.

Nach einem kleinen Tanz wissen die Kinder auch schon, wohin sie auf den Boden wollen. Sie beginnen sofort zu spielen, einige mit großem Enthusiasmus.

Die Mütter setzen sich auf ihre Kissen am Rand des Raumes. Das erste halbe Jahr sind sie einfach am Zuschauen. Je nach Stimmung machen wir ein paar tiefe Atemzüge, kneten die Füße und versuchen dann, einfach da zu sein wie eine Sonne, die nichts will, aber immer Wärme und Licht spendet. Diese Sonnenübung hilft den Müttern loszulassen. Sie wirkt sich unmittelbar positiv auf das Spielverhalten der Kinder aus.

Über die verschiedenen Phasen der Spiel- und Bewegungsentwicklung werde ich hier nicht schreiben, weil sie bereits sehr gut dokumentiert sind.<sup>4</sup> Die Arbeit mit den Eltern ist weniger bekannt und viele schrecken davor zurück. Ihnen möchte ich Mut machen.

Wenn die Kinder etwa ein Jahr alt sind, beginnen die Mütter mit einer sehr einfachen Begleitarbeit. Wir stellen bewusst nichts her, es geht einzig um das Üben eines Ur-Prinzips: Wir zupfen ungekardete Wolle zu duftigen Wollflocken. Jetzt entstehen neue Abläufe, die die Kinder interessiert wahrnehmen. Das Verteilen der Wolle am Anfang mit einer bewussten »Ich gebe«- und »Ich empfangen«-Bewegung wird tief aufgenommen und nachgeahmt. Die heutigen Kinder hungern nach schönen, erfüllten, menschlichen Gesten. Das gemeinsame Zupfen hat eine beruhigende, verbindende Wirkung. Die weichen, warmen Wollberge geben den Kleinen eine Art »Wärmehülle«, in der es sich wunderbar spielen lässt. Die Kinder fühlen sich umhüllt und doch frei gelassen. Manchmal ergibt sich ein gemeinsames Summen und es entsteht eine »Klanghülle«, welche die Kinder besonders lieben. Das kann nicht geplant werden, es muss sich ergeben, wenn es echt sein soll.



*Die Kinder werden nicht zum Spielen animiert, sondern sie kommen in eine Umgebung, die ihnen freies, selbst gesteuertes Spiel ermöglicht.*

Der gesamte rhythmisch aufgebaute Ablauf ist darauf ausgerichtet, dem Kind zu vermitteln: Hier bist Du sicher und geliebt! Die Kinder werden nicht zum Spielen animiert, sondern sie kommen in eine Umgebung, die ihnen freies, selbst gesteuertes Spiel ermöglicht. Eine Mutter konnte es kaum fassen, dass ihr Schreibaby hier auf Anhieb eine halbe Stunde zufrieden gespielt hat. Dazu braucht es eine besondere Stimmung, die für viele am Anfang ungewohnt ist. Es ist sehr ruhig, kein Radio, kein Telefon, keine Hintergrundmusik, keine Privatgespräche. Einer Mutter kam unser Singen und Summen anfangs seltsam vor. Ihr Söhnchen horchte und fragte: »Radio, wo?« Das hat sie nachdenklich gemacht, Jetzt hat sie begonnen, zu Hause auch zu singen.

Hier üben die Mütter also, bei sich zu sein in der Arbeit und trotzdem das Kind wahrzunehmen, eine Fähigkeit, die sie auf die Hausarbeit ausdehnen können. Es gibt immer mehr Mütter, die die Arbeit am Abend »schnell« machen, weil sie des Kindes wegen, das den ganzen Tag unterhalten werden will, nicht mehr dazukommen. Schon beim ganz kleinen Säugling ist deshalb ein heute so schwierig einzuhaltender Tagesrhythmus wichtig. Regelmäßige Zeiten, in denen der Säugling für sich allein spielt, während die Mama in der Nähe arbeitet. In der Wiegestube schaffen wir ein stützendes Modell, das in den Alltag übertragen werden kann.

Dieses Modell der im Umkreis arbeitenden Mütter möchte ich nicht mehr missen. Das ist für mich eine Art nicht-direktive Pädagogik. In dieser Hülle fühlen die Kinder sich so sicher und geborgen, dass sie es wirklich wagen, sich zu öffnen. Der Umgang mit den Kleinsten ist sehr zart. Worte, um dies zu schildern, sind schon fast zu klobig. Schon Gedanken wirken sehr stark, weil die Kinder noch so offen sind. Die Mütter erleben, wie positive und negative Gedanken im Raum an den Kindern sichtbar werden.

Mit den Kindern dieser Gruppe wurde zuhause so achtsam umgegangen, dass sie auch

im Miteinander rührend liebevoll sind. Wir sind mit einer schützenden Hand zur Stelle, besonders in den Gruppen mit kleineren Babys, die sich gerne berühren, aber noch etwas tapsig sind. Selten gibt es Tränen. Und wenn, so müssen sie ungehindert fließen dürfen. Viele Kinder haben sich zu oft nicht ausweinen können und wurden durch Schnuller und Ablenkungsmanöver unterbrochen. Diese Kinder fallen durch einen getrübbten Blick und eine innere Gestautheit auf.<sup>5</sup>

Die Art des gemeinsamen Aufräumens am Schluss ist für manche auch ein »Aha«-Erlebnis. Es geschieht spielerisch und in aller Ruhe und es wird nicht einfach alles in eine Kiste geworfen. Ein sorgfältiger Umgang auch mit den Dingen wird erlebt. Eine Mutter fand, hier sehe es mit den herumliegenden Tannenzapfen, farbigen Tüchern und Filzbällen auch unaufgeräumt richtig schön aus, was für das Plastikzeug zuhause nicht zutrefte. Beim Aufräumen kommt es zu wunderbaren Spielsituationen: unter der Mama durchkrabbeln oder stolz auf ihr reiten und den Buckel runterrutschen – in dieser Sequenz machen Kinder mit Körperkontaktproblemen oft große Fortschritte. Wir legen großen Wert auf dieses »ursprüngliche Spiel«, wie Fred Donaldson es vertritt. Die Kleinsten sind dabei unsere besten Lehrmeister. Die Mütter lernen hier, ihre Energie nicht dem Kind aufzuzwingen, sondern ganz zart aufzunehmen, was vom Kind entgegenkommt. Das wäre auch für Väter ein wichtiger Lernprozess, deshalb bieten wir dafür spezielle Seminare an.



### *Die Verabschiedung – ein Ritual*

Ein Verslein rundet das Ganze ab, satt vom Spiel, oft mit roten Wangen, liegen die Kinder entspannt auf Mamas Schoß. Die Treppe hinunter singen wir wieder wie am Anfang und die Filzmaus, die beim Jahreszeitentisch schläft, verabschiedet sich zum Entzücken der Kinder bei jedem mit einem Nasenstubs. Die Kleinen leuchten vor Freude. Dieses Leuchten möchten wir in der Wiegestube pflegen und erhalten.

## Elternwerkstatt und Erziehungsbegleitung

Die Begleitabende zur Wiegestube finden jede zweite Woche statt. Es ist intensivste Elternarbeit und eine große Chance, Prävention wirklich an den Wurzeln des Geschehens zu betreiben, wobei Schwangerschaft, Geburt und die ersten Lebensmonate wesentlich auch dazugehören würden. Doch das ist für uns bislang noch Zukunftsmusik. Auch für die Mütter (Väter) versuchen wir am Abend eine schöne Atmosphäre zu schaffen, damit sie sich willkommen fühlen können. Kerzen, Tee und eine gestaltete Mitte des Sitzkreises gehören dazu. Jeder Abend beginnt mit einem kurzen Leitthema. Am Anfang geht es vor allem um die kooperative Pflege, die Bewegungsentwicklung und das freie Spiel, dann auch um die Körpersprache des Kindes, um Sinnespflege, Wärme, Medien und anderes. Meistens schließe ich ein Erlebnis mit den Kindern am Morgen an, so dass wir alle die gleiche Grundlage haben.

Der Hauptteil ist die Kinderbesprechung. Wir tragen unsere Erlebnisse vom Morgen zusammen. Gemeinsam ergibt sich ein vollständigeres Bild. Was haben die Kinder uns beigebracht? Es gibt keine Urteile, keine Vergleiche, sondern es ist ein behutsames Enträtseln des Geheimnisses, das jedes Kind mitbringt. Es braucht viel Einfühlungsvermögen und Zurückhaltung, denn wir bewegen uns auf einem empfindlichen Terrain. Bald kommen die Sorgen und Freuden von zu Hause auf den Tisch. Wir nehmen Anteil an den schwierigen und guten Phasen. Es gibt auch Tränen, und Probleme kommen zum Vorschein, die weitere Unterstützung brauchen. Geburtstraumen von Müttern, die deshalb nicht wagen, ein weiteres Kind zu bekommen, Erschöpfung, Schwierigkeiten durch nicht abgelöste, frühkindliche Reflexe, Beziehungsstörungen, z.B. Kinder, die keine körperliche Nähe ertragen. Mit der Zeit hat sich ein Netz von Therapeuten gebildet, die zusätzlich unterstützend wirken können. Unsere Elternwerkstatt, die seit zehn Jahren besteht, bietet Kurse an, die auch für die Eltern nährend sind – vom Märchenkurs über die Gestaltung der Jahreszeiten bis zu Werk- und Puppenkursen.

Durch die Wiegestuben sind viele Freundschaften entstanden. Die Mütter unterstützen sich gegenseitig. Eine Mutter drückte eine wichtige Grundlage der Elternarbeit so aus: »Weißt Du, hier brauche ich einfach keine Angst zu haben.« So haben wir für die Erwachsenen dasselbe Prinzip wie für die Kinder: »Du bist hier sicher und du bist liebenswert!«

Für die Mütter von Säuglingen gilt der Ausdruck »mothering the mother« ganz besonders. Sie brauchen ebenfalls Wärme, Liebe und Zuwendung. So wickeln wir am Abend eine erschöpft wirkende Mutter in eine warme Wolldecke, und sie genießt es. Viele Mütter fühlen sich einsam und unverstanden. Die Wiegestube ist ein Kind der Zukunft mit einem riesigen Potenzial. Die Begleitungskunst ist erst in ihren Anfängen. Eine bessere Welt beginnt mit einer besseren Behandlung der Säuglinge und ihrer Mütter.

**Zur Autorin:** Maria Luisa Nüesch-Gmünder, Kindergärtnerin, Eurythmistin, Wiegestubenleiterin. Das freie Spiel des Kindes ist ihr Hauptanliegen, das sie vertritt in Vorträgen, in Kursen für Kindergärtnerinnen, Spielgruppenleiterinnen und Begleiterinnen Frühe Kindheit am FPA Zürich sowie in ihrem Buch: Spiel aus der Tiefe. Über die Fähigkeit der Kinder, sich gesund zu spielen (K2-Verlag).

### Anmerkungen:

1 Peter Schellenbaum: Die Spur des verborgenen Kindes, dtv, München 1998; Robert Hartzeema: Der Weg der inneren Freiheit, Ängste entdecken, Blockaden auflösen, Urachhaus, Stuttgart 2005; Ulrich Meier: Das Kind in sich entdecken,

- Gesundheitspflege initiativ, Filderstadt 2002
- 2 Emmi Pikler: Friedliche Babys – zufriedene Mütter, Herder, Freiburg 2000
  - 3 Was in der Schweiz als Wiegestube bezeichnet wird, entspricht in Deutschland einer Mutter-Kind-Gruppe.
  - 4 Emmi Pikler u.a.: Miteinander vertraut werden, Herder, Freiburg 2000; Emmi Pikler u.a.: Lasst mir Zeit. Die selbstständige Bewegungsentwicklung bis zum freien Gehen, Plaum, München 2001; Magda Gerber: Dein Baby zeigt dir den Weg, Arbor, Freiburg 2001; div. Videos aus dem Pikler-Institut, die den Ansatz der freien Bewegungsentwicklung und der respektvollen Pflege verdeutlichen. Bestelladresse: Wege der Entfaltung e.V., Mauerkircherstr. 11, 81179 München, Fax 089-981328
  - 5 Aletha Solter: Warum Babys weinen. Die Gefühle von Kleinkindern, dtv, München 2000; Thomas Harms (Hrsg.): Auf die Welt gekommen – die neuen Babytherapien, Lentner, Berlin 2000