

Dein Baby
zeigt Dir den Weg

Magda Gerber

**Dein Baby
zeigt Dir den Weg**

Übersetzung aus dem Amerikanischen von
Peter Brandenburg



Arbor Verlag
Freiamt im Schwarzwald

Originaltitel: Dear Parent – Caring for Infants with Respect
by Magda Gerber, edited by Joan Weaver

Copyright © 1998 by Magda Gerber
Copyright © der deutschen Ausgabe: 2000,
Mit Kindern wachsen Verlag & Arbor Verlag, Freiamt
Published by arrangement with
Resources for Infant Educators (RIE), 1550 Murray Circle,
Los Angeles, CA 90026, USA

Titelfoto: Irén Csatári, mit freundlicher Genehmigung
der Pikler-Lóczy Gesellschaft für Kleinkinder, Budapest

Bearbeitung: Sonja Welker
Lektorat: Martina Klose
Druck und Verarbeitung: Wilhelm & Adam, Heusenstamm

Dieses Buch wurde auf 100% Altpapier gedruckt und ist
alterungsbeständig.

Weitere Informationen über unser Umweltengagement
finden Sie unter www.arbor-verlag.de/umwelt.

Alle Rechte vorbehalten
www.arbor-verlag.de

ISBN 3-924195-62-5

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	7
Zum Geleit	9
Vorbemerkung der Autorin	11
Einleitung	
1. Educaring: die Bedürfnisse von Kleinkindern und Eltern erfüllen . . .	17
Unser Ansatz	
2. Zeiten der Pflege: mit voller Aufmerksamkeit beisammen sein . . .	24
3. Über Lehren und Lernen	28
4. Für sich sein: ein Raum für Ihr Baby	32
5. Kinder das tun lassen, was sie tun können	36
6. Die Verantwortung des Elternseins	40
Die ersten Wochen und Monate	
7. Zu Hause mit einem Neugeborenen	46
8. Mit Ihrem Baby sprechen	51
9. Auf dem Rücken liegen und sich frei bewegen	53
10. Weinen und Kolik	57
11. Tragen	63
12. Daumen oder Schnuller	67
Educaring im Alltag	
13. Im eigenen Tempo und auf eigene Weise	73
14. Zuverlässigkeit: Ihrem Kind helfen, sich sicher zu fühlen	77
15. Zuschauen lernen	83
16. ... und abwarten!	87
17. Authentisches Kleinkind, kompetentes Kind	91
18. Zeit von besonderer Qualität	95

19. Wickeln	99
20. Füttern	103
21. Schlafen	109
22. Spielsachen aussuchen	115
23. Draußen sein	121
Der RIE-Ansatz zu Disziplin	
24. Disziplin: das Ziel klären	127
25. Hausordnung	131
26. Lob oder Anerkennung	137
27. Verschiedene Bedürfnisse, verschiedene Standpunkte	139
Vom Baby zum Kleinkind	
28. An neue Entwicklungen anpassen	145
29. Trennungs- und Fremdenangst	147
30. Teilen und Konflikte	149
31. Beißen	153
32. Kleinkinder, die laufen lernen	157
33. Sauberkeitserziehung	159
Kindererziehung und andere Berufe	
34. Eltern-Gruppen	165
35. Entscheidungen, Entscheidungen	167
36. Alternativen der Kinderversorgung	169
Antworten auf grundsätzliche Fragen	
37. Moden und Trends in der Kindererziehung	175
38. Absolut sicher!	181
39. Ausstattung: was ist wirklich notwendig?	183
40. Wünsche für die Zukunft	187
41. Liebe	191
Berichte von RIE-Eltern	
42. Was ist am RIE anders?	197
43. Eine Familie, ein Samstag	199
44. RIE wertschätzen	203
Anhang	
45. Educaring – ein paar Beispiele	209
46. Reflexionen über meine Arbeit mit Dr. Pikler	213
47. About RIE	219
48. Magda Gerber	221

Vorwort

Wer soll bestimmen? Die Eltern oder das Kind? Es gibt Eltern, die fühlen sich für ihr Kind so verantwortlich, dass sie glauben, sie müssten zu seinem Wohl immer und über alles bestimmen. Sie möchten dem Kind alles beibringen, und versuchen, seine körperlichen Bedürfnisse nach ihrem eigenen Dafürhalten zu befriedigen. Sie sehen das Kind als ein ausschliessliches Produkt ihrer Erziehung, das sich ohne sie weder entwickeln noch gedeihen würde.

Die andere extreme Erziehungshaltung besteht darin, dem Kind alle Freiheiten zu geben. Diese Eltern möchten das Kind in seiner Entwicklung möglichst nicht einschränken. Das Kind wird durch diese Haltung überfordert, fühlt sich unwohl und kann für die Eltern sehr schwierig werden.

Eine kindgerechte Erziehungshaltung liegt zwischen diesen beiden Extrempositionen: Wenn das Kind kompetent ist, soll es bestimmen, und wenn es nicht kompetent ist, müssen die Eltern die Verantwortung übernehmen. Eine solche Einstellung zum Kind setzt voraus, dass die Eltern das Kind zu „lesen“ verstehen. Aufmerksamkeit für und Achtung vor dem Kind sind dazu notwendig. Zwei erzieherische Grundhaltungen, denen Magda Gerber in ihrem Buch grosse Beachtung schenkt. Dazu gehört auch die Gewissheit, dass sich das Kind aus sich heraus entwickeln will. Das Kind ist so angelegt, dass es eigenständig Erfahrungen machen und verinnerlichen möchte. Damit verbunden sind immer auch Fehlschläge und Umwege, welche die Eltern ihrem Kind weder ersparen können noch sollen, gehören diese doch zu jedem normalen Lernprozess. Die Eltern fördern also das Kind nicht, indem sie über das Kind bestimmen und in seine Aktivitäten eingreifen, oder aber es sich selbst überlassen. Sie beobachten vielmehr das Kind, um herauszufinden, welche

Erfahrungen das Kind machen möchte, und ermöglichen ihm diejenigen Erfahrungen, die für seine Entwicklung sinnvoll sind.

Dem Kind Sicherheit geben, es echte Zuwendung und wahrhaftiges Interesse an seiner Person spüren lassen: Diese Erziehungshaltung beschreibt Magda Gerber in ihrem Buch auf wunderbare Weise. Ihre Anschauung beruht auf Prinzipien, die sie als langjährige Mitarbeiterin von Emmi Pikler in Budapest übernommen und danach in den USA während vielen Jahren weiterentwickelt hat. Ihre Ausführungen sind für Eltern sehr gut verständlich und damit auch im Alltag umsetzbar.

Zürich, im Juli 2000

Remo H. Largo

Zum Geleit

Immer mehr Eltern entdecken, welche große Hilfe Emmi Piklers Vorschlag für sie und ihre Kinder bedeutet, Säuglingen und Kleinkindern die Möglichkeit zu geben, sich aus eigener Initiative bei ihrer Bewegung im freien Spiel auf immer neue Abenteuer einzulassen, dabei zu lernen und ihre Fähigkeiten zu erweitern.

Auf den ersten Blick ist es ein unscheinbarer, einfacher Vorschlag, doch er verändert und bereichert das Bild, das Erwachsene im Allgemeinen von Säuglingen haben und er vertieft die Beziehung zwischen Eltern und Kindern. Neben der Liebe erscheint und verstärkt sich die Beachtung des Kindes im Alltag, der Respekt ihm gegenüber und das daraus sich entwickelnde Miteinander, die Fähigkeit zur Kooperation.

Der Erfahrung nach sind die in diesem Sinne aufwachsenden Kinder der Welt offen zugewandt, interessiert, kooperativ und ausgeglichen. Das Zusammensein mit dem Kind ist friedlicher. Die Eltern erleben diese Lebenserleichterung wie eine befreiende Freude.

Während ein Kind heranwächst, ergeben sich jedoch für Eltern immer neue Fragen, sie stehen immer wieder vor schwierigen Situationen, in denen sie entscheiden müssen, Konflikte möchten sie so gut wie möglich lösen... Eltern, die auf diese Weise mit ihren Kindern zusammen leben, suchen auf ihre Fragen auch ähnlich gesinnte Antworten.

Magda Gerber gibt in ihrem Buch solche Antworten. Sie hat in Ungarn bei Emmi Pikler gelernt. Seit Jahrzehnten setzt sie sich in Los Angeles für eine Kleinkindpädagogik ein, die sich an den Erkenntnissen Emmi Piklers orientiert. Generationen von Eltern in ihrem Umkreis haben inzwischen ihre Kinder von diesen Ideen geleitet aufwachsen lassen. Auch Erzieherinnen (von ihr Educarers genannt, weil sie im Sinne Emmi Piklers besonderen Wert auf die Pflege legt) hat sie ausgebildet, die dieses Wissen an Eltern mit Kleinkindern weitergeben. Dies geschieht

überwiegend in Kleingruppen von Eltern mit Säuglingen oder Kindern im zweiten Lebensjahr; Eltern, die mit ihren kleinen Kindern oft etliche Stunden fahren, um an den RIE-Gruppen teilnehmen zu können, in denen Magda Gerber sie auf dem Weg begleitet, ihr Kind zu „entdecken“. Sie hilft ihnen zu erkennen, welchen Wert das ruhige Beobachten des Säuglings – während er sich in einer geeigneten Umgebung selbstständig bewegt und spielt – für das Kind wie für die Eltern hat.

Wie ich bei einem Besuch erlebt habe, ist das am Anfang nicht leicht für die Eltern, sie müssen dazu die Angewohnheit, ihr Baby und Kleinkind ständig zu stimulieren und zu beschäftigen, die in den USA schon zur Tradition geworden ist, aufgeben.

Nach der Beobachtung der Kinder in den Gruppen antwortet Magda Gerber auf zahlreiche Fragen der Eltern.

Dieses Buch veröffentlicht den Gehalt der mündlichen wie der schriftlichen Beratung von mehreren Jahrzehnten. Magda Gerbers Antworten sind einfach, unmittelbar und treffend formuliert. Die Ausstrahlung ihrer Persönlichkeit ist auch aus dem Buch zu spüren; sie wird von ihren Schülern und Schülerinnen, deren Anzahl mit den Jahren immer größer wurde, sehr geliebt.

Ich wünsche dem Buch, daß es auch im deutschsprachigen Raum einem großen Interesse begegnen wird.

Budapest, im August 2000

Anna Tardos

Vorbemerkung der Autorin

Ich erinnere mich immer noch an meine erste Reaktion nach der Geburt meiner Tochter. Ich war erstaunt, wie schwer es war, Mutter zu sein. Ich war wütend. Warum hatte mich niemand hierauf vorbereitet? Ich hatte das Gefühl, die einzige zu sein, die nicht weiss, wie sie mit einem Baby umgehen soll, und irgendwie hatte man bei meiner Erziehung vergessen, es mir zu sagen. Kommt Ihnen das bekannt vor?

Elternsein ist eine äußerst schwierige Aufgabe, auf die man sich nicht wirklich vorbereiten kann. Können wir sie leichter machen? Meine Antwort lautet Ja.

Wie? – indem wir nicht versuchen, das Unmögliche zu tun, und dabei das versäumen, was auf der Hand liegt.

Erfreuen Sie sich mehr an Ihrem Baby, arbeiten Sie weniger

Beim RIE (Abkürzung des Institutsnamens: Resources for Infant Educators) fordern wir Eltern dazu auf, sich in Ruhe und gelassen ihrem Baby zuzuwenden, ihm zuzuschauen und sich an dem zu freuen, was das Baby gerade tut, und dabei neue Fähigkeiten wahrzunehmen und sich daran zu freuen, wie es sich auf natürliche Weise entwickelt.

Die Aufgabe der Eltern besteht darin, für eine sichere und zuverlässige Umgebung zu sorgen. Sie müssen ein Gespür für die sich verändernden Bedürfnisse ihres Kindes entwickeln; das Kind muss ihre fürsorgliche Präsenz spüren. Aber sie müssen ihm nichts beibringen. Sie brauchen nicht mehr Dinge zu kaufen. Die Eltern und ihr Kind können einfach da sein und sich aneinander freuen, während sich ihre Beziehung entwickelt.

Das Irreführende daran ist, dass es so leicht klingt. Aber das ist es nicht, und zwar weil wir in unserer Gesellschaft mit Botschaften bombardiert werden, die uns dazu auffordern, dieses zu kaufen und den Kindern jenes beizubringen.

Wie beeindruckend eine Philosophie der Kleinkinderziehung klingen mag, sie in Situationen des Alltags anzuwenden ist etwas völlig anderes. Es fällt schwer zu glauben, dass man zu besseren Eltern werden kann, indem man einfach nur dasitzt und schaut. Unser Motto ist jedoch: „Beobachte mehr, tue weniger.“ Wenn wir Eltern dazu auffordern, diese andere Art Eltern zu sein anzunehmen, verlangen wir eine Menge.

Wenn ich Eltern berate, dann beziehe ich Prinzipien ein, die von Frau Dr. Emmi Pikler angewendet wurden, neben solchen, die ich selbst entwickelt habe. Ich gebe Information und Eltern nehmen sie an, wenn sie dazu bereit sind. Ich gebe mein Wissen und meine Erfahrungen in der Hoffnung weiter, dass Sie vielleicht versuchen werden, ein paar dieser Ideen umzusetzen, und dass Sie es auch dann weiter versuchen werden, wenn der neue Ansatz nicht sofort zu wunderbaren Ergebnissen führt (obwohl es das manchmal gibt).

Verstehen, Einsicht, Langzeitlernen

Beim RIE sähen wir gerne Samen. Wir möchten eine Orientierung anbieten, wie Sie durch die vielen sich widersprechenden und verwirrenden Ratschläge, die auf Sie als Eltern zukommen, durchfinden können; wie es ist, mit einem Neugeborenen zu leben; wie Sie ihre räumliche Umgebung vorbereiten können, was Sie kaufen sollten und was Sie nicht unbedingt kaufen sollten. Wir sprechen darüber, was man von einem Neugeborenen und einem Säugling erwarten kann und wie das Unmögliche möglich werden kann: auf die Bedürfnisse eines Neugeborenen einzugehen, ohne dass Sie sich selbst dabei vollkommen verausgaben. Wir schauen darauf, wie man einen Dialog entwickeln kann; wie man auf ein schreiendes Baby eingehen kann, auf Ihre Rolle, die Rolle des Babys usw. Wir helfen Eltern zu verstehen, wie ein Baby lernt zu vertrauen, wie es Fertigkeiten und Kompetenzen entwickelt und wie man die Eigenschaften kennen lernt, die bei jedem Baby einzigartig sind. Wir sprechen darüber, wie Sie Ihrem Baby Ihre Erwartungen mitteilen können, und auch darüber, worin diese Erwartungen, offene und verdeckte, bestehen.

* *Educaring* ist eine Verbindung der Worte „education“ (Erziehung) und „care“ (Pflege).

Zusammenfassend gesagt, pflanzen wir „Samen dafür, dass Eltern Vertrauen haben“.

Mein Ziel ist, dass Sie wirklich verstehen, was ich meine. Dann können Sie annehmen, was Ihnen gefällt, und ablehnen, was Ihnen nicht gefällt. Aber das ist genau das, was so schwierig ist, das Verstehen.

Es ist leicht, Rat zu geben, aber wenn guter Rat funktionieren würde, dann wären wir alle vollkommen. Ich erwarte nicht, dass Sie oder andere Eltern übermenschlich sind. Ich hoffe einfach, dass die Prinzipien des RIE langsam zu einem Teil Ihres Bewusstseins, Ihres Denkens und Ihres Handelns werden und dass sie Ihnen schließlich, wenn Sie sie sich wirklich zu Eigen gemacht haben, als Ihre eigenen inneren Maßstäbe dienen werden. Diese inneren Maßstäbe können Sie immer dann, wenn Sie in ungeeignete oder alte Verhaltensweisen geraten, sanft daran erinnern, es „noch einmal zu versuchen“, was bedeutet, das nächste Mal mit ein wenig mehr Geduld, Einfühlung und Empfindsamkeit anwesend zu sein.

Was wir zu vermitteln versuchen, ist die Qualität der Erfahrung – eine Art, in Beziehung zu treten, die in allen Altersstufen von Nutzen sein kann. Auf lange Sicht ist es unser Ziel, Eltern dabei zu unterstützen, dass sie lernen, mit ihren Säuglingen und später mit ihren älteren Kindern zu leben und sie leben zu lassen. Eine solche Einsicht kann nicht „gelehrt“ werden. Langzeitlernen ist ein langsamer Prozess. Er muss sich auf eine organische Weise einstellen – es braucht Zeit, in der die Samen unseres Verstehens sprießen, wachsen, blühen und Früchte tragen können.

Und besonders für Eltern, die ein Kind erwarten, möchte ich hinzufügen: Ich bin mir bewusst, dass Sie jetzt mit der Geburt Ihres Babys beschäftigt sind, und alles, was danach kommt, Ihnen vielleicht fern und unerreichbar erscheint. Dies ist jedoch die ideale Zeit, um sich mit einigen grundlegenden Ideen des RIE vertraut zu machen. Wenn Sie Eltern fragen würden, die erst später von dem Ansatz des RIE erfahren haben, dann würden sie Ihnen sagen, wie viel leichter es ist, gute Gewohnheiten von Anfang an zu entwickeln, als später „ungeeignete“ Gewohnheiten aufzulösen und zu verändern.

Kleinkinder mit neuen Augen sehen

Obwohl es viele Organisationen, Kurse und Veröffentlichungen gibt, die die Erziehung von Kleinkindern verbessern wollen, glauben wir, dass sich die Art und Weise, wie wir am RIE das Kind sehen, von ihnen unterscheidet.

Ich hoffe, dass Eltern, die dieses Buch lesen, diese Unterschiede wertschätzen, wenn sie sehen, wie Kinder sich entwickeln und lernen, wenn sie sich ihrem eigenen Rhythmus entsprechend und auf ihre eigene Weise bewegen dürfen. Ich hoffe, dass Eltern den Glauben aufgeben, dass ihre Kinder motorische Fertigkeiten nicht früh genug oder nicht gut genug entwickeln, wenn sie ihnen nicht helfen oder sie sie ihnen nicht beibringen. Ich hoffe, Eltern werden lernen, sich in Ruhe ihrem Baby zuzuwenden und ihm zuzuschauen, und sich daran freuen, wenn sie sehen, wie dauernd neue Wunder geschehen. Ich hoffe Kinder werden mit weniger Angst, mit mehr Selbstvertrauen und in größerer Sicherheit aufwachsen.

Wenn etwas von dieser Angst, der Wut und der Frustration vermieden werden könnte, könnte sich das vielleicht auf unsere von Angst und Aggressivität geprägte Gesellschaft auswirken? Hoffen wir das!

Einleitung

Educaring: die Bedürfnisse von Kleinkindern und Eltern erfüllen

Was brauchen Kleinkinder wirklich, und wie können Eltern diese Bedürfnisse erkennen und erfüllen? Und was brauchen Eltern und wie können sie ihre eigenen Bedürfnisse erkennen und erfüllen?

Wenn Sie mit einigen grundlegenden Gedanken und Prinzipien des RIE vertraut werden, kann das Ihre schwierige Aufgabe als Eltern um einiges leichter und angenehmer machen. Der Ansatz des RIE ist überraschend einfach und entspricht dem gesunden Menschenverstand. (RIE wird „rai“ ausgesprochen.)

Die Art und Weise, wie wir einen Säugling pflegen, ist von größter Bedeutung für seine Entwicklung und prägt sein ganzes weiteres Leben.

Um dies zu betonen habe ich die Worte „Educarer“ und „Educaring“ geprägt, die unsere Philosophie beschreiben.*

Die Grundlage des Ansatzes von RIE: Respekt

Wir respektieren Babys nicht nur, wir zeigen ihnen unseren Respekt jedesmal, wenn wir mit ihnen zu tun haben. Ein Kind respektieren bedeutet auch den kleinsten Säugling als einen einzigartigen Menschen zu behandeln und nicht als ein Objekt.

Beim RIE zeigen wir zum Beispiel Respekt, indem wir ein Kind nicht hochnehmen, ohne es ihm vorher zu sagen, indem wir direkt zu ihm sprechen und nicht über es hinweg und auf die Antwort oder Reaktion des Kindes warten. Solch eine respektvolle Haltung trägt dazu bei, dass sich ein Kind zu einem authentischen Menschen entwickeln kann.

Unser Ziel: ein authentisches Kind

Ein authentisches Kind ist ein Kind, das sich sicher, autonom und kompetent fühlt.

Wenn wir einem Kind helfen, sich sicher und wertgeschätzt zu fühlen, und ihm das Gefühl geben, „jemand ist tief und wahrhaft an mir interessiert“, durch die Art und Weise, wie wir einfach zuschauen und zuhören, dann beeinflussen wir die ganze Persönlichkeit des Kindes und die Weise, wie es das Leben sieht.

Vertrauen in die Kompetenz des Kindes

Wir haben das Grundvertrauen in das Kind, dass es ein Initiator ist, dass es ein Forscher ist, den es dazu drängt, das zu lernen, wofür er bereit ist.

Aufgrund dieses Vertrauens geben wir dem Kind nur so viel Hilfe, wie nötig ist, dass es sich daran freuen kann, seine eigenen Handlungen zu meistern.

Sensible Beobachtung

Unsere Methode ist die Beobachtung, die von Respekt für die Kompetenz des Kindes geleitet ist. Wir beobachten sorgfältig, um die Kommunikation des Kindes und seine Bedürfnisse zu verstehen.

Je mehr wir beobachten, umso mehr verstehen und schätzen wir die enorme Menge und Geschwindigkeit des Lernens, das während der ersten zwei oder drei Lebensjahre geschieht. Wir werden bescheidener, bringen den Kindern weniger bei und stellen stattdessen eine Umgebung, die Lernen ermöglicht, zur Verfügung.

Bei der Pflege: das Kind einbeziehen

Während der Pflege (Wickeln, Stillen oder Füttern, Baden, Anziehen usw.) ermutigen wir auch das kleinste Kind dazu, ein aktiver Teilnehmer zu werden statt eines passiven Empfängers dieser Aktivitäten. Wenn Eltern während der Zeit, die sie mit dem Kind verbringen, mit ganzem Herzen mit ihm zusammen sind, schaffen sie so Gelegenheiten für Interaktion, Kooperation, Intimität und Freude aneinander.

Durch solche angenehmen Erfahrungen bei ihrer Pflege, die nicht in Eile geschieht, sind die Kinder „gesättigt“ und mit nur einem Minimum an Interventionen durch Erwachsene bereit, ihre Umgebung zu erforschen.

Eine sichere, anregende, zuverlässige Umgebung

Unsere Aufgabe besteht darin, eine Umgebung zu schaffen, in der ein Kind all die Dinge am besten tun kann, die es von Natur aus tun möchte. Je zuverlässiger eine Umgebung ist, umso leichter ist es für Babys zu lernen.

Wenn Kinder ihren Bewegungsradius erweitern, dann brauchen sie sicheren, angemessenen Raum, in dem sie sich bewegen können. Ihre natürliche, angeborene Lust sich zu bewegen sollte von der Umgebung nicht behindert werden.

Zeit für nicht unterbrochenes Spielen und Freiheit zu erforschen

Wir geben dem Kind eine Menge Zeit für ein Spielen, das nicht unterbrochen wird. Statt zu versuchen, Babys neue Fertigkeiten beizubringen, wertschätzen und bewundern wir das, was sie gerade tun.

Verlässlichkeit

Wir setzen klar definierte Grenzen und vermitteln dem Kind unsere Erwartung, um so einen verlässlichen Rahmen zu schaffen, der dem Kind hilft, sich zu orientieren.

Educaring: ein sicherer Anfang

Beim RIE lernen Eltern, wie Rhythmen von Kind und Familie sich zu zuverlässigen Gewohnheiten entwickeln und wie man sich an der gemeinsamen Zeit und der Zeit, in der man für sich ist, freuen kann.

Wenn Sie sich mit unseren Grundprinzipien identifizieren und ihnen zustimmen, können Sie sie nutzen, um innere Maßstäbe dafür zu entwickeln, wie Sie den vielen irritierenden Themen des Elternseins begegnen können.

Unser Ansatz



Zeiten der Pflege: mit voller Aufmerksamkeit beisammen sein

Was ein Kleinkind braucht – was jeder Mensch möchte – ist die Erfahrung der vollen ungeteilten Aufmerksamkeit von Vater oder Mutter oder einem anderen Menschen, der für das Kind von Bedeutung ist. Aber niemand kann immer ganz aufmerksam sein.

Die natürliche Gelegenheit, mit ganzem Herzen mit ihrem Kind zusammen zu sein, ist die Zeit, die sie ohnehin zusammen verbringen – wenn sie Ihr Baby versorgen. Nehmen Sie diese Zeiten der „Pflege“ als etwas ganz Besonderes, als die Zeit des „Auftankens“ für Sie beide – Zeit für intimes Zusammensein.

Stellen Sie das Telefon ab, wenn Sie vorhaben, Ihr Baby zu stillen, zu füttern, zu baden oder zu wickeln, und sagen Sie Ihrem Kind: „Ich werde das Telefon abstellen, damit uns niemand stört, denn ich möchte jetzt wirklich nur mit dir zusammen sein.“ (Wenn Sie das sagen, bestärken Sie auch sich selbst.)

„Kommen Sie zur Ruhe“ in Ihrem Kopf und „kommen Sie zur Ruhe“ in Ihrem Körper – seien Sie ganz da und für diese bestimmte Zeit nur an Ihrem Kind interessiert. Ich glaube, dass es für jedes Kind heilsam ist, wenn es dieses echte Interesse spürt.

Wenn die Zeit der Pflege für Sie eine besondere Qualität bekommt, werden Sie dadurch auch mehr Zeit haben, die Sie zusammen genießen können, und es wird Ihrem Kind das Gefühl vermitteln, dass Sie ihre gemeinsame Zeit wertschätzen, womit Sie Ihr Kind in seinem Wert als Person bestätigen. Nach solch intimen Momenten wird Ihr Kind eher Freude daran haben, allein auf Forschungsreise zu gehen, wenn Sie eine entsprechende Umgebung dafür vorbereitet haben.

Die folgenden Richtlinien sind mit der Absicht formuliert, alle Aktivitäten der Pflege angenehm, zu einer Zeit mit besonderer Qualität und reich an unschätzbaren Lernerfahrungen zu machen:

- **Bereiten Sie alles vor.** Schauen Sie, dass alle Dinge, die Sie brauchen, bereit sind, bevor Sie auf das Kind zugehen, damit Sie nicht nach einer Windel, einem Löffel, einem Handtuch oder einem Kleidungsstück suchen müssen, was dann die Kontinuität Ihres Zusammenseins unterbrechen würde.
- **Beobachten Sie, was das Kind tut.** Wenn es in einer Aktivität versunken ist, unterbrechen Sie es nicht, sondern warten Sie auf den passenden Moment, um auf es zuzugehen.
- **Erklären Sie Ihrem Kind, was Sie tun werden.** Damit kann man in der frühen Säuglingszeit bei allen Interaktionen beginnen. Obwohl das Kind Ihre Worte zuerst nicht versteht, wird es bald anfangen, Ihre Laute und den Klang Ihrer Stimme mit Ihren Gesten und Handlungen zu assoziieren, und seine Vorfreude auf eine angenehme Zeit, die es gemeinsam mit seinen Eltern verbringen wird, wird wachsen.
- **Sprechen Sie mit dem Kind.** Wenn Sie einmal die Aufmerksamkeit des Kindes geweckt haben, dann sagen Sie ihm, dass Sie etwas zusammen machen wollen. Nehmen Sie ihm Spielzeug oder andere Dinge sanft aus der Hand, erklären Sie, was Sie tun, und sagen Sie ihm, dass Sie es jetzt aufnehmen möchten. Strecken Sie Ihre Arme aus und warten Sie auf eine Reaktion. Nehmen Sie Ihr Kind nicht unerwartet oder von hinten hoch. Beginnen Sie damit auch schon bei sehr kleinen Kindern, die zuerst vielleicht noch keine sichtbare Reaktion zeigen. Es hilft, einen Stil wechselseitiger Kommunikation zu fördern, der das Kind respektvoll mit einbezieht.
- **Erklären und zeigen Sie Ihrem Kind Schritt für Schritt, was Sie tun.** Erlauben Sie Ihrem Kind, dem Prozess zu folgen und sich an ihm zu beteiligen: Blickkontakt aufzunehmen, Ihr Gesicht zu studieren, sich zu artikulieren, Spiele anzuregen, Ihren Handlungen zu folgen und auf Sie zu reagieren, und erlauben Sie sich, auf das Kind zu reagieren.
- **Werden Sie langsam.** Damit Ihr Baby Zeit hat, wirklich teilzunehmen, sollte alles, was Sie tun, „verlangsamt werden“.

- **Versuchen Sie, ganz aufmerksam dabei zu sein.** Immer wenn Sie mit der Pflege beschäftigt sind, tun Sie es absolut mit voller Aufmerksamkeit. Wenn Sie die ganze Zeit nur mit halber Aufmerksamkeit dabei sind, dann ist das nie die volle Aufmerksamkeit. Babys sind dann immer halb hungrig nach Aufmerksamkeit. Aber wenn Sie einen Teil der Zeit ganz aufmerksam sind, dann ist das schon sehr viel. Folgendes würde ich empfehlen: Verbringen Sie eine intensive Zeit mit Ihrem Kind zusammen und schauen Sie, ob es dann bereit ist, eine Weile für sich zu sein.

Diese Richtlinien sind allgemein, aber wenn Ihr Kind heranreift, werden sie sehen, dass Sie sich immer wieder an das Alter und die Entwicklungsstufe Ihres Kindes anpassen müssen. Es wird notwendig werden, dass Sie ein Gefühl für Ihren eigenen Interaktionsstil bekommen und sensibel für Ihre jeweils unterschiedlichen Persönlichkeiten werden. Die sozialen Interaktionen von Kind und Eltern sind voll von Unerwartetem, voller neuer Freuden und neuer Herausforderungen.

Von Anfang an haben wir versucht, Julia vorher wissen zu lassen, was wir mit ihr tun wollten, bevor wir es dann taten. Obwohl wir an die Bedeutsamkeit einer respektvollen Beziehung mit Julia glaubten, hatten wir die Kraft dieser Art Kommunikation nicht erwartet. Wir lernten schnell, dass Worte nicht unser einziges Mittel waren, Julia mitzuteilen, was als Nächstes kam. Ein Klopfen an ihre Tür, eine Berührung ihrer Hand oder ihres Fußes, Augenkontakt oder die Bewegung unserer Hände vermittelten Julia eine Botschaft. Wenn die Botschaft langsam ankam und einer Handlung unmittelbar vorherging, dann fing sie an, unsere nächste Bewegung oder Handlung vorwegzunehmen.

Julias Empfänglichkeit für unsere Mitteilungen wäre nicht möglich gewesen, wenn wir ihr nicht Zeit gegeben hätten zu reagieren. Wir waren beide entschlossen, Magdas Rat zu befolgen und mit Julia langsamer zu werden, aber zuerst war uns nicht klar, wie langsam „langsam“ sein würde. Auch wenn wir dachten, wir wären langsam, sah Julia manchmal ein bisschen durcheinander aus. Wenn wir unser „langsam Tempo“ dann langsamer machten, beruhigte sie sich und war wieder ganz bei der Sache.

Die Wirkung respektvoller Kommunikation wurde bei gewohnten Handlungen am spürbarsten. Wenn wir Julia zum Beispiel umziehen wollten, machten wir das ganz bewusst und ließen sie jeden einzelnen

Schritt wissen. Bevor wir ihren Arm durch einen Ärmel schoben, berührten wir sie und sagten ihr in einfachen Worten, was nun geschehen würde. Während der ersten Wochen schaute sie zur Seite, wenn sie umgezogen wurde, aber trotzdem war sie anscheinend aufmerksam. Dann fing sie an, uns während des Umziehens anzuschauen, und beobachtete jede unserer Handlungen.

Bald fing sie an, mit kleinen Bewegungen teilzunehmen. Sie hob einen Arm, wenn es Zeit war, ihn aus einem Ärmel zu ziehen. Julias wachsendes Interesse und ihre Beteiligung beim Umziehen machte dies zu einem der schönsten Momente mit ihr. Auch wenn sie zerstreut war, beruhigte sie sich und wurde aufmerksam, wenn einer von uns sie zu dem Tisch brachte, wo sie umgezogen wurde. Ihre Großmutter, die Julia zum ersten Mal sah, als sie neun Wochen alt war, bemerkte, dass sie noch nie ein Baby gesehen habe, das so viel Freude zeigte, wenn es umgezogen wurde. Einmal, als Julia ziemlich aufgeregt war, schlug ihre Großmutter im Spass vor, sie umzuziehen, um ihr zu helfen, sich zu beruhigen. Und tatsächlich, sobald einer von uns Julia hatte wissen lassen, dass wir sie zum Tisch zum Umziehen bringen wollten, wurde sie ruhig und aufmerksam.

Respektvolle Kommunikation hat auch zur Freude ihrer Mutter Mimi am Stillen beigetragen. Wenn es Zeit wurde, die Seiten zu wechseln, sagte Mimi immer zu Julia, dass sie ihr Saugen an der Brust unterbrechen würde, wartete ein paar Momente und berührte dann leicht mit ihrem Finger Julias Lippen. Nach ein paar Wochen fing Julia an, sich von allein von der Brust zu lösen, wenn Mimi ihr sagte, es sei Zeit, die Seiten zu wechseln.

Der Rahmen, den ich vorgestellt habe, ist offen genug, in seiner Struktur Raum zu lassen, damit Sie mit Ihrem Kind wachsen, improvisieren, spontan auf unerwartetes Verhalten reagieren und auf Ihr Kind als Individuum eingestellt und seiner bewusst bleiben können. Dieser „personalisierte“ Ansatz der Pflege unterstützt die Entwicklung von Selbstvertrauen, von Körperbewusstheit und von sozialer Aufmerksamkeit und die Fähigkeit eines Kindes zu antworten. Er ermutigt ein Kind auch bei dem schwierigen, aber entscheidenden und aufregenden Ringen um Autonomie.

Ein Kind, dem erlaubt wird, aktiv am Prozess seiner Pflege teilzunehmen, wird ermutigt, ein selbstständiges Kind zu sein, das sich seiner Bedürfnisse bewusst ist und sich für deren Befriedigung einsetzt, wenn es älter wird.

Über Lehren und Lernen

Ein Kleinkind lernt immer. Beim RIE glauben wir, dass Babys nichts beigebracht werden sollte, weil dies gewöhnlich das Lernen behindert. Je weniger wir in den natürlichen Prozess des Lernens eingreifen, umso mehr können wir beobachten, wie viel Kinder die ganze Zeit von sich aus lernen.

Kleinkinder lernen ständig, indem sie aufnehmen, herausfinden, entdecken, integrieren und die wirkliche Welt um sich herum organisieren. Wissen, das auf diese Weise gewonnen wird, wird ihnen in ihrem täglichen Leben am besten dienen.

Wenn Menschen nur dem Plan der Natur vertrauen würden, nach dem Babys geschaffen werden, dann könnten sie sich entspannen und sich an all den täglichen Wundern ihrer natürlichen Entwicklung erfreuen.

Was sollte man lehren? Warum?

Eltern sind die ersten und die wichtigsten Lehrer ihrer Kinder. Ich weiß auch, wie sehr Eltern durch Bücher, Zeitungsartikel, das Fernsehen oder durch andere Eltern unter Druck geraten, etwas zu tun, um Lernen bei ihren Kindern zu stimulieren.

Wir sind der Überzeugung, dass Kinder immer tun, was sie tun können, was sie tun wollen, was sie von innen her drängt zu tun. Wie können Erwachsene es wagen zu glauben, sie wüssten, was ein Kind in einem bestimmten Augenblick zu lernen bereit ist?

Die meisten Menschen wollen Kindern beibringen, was sie sowieso wissen oder lernen würden. Lernen durchschnittliche, normale Kinder in einer durchschnittlichen Umgebung, die „gut genug“ ist, nicht etwas über Farben, über Formen, über Ein und Aus? Warum sollte man es

ihnen beibringen, wenn sie diese Dinge ebenso gut in einer alltäglichen Umgebung mit aufmerksamen Eltern lernen? Jean Piaget hat es schön ausgedrückt: „Wenn Sie einem Kind etwas beibringen, dann nehmen Sie ihm für immer die Chance, es selbst zu entdecken.“

Wann immer Sie ein Kind davon abhalten zu tun, was es von Natur aus tun könnte und würde, dann sagen Sie dem Kind meiner Ansicht nach: „Ich weiß, was gut für dich ist.“ Aber Sie, der Erwachsene, wissen es nicht. Zum Beispiel gehen die meisten Kinder (nicht alle), wenn sie zum ersten Mal eine Treppe hinunterwollen, mit dem Kopf voran – sie möchten sehen, wo es hingeht. Manche Leute sagen, es sei für Kinder sicherer, rückwärts die Treppe hinunterzukrabbeln, und sie bringen Kindern bei, wie man das macht. Das Kind kann dann verwirrt werden, weil sein Körper ihm das eine sagt und der Erwachsene etwas anderes, und vielleicht führt das dann sogar tatsächlich dazu, dass es fällt.

Wenn sich ein Baby auf natürliche Weise bewegt und das tut, was sich für seinen Körper im Moment richtig anfühlt, ist das immer das Sicherste.

Wenn Sie einem Kind etwas beibringen, für das es nicht bereit ist, dann kann es das Gefühl bekommen: „Ich weiß nicht genau, was von mir erwartet wird, aber was ich auch mache, es wird nicht geschätzt.“

Ich frage mich, ob Eltern klar ist, dass die Zeit, die darauf verwendet wird, ihrem Kind etwas beizubringen, ihm Zeit dafür nehmen kann, zu lernen, was wirklich wichtig ist.

Freie Bewegung, freies Spielen

Wir lehren Kinder nicht, wie sie sich bewegen sollen, weil wir glauben, dass jedes Baby dies viel besser weiß. Wir greifen nicht in ihr Spiel ein. Wir mischen uns nicht dabei ein, wenn sie etwas von dem verfügbaren Material auswählen. Das sind Bereiche, von denen wir beim RIE ganz entschieden sagen: „Hände weg!“ Wir sind immer daran interessiert zu wissen: „Wofür würde dieses Kind sich jetzt entscheiden, wenn man ihm nicht etwas anderes beigebracht hätte?“

Kleine Kinder sind Forscher und Initiatoren. Sie lernen trotzdem, was wir ihnen beibringen. Eine sichere Umgebung, in der das Baby sich bewegen und forschen kann, ermöglicht die Art Lernerfahrung, von der das Kind am meisten profitiert. Wenn Kleinkinder genug Raum, sicheren Raum haben, dann werden sie genau die Bewegungen machen, für die sie bereit sind – weil sie die Gelegenheit dazu haben.

Wenn wir Kleinkinder beobachten, dann sieht es eher so aus, als arbeiteten sie, als dass sie spielten: sie sind ganz bei der Sache, absorbiert von dem, was sie gerade tun. Wir brauchen keine Übungen für sie zu erfinden. Sie lernen ihren Instinkten zu folgen und ihrem eigenen Urteil zu vertrauen.

Kinder erlangen ihre Fertigkeiten durch endloses Wiederholen, dadurch dass sie dieselbe Aktivität immer wieder machen, wenn Erwachsene vielleicht schon längst das Interesse verloren haben. Wenn ein Kind eine Handlung viele, viele Male wiederholt, dann spürt es keine Langeweile. Vielmehr lernt es gründlich, was mit der Handlung zu tun hat, macht sie zu einem Teil von sich und seiner Welt. Wenn es etwas bis zu seiner eigenen Befriedigung gelernt hat, dann geht es zu einer anderen neuen Aktivität über.

Beim Spielen arbeiten Kinder ihre Konflikte mit Objekten, anderen Kindern und Erwachsenen durch. Spiel ist ein Ventil für Neugier, Informationen über die physische Welt und eine sichere Möglichkeit, mit Angst und sozialen Beziehungen umzugehen. Auf lange Sicht dient Spielen den inneren Bedürfnissen, Hoffnungen und Wünschen von Kindern.

Über das tägliche Leben lernen

Was sollten Kinder wirklich von ihren Eltern lernen? Wenn Eltern dem Kind erzählen, was sie tun, dann lernt das Baby etwas über die reale Welt um sich herum. Babys müssen die wichtigsten Dinge in ihrem Leben lernen – wer sie sind, wie man kommuniziert, was Mama oder Papa freut oder sie aufregt. Lehren ist keine abgetrennte Funktion. Es ist eine Erfahrung des alltäglichen Lebens. Das Beste, was man ein kleines Baby lehren kann, ist etwas über das tägliche Leben.

- Über seine Bedürfnisse: „Du hast wohl Durst. Möchtest du dies trinken?“
- Über das, was ihm gehört: „Ziehen wir mal dein Hemd an. Bist du soweit, dass du deinen Arm in den Ärmel stecken kannst?“
- Über Ihre Sorge: „Die Straße ist nicht sicher. Ich kann dich nicht hinter deinem Ball herlaufen lassen.“

Was Eltern lehren, sind sie selbst, als Modelle dessen, was menschlich ist – durch ihre Stimmungen, ihre Reaktionen, ihren Gesichtsausdruck und ihre Handlungen. Das sind die wirklichen Dinge, derer Eltern sich bewusst sein müssen, und dessen, wie sie auf ihre Kinder wirken. Erlau-

ben Sie ihnen, Sie zu kennen, dann wird es für sie vielleicht leichter, etwas über sich selbst zu lernen.



Für sich sein: ein Raum für Ihr Baby

Jedes Kind braucht eine absolut sichere Umgebung, eine Umgebung, in der es sich frei bewegen kann, wenn sich seine motorischen Fähigkeiten entwickeln.

Eine sichere Umgebung erlaubt nicht nur dem Kind, Zeit mit Erforschen und Lernen zu verbringen, ohne unterbrochen zu werden, sondern auch den Eltern, eine Zeit lang ihre eigenen Vorhaben zu verfolgen. Wenn das Kind wieder Aufmerksamkeit braucht, können Kind und Eltern ihr Miteinander wieder ganz und ohne Ablenkung genießen.

Unter einer sicheren Umgebung verstehe ich Folgendes: Wenn die Person, die für das Kind verantwortlich ist, eines Tages zufällig bis zum Abend aus dem Haus oder der Wohnung ausgeschlossen sein sollte, würde das Kind in einer sicheren Umgebung überleben. Das Kind wäre vielleicht verstört, müde, hungrig und würde weinen – aber es wäre physisch sicher.

Eine ruhige Umgebung

Häufig werden kleine Kinder zu viel Stimulation ausgesetzt. Erwachsene erkennen oft nicht die Bedürfnisse eines Kindes nach Ruhe und Stille.

Häufig ist der angemessene Raum für Ihr Baby sein eigener Raum oder sein eigenes Zimmer. Es sollte in Hörweite der Eltern sein, aber etwas abseits von zu viel Aktivität, die der Haushalt mit sich bringt.

Manche Experten sagen, um Ihrem Baby Sicherheit zu geben, sollten Sie es überallhin mitnehmen. Wir glauben, dass Babys nicht nur daher Sicherheit bekommen, dass sie in der Nähe ihrer Eltern sind, sondern auch daher, dass ihnen die Möglichkeit gegeben wird, ihre Umgebung frei und selbstständig zu erforschen.

Sie müssen immer mal wieder vorbeischaun und natürlich erreichbar sein, wenn das Baby gefüttert, gewickelt oder gebadet werden muss oder wenn es Sie braucht. Verbringen Sie auf jeden Fall auch Zeit mit Ihrem Baby, wenn es Ihnen einfach Freude macht, sich ihm in Ruhe zuzuwenden und ihm einfach nur zuzuschauen.

Vom Kinderbettchen zum Laufstall und zum Fußboden

Am Anfang reicht ein Kinderbettchen oder eine Wiege, und ein Laufstall ist ganz passend, bis das Baby anfängt, sich auf den Bauch zu drehen und sich mit Rollen fortzubewegen. In den ersten Monaten können sie sich nicht weit von dort wegbewegen, wo wir sie hinlegen – deshalb fühlen sie sich von diesen kleinen Räumen nicht eingeengt. Im Gegenteil, es ist ihr vertrauter Platz, an dem sie ihre vertrauten Dinge haben. Grenzen geben Ihrem Baby ein Gefühl von Sicherheit.

Wenn Sie ein zweites Bettchen und einen Laufstall für draußen haben, kann ein Baby auch draußen viele Stunden an einem sicheren Ort schlummern und spielen, ohne dass Sie jede Minute aufpassen müssen.

Ungefähr mit 5 oder 6 Monaten, wenn Ihr Baby mobiler wird, kann es mehr und mehr Zeit in einem weiteren sicheren Raum auf dem Fußboden verbringen. Wenn es ein paar einfache Dinge in seiner Reichweite hat, kann es mit ihnen hantieren und spielen. Ein paar Dinge gerade außerhalb seiner Reichweite können es dazu ermutigen, sich auf sie zuzubewegen.

Erste „Spielsachen“

In den ersten zwei Monaten gehören seine eigenen Hände und das Gesicht der Eltern zu den wertvollsten Dingen, mit denen das Baby spielen kann.

Als erstes „Spielzeug“ empfehle ich ein Tuch von etwa 40 mal 40 Zentimetern, aus kräftiger, farbiger Baumwolle, so wie Dr. Pikler es im Lóczy benutzte. (Seide oder Nylon sind gefährlich, ebenso wie ein zu kleines Tuch.) Halten Sie das Tuch zwischen das Baby und sich selbst, und zwar so, dass Sie dahinter hervorschauen können. Das ist dann ein interessantes visuelles Ziel. Der Grund, warum ich ein Tuch Mobiles vorziehe, ist der, dass das Kind, wenn es soweit ist, diesen Gegenstand greifen und auf vielfältige Weise damit hantieren kann, und dabei immer neue visuelle Erfahrungen machen und neue Gefühle erleben kann: es kann sich das Tuch erst vor, dann auf sein Gesicht ziehen. Es kann daran kauen, es

kann auf ihm liegen, und dann die Erfahrung machen, dass es das Tuch nicht unter dem eigenen Körper hervorziehen kann; und später kann es das Tuch mit einem anderen Kind hin- und herziehen.

Sichere Grenzen

Bevor Ihr Kind anfängt, sich auf den Bauch zu drehen und zu krabbeln, ist es günstig, einen Raum mit einem kleinen Türgitter kindersicher zu machen, damit es nicht auf unsicheres Territorium gelangen kann. (Wenn ein ganzer Raum nicht zu Verfügung steht, kann man auch einen Teil eines Raumes sicher abgrenzen.)

Eltern reagieren oft negativ, wenn ich ihnen vorschlage, in ihrem Haus oder ihrer Wohnung so ein kleines Tor zu benutzen, um sichere Grenzen für ihre Kinder zu schaffen. Im Gegensatz zu dem, was viele Menschen glauben, ist ein mit einem kleinen Türgitter abgeteilter Raum ein sicherer Raum, der Kindern die Freiheit gibt, sich in sicherer und vertrauter Umgebung zu bewegen und sie zu erforschen. Wenn das Tor von Anfang an ein Teil der Umgebung Ihres Babys ist, dann wird es dieses ganz natürlich annehmen, genauso wie andere vertraute Gegenstände in seiner Umgebung. Wenn Sie es andererseits erst einbauen, nachdem Ihr Baby schon aus seinem Zimmer gekrabbelt ist, dann wird es dies mit Recht als einschränkenden Eingriff erleben, der es daran hindert, zu tun was es will.

Meiner Meinung nach ist es viel besser, einen wirklich sicheren Platz mit einem kleinen Tor einzurichten, der ihn vom Rest des Hauses abtrennt, als ein Kind „sicher“ zu verwahren, indem man es in einer Schaukel, einem Kindersitz oder etwas Ähnlichem anbindet oder ständig hinter ihm herläuft, um es vor Gefahren im Haushalt zu bewahren.

Zeit miteinander, Zeit allein

Wenn Erwachsene versuchen, ihre Arbeit zu machen, während sie gleichzeitig auf ihre Kinder aufpassen, dann fühlen sie sich ebenso frustriert wie die Kinder. Ich habe das Gefühl, dass die Ursache dieser Falle in Büchern und Ratgebern zu suchen ist, die befürworten, dass ein Baby seine Eltern ständig in seiner Nähe haben muss. Aufgrund dieser Überzeugung nehmen viele Eltern ihr Kind überallhin mit, setzen es auf den Küchentisch, auf den Boden im Badezimmer und an andere unsichere Plätze. Ein Baby, das in einem Kindersitz angeschnallt ist, wird in seinen Bewegungen eingeschränkt und hat weniger Freiheit als ein Kind, das

hinter einem sicheren Tor aktiv seinen eigenen vertrauten Lebensraum erforscht.

Kinder lernen am besten durch aktives Beteiligtsein – an ihrer Umwelt wie im Umgang mit anderen Menschen. Wenn ein Kind einen angenehmen Platz zum Spielen hat, wo es sich selbstständig bewegen und seine Umgebung erforschen kann, dann haben auch die Eltern mehr Freiraum dafür, ihre eigene Arbeit zu machen, und ihre Bedürfnisse wie die ihres Kindes können befriedigt werden.

Viele Eltern haben Angst, dass sie vielleicht keine „guten Eltern“ sind, wenn sie nicht immer mit ihrem Kind zusammen sind. Ich verstehe immer noch nicht ganz, warum es für Eltern so schwer ist zu akzeptieren, dass es ganz in Ordnung ist, ein Kind in einem solchen vollkommen sicheren Raum zu lassen, wenn sie erreichbar sind, aber dabei in Hörweite etwas anderes tun.

Ein Baby kann lernen, eine gewisse Zeit allein zu verbringen. Es ist für ein Kind wichtig, dass es Befriedigung und Freude an seiner eigenen Unabhängigkeit entdeckt. Kinder, die gelernt haben, sich darauf zu verlassen, von Erwachsenen stimuliert, manipuliert und unterhalten zu werden, können ihre Fähigkeit verlieren, sich auf unabhängige, erforschende Aktivitäten ganz einzulassen.

Kinder brauchen nicht ständig Aufmerksamkeit, was sie brauchen, ist Sicherheit. Wenn ein Kind von Zimmer zu Zimmer geschleppt wird, während die Mutter arbeitet, hilft ihm dies sicher nicht, ein Gefühl von Sicherheit zu bekommen.

Die Lebensweise eines Erwachsenen ist eine andere als die eines Kindes. Eltern wie Kinder brauchen Zeit für sich selbst. Wenn sie auch für sich sein können, dann wird die Zeit, die sie gemeinsam verbringen, umso reicher.

Kinder das tun lassen, was sie tun können

Es ist verständlich, wenn junge Eltern glauben, dass ihre Kinder immer glücklich sein werden, wenn sie sie nur richtig erziehen. Wider „besseres Wissen“ träumen Eltern davon, ein „Paradies“ zu erschaffen, in dem ihre Kinder niemals Schmerzen ausgesetzt sind oder leiden oder sogar kämpfen müssen.

Dieser Wunsch bringt Eltern dazu, ständig für Unterhaltung zu sorgen, keine Frustration zuzulassen und ihr Baby ständig herumzutragen. Sie füttern ihr Baby vielleicht sogar nach dem ersten Wimmern, ohne zu warten und sich erst einmal zu vergewissern, ob das Baby wirklich Hunger hat. Bereitet man es so auf das wirkliche Leben vor? Können wir andererseits erwarten, dass ein kleines Baby in der Lage ist, mit den vielen Frustrationen des täglichen Lebens fertig zu werden? Wie können Eltern ein ausgewogenes Maß finden, es einerseits nicht überzubehüten und es andererseits doch genug zu unterstützen?

Es ist eine Realität des menschlichen Lebens, dass jedes Kind sich irgendwann ablösen und eine eigene Person werden muss. Das ist ein allmählicher Prozess. Die innere Haltung der Eltern kann dies erleichtern oder erschweren. Wenn sie auf jeder Stufe der Entwicklung das akzeptieren, was ist, und sich daran freuen, dann erleichtert das diesen Prozess. Versuche, es zu drängen oder sich in seine natürliche Entwicklung einzumischen, erschweren ihn.

Beobachten Sie und warten Sie ab

Die Aufgabe der Eltern besteht darin, immer wieder abzuschätzen, ob das Kind in der Lage ist, mit einer Situation fertig zu werden. Wenn ein Kind zum Beispiel einen Gegenstand anschaut (oder vielleicht sogar nach ihm greift), dann geben viele Erwachsene diesen Gegenstand dem Kind

in die Hand – und merken nicht, dass sie ihm damit die Möglichkeit nehmen, spontan zu handeln und aus seinen eigenen Handlungen zu lernen.

Wie ich so oft gesagt habe: „Beobachten Sie und warten Sie ab.“ Manchmal merken Sie vielleicht sogar, dass das, was Sie für den Wunsch des Babys gehalten hatten, nur ihre Vermutung war. Es ist ganz natürlich, daß man Fehler macht, und es passiert leicht, daß man Kinder in der präverbalen Zeit missversteht. Trotzdem ist es wichtig, immer wieder zu versuchen, sie zu verstehen.

Die Kindheit ist eine Zeit großer Abhängigkeit. Kinder sollten jedoch von Anfang an manche Dinge allein machen dürfen.

Hier sind ein paar Beispiele für das, was ich meine:

- Die Mutter hält ihre Brustwarze an die Wange des Babys. Der „Rootingreflex“ bewegt den Kopf des Babys zur Brust hin.
- Der Vater fragt mit ausgestreckten Armen: „Möchtest du, dass ich dich hochnehme?“ Dem Baby wird Zeit gelassen, sich zu entscheiden.
- Der Ball eines elfmonatigen Kindes verklemmt sich unter einem Regalbrett. Man merkt ihm an, dass es sich ärgert. Es tritt mit den Beinen. Vater oder Mutter sagen: „Oh, dein Ball hängt fest. Was kannst du da machen?“ Das Kind schreit. Die Eltern warten ruhig oder sagen vielleicht: „Das ärgert dich“ und zeigen Verständnis ohne einzugreifen. Das Kind zieht am Ball und er rollt hervor.

Hätte die Mutter die Brustwarze in den Mund des Babys geschoben, hätte der Vater das Baby ohne Rücksicht auf seine Reaktion hochgenommen oder hätten die Eltern dem Kind den Ball sofort gegeben, dann hätten sie diesen Kindern Möglichkeiten genommen zu versuchen, die Situation selbst zu bewältigen, durch Tun zu lernen und die Freude zu erleben, etwas selbst zu meistern.

Haben Sie Vertrauen in die Kompetenz Ihres Babys. Es möchte manche Dinge allein tun und es kann sie auch allein tun.

Sie wissen auch, dass Ihr Kind manchmal wirklich Hilfe braucht, aber versuchen Sie nur genau dieses kleine Maß an Hilfe zu geben, das es dem Kind erlaubt, wieder selbst aktiv zu werden. Lassen Sie es selbst Initiator und Problemlöser sein.

Wir können das Leben als eine Folge von Konflikten oder Schwierigkeiten sehen. Je öfter wir eine winzige Schwierigkeit gemeistert haben, umso fähiger fühlen wir uns beim nächsten Mal.

Kompetent und mit Selbstvertrauen

Wenn wir unseren Kinder aus der Nähe zuschauen, wenn wir sie das tun lassen, wozu sie in der Lage sind, wenn wir uns davor hüten, zu oft einzuspringen, wenn wir warten und warten und warten, wenn wir minimale Hilfestellung geben, wenn sie sie wirklich brauchen, dann geben wir unseren Kindern die Möglichkeit, in ihrer eigenen Zeit und auf ihre eigene Weise zu lernen und zu wachsen.

Ich glaube, dass, ganz gleich wie sehr und wie schnell die Welt sich auch verändern mag, ein Mensch, der in sich ruht, kompetent ist und Selbstvertrauen besitzt, am besten dafür ausgestattet ist, sich auf sie einzustellen. Das ist unser Ziel.

Magda forderte uns dazu auf, die Babys zu beobachten und zu schauen, was sie von allein tun wollten. Das war für mich nicht leicht. Ich konnte nicht ruhig dasitzen und Rachel die geringste Frustration oder Mühe empfinden lassen. Ich war zu bemüht, um still sitzen zu bleiben und Rachel weinen und sich abmühen zu lassen. Wenn sie weinte, wurde ich unruhig und wollte irgendetwas tun, um ihr Weinen zu beenden. Magda fragte, ob ich nicht ein bisschen warten könnte, bevor ich eingriff. Als ich dann abwartete, um zu sehen, ob Rachel allein fertig würde, bemerkte ich, dass es in meinem erwachsenen Selbst ein ruheloses, hilfloses Kind gab, das nicht wusste, was es tun sollte. Ich frage mich immer noch, was die Ursache dieser Ruhelosigkeit war. Hatte mir selbst vielleicht niemand erlaubt, Dinge allein herauszufinden, als ich ein Baby war?

In der Gruppe, ein paar Tage später, lag Rachel auf ihrem Rücken, und hatte ihre zwei Lieblingsspielsachen – eine glänzende Kupferschüssel und ein paar Greifbälle – neben sich auf dem Boden. Sie schaute diese Dinge mit Interesse an, streckte ihre Hand nach ihnen aus, wimmerte ein bisschen, als sie sie nicht erreichen konnte, und sah mich an. Ich wollte ihr helfen, wie ich es immer gemacht hatte, aber mir fiel ein, was Magda mir gesagt hatte: „Warte“. Viele Male streckte Rachel ihre Hand nach einem der Gegenstände aus, wurde immer frustrierter, wenn sie ihn nicht erreichen konnte, und fing an zu weinen. Es war schmerzhaft für mich zu beobachten, wie sie sich immer wieder einem Gegenstand zuwandte, nach ihm zu greifen versuchte, wimmerte oder weinte und dann in die Rückenlage zurückkehrte. Es fiel mir schwer zuzugeben, dass sie durch mein unnötiges Helfen gelernt hatte, so leicht aufzugeben. Obwohl sie die motorische Fähig-

keit besaß, einen Gegenstand zu ergreifen, fehlte ihr der Wille, ihn allein und ohne Hilfe zu erreichen. Ich hatte ihr Hilflosigkeit beigebracht.

Im Laufe von Monaten geduldigen Beobachtens, angeleitet von Magda, war ich dann allmählich in der Lage, ruhig genug zu werden, um dabei sitzen und Rachel die Möglichkeit lassen zu können, sich selbst anzustrengen. Ich fing an, ihren Mut, ihre Geduld und ihre Ausdauer zu respektieren, und sie bekam Freude an ihrer eigenen selbstbestimmten Aktivität.

Magda gab mir eine Gelegenheit, als Erwachsener wieder zu lernen, was ich als Kind nicht richtig gelernt hatte. Während ich meiner Tochter vertrauen lernte, lernte ich gleichzeitig, mir selbst zu vertrauen.

Die Verantwortung des Elternseins

Manche Eltern glauben, dass, wenn sie ein Baby bekommen, dies ihr Leben nicht verändern sollte. Tatsächlich aber ist Eltern zu werden eine der größten Veränderungen im Leben eines Erwachsenen. Warum sollte man das abstreiten? Warum es ignorieren?

Niemand hat behauptet, dass es leicht ist, Eltern zu sein. Eltern sein kostet viel Zeit. Es ist wie bei einem Beruf, für den man sich ausbilden lässt. Es wäre sehr sinnvoll, wenn man das Elternsein genauso betrachten könnte. Realistischerweise sollten Eltern die Konsequenzen ihrer Entscheidungen kennen: ein Kind zu haben oder keines zu haben, einen Job anzunehmen oder ihn nicht anzunehmen.

Bedenken Sie zwei Hauptschwierigkeiten, bevor Sie Eltern werden:

- **Die Tatsache, dass Sie ununterbrochen Eltern sind.** Auch wenn das Kind nicht zu Hause ist, hören Sie niemals auf, Eltern zu sein. Das zu wissen und zu fühlen ist eine gewaltige psychische Belastung: „Dies ist mein Kind und ich bin für sein Wohlergehen verantwortlich.“ Es ist ein Gefühl von Unfreiheit.
- **Die technische Seite am Elternsein.** Das ist die harte Wirklichkeit – das Grundlegende, wenn man so will. Sie müssen einfach bestimmte Dinge tun, bestimmte Aufgaben erfüllen, die nötig sind, wenn Sie für ein Kind zu sorgen haben. Ob Sie im Bett bleiben wollen oder nicht, das Kind verlangt doch, dass man dauernd für es sorgt.

Sie müssen für diesen Elternjob sowohl innerlich als auch physisch vorausplanen. Sie müssen für dieses Kind, für diesen Job, einen Platz in Ihrem Leben schaffen. Wenn Sie sich dafür entscheiden, dass Sie ein

Kind haben wollen, müssen Sie auch die Verantwortung akzeptieren, die zu dieser Entscheidung gehört. Sie müssen ein Engagement (an Zeit, Raum, Gefühl, Erreichbarkeit) und einen Verzicht oder Aufschub ichbezogener Bedürfnisse akzeptieren. Eltern müssen das anerkennen – es gibt keinen anderen Weg.

Der Konflikt der Bedürfnisse

Der Konflikt besteht für Eltern darin, dass sie gern weiter alles tun und nichts aufgeben würden. Alle Eltern treffen ihre eigenen Entscheidungen.

Eltern sind zwischen sich widersprechenden Ratschlägen hin- und hergerissen. Manche raten: „Sie, die Eltern, haben das Recht, ihr eigenes Leben zu leben, und das Baby muss sich daran anpassen.“ Das heißt gewöhnlich, dass Eltern ihre Kinder überallhin mitnehmen, sie im Auto von Ort zu Ort fahren, und dabei erwarten, dass sie sich „benehmen“ – zum Einkaufen, zu Besuchen, ins Kino, zu Skitouren und sonstwohin. Die Kinder können sich nicht ihren eigenen Bedürfnissen entsprechend verhalten. Wenn sie weinen, dann bringt man sie dazu, still zu sein. Sie müssen sich an die Bedürfnisse ihrer Eltern anpassen. Ihre biologischen Rhythmen werden unterbrochen und die Kinder werden zu Anhängseln des Lebens ihrer Eltern.

Dem anderen Rat zufolge sollten Eltern alles aufgeben, um nur für das Baby da zu sein. Aber das ist weder gesund noch realistisch. Immer gebraucht zu werden, immer zu Verfügung zu stehen kann die Energie der Eltern erschöpfen. Selten gibt es Hinweise dafür, wie man sich aneinander anpassen, miteinander vertraut werden kann.

Die Richtlinien des RIE können dabei helfen, sowohl für die Bedürfnisse Ihres Babys als auch für Ihre eigenen Bedürfnisse empfindsam zu sein.

Eltern müssen wirklich in sich gehen und sich genau anschauen und ernsthaft fragen: „Was für ein Mensch bin ich?“; „Wohin gehe ich eigentlich? Was ist wirklich mein Ziel?“ Es wäre hilfreich, wenn sie sich auch ernsthaft die Frage stellten, was ein Kind wirklich braucht, bevor sie dieses Kind bekommen.

Das RIE betont, wie nützlich es ist, wenn Kinder ihre Zeit in Ruhe verbringen, ohne unterbrochen zu werden, wenn sie ihren biologischen Rhythmen folgen können und schlafen, wenn sie müde sind, und essen, wenn sie Hunger haben, statt sich zu früh an äußere Zeitpläne und unrealistische Erwartungen anpassen zu müssen. Zuerst müssen wir ein Kind

seinen eigenen Rhythmus finden lassen; später kann es sich dann mehr an das Leben der Erwachsenen anpassen.

Denken Sie daran, dass es eine einzigartige Zeit ist, wenn Sie ein Baby haben, und dass Sie sie beide genießen können – sie kommt nie wieder. Es ist der richtige Moment, um zu investieren und sich Zeit zu nehmen. Es ist eine Zeit zum Loslassen, eine Zeit, es sich gut gehen zu lassen, nicht gehetzt, nicht unter Druck zu sein, nichts leisten zu wollen. Wenn Sie etwas anderes tun möchten, während Sie mit Ihren Kindern zusammen sind, dann kann diese Ambivalenz, dieses Hinundhergerissensein zur Belastung werden. (Das heißt aber nicht, dass Sie sich nicht verabreden und gelegentlich weggehen können.) Sie haben immer noch den Rest Ihres Lebens, um all die Dinge zu tun, die Sie tun möchten.

Eine Investition in die Zukunft

Eltern müssen auch wissen, dass es ein gewisses Maß an Investition gibt, in dem Sinne: „Ich werde dies jetzt tun und später den Nutzen davon haben.“

In unserer Gesellschaft wird der folgende Gedanke kaum in Erwägung gezogen: „Welche Auswirkungen wird das, was ich jetzt tue, für mein Kind in einem Jahr, in 10 Jahren, in 25 Jahren haben?“

Wenn Eltern mehr über das Elternsein nachdenken und vorausplanen würden, dann gäbe es mehr glückliche Kinder und Eltern. Es ist für ein kleines Kind ungemein wichtig, sein Leben mit guten Erfahrungen in seiner eigenen Familie zu beginnen. Zwei oder zweieinhalb Jahre lang könnten Eltern vielleicht auf andere Aktivitäten verzichten, weil diese Art von Investition zur rechten Zeit letztlich dabei helfen kann, selbstsichere, unabhängige und selbstständige Kinder hervorzubringen.

Je mehr Sie in diese ersten frühen Jahre des Elternseins investieren, umso leichter kann Ihr Leben später sein. Wenn ein Kind mit wacher, respektvoller Aufmerksamkeit heranwachsen konnte, dann müssen Sie später nicht sein Sklave sein. Dies kann sich darauf auswirken, ob Kinder nörgelig und vernachlässigt, zurückgezogen oder aggressiv werden oder ob sie unabhängig, kraftvoll und mit Selbstvertrauen ihren Lebensweg gehen.