

Selbständig aktiv von Anfang an

Die Bewegungsentwicklung nach Emmi Pikler

Von Anja Werner

Montagnachmittag in der Bewegungsgruppe: Der knapp zweijährige Leon rennt zur Sprossenwand und klettert in hohem Tempo immer weiter nach oben. Plötzlich wird ihm die Höhe bewusst. Hilfe suchend wendet er sich seiner am Rand sitzenden Mutter zu. „Mama“, ruft er, halb ängstlich, halb fordernd und streckt einen Arm nach ihr aus. Alarmiert eilt seine Mutter zu ihm. Kaum ist sie in der Nähe, plumpst Leon wie eine reife Frucht in ihre Arme.

Anders verhält sich der etwas jüngere Anton. Er nähert sich interessiert einer etwa einen Meter hohen Dreiecks-Leiter und erklettert sie. Dann möchte er über die oberste Sprosse steigen und

schwingt ein Bein auf die andere Seite. Aber er spürt, dass ihn dieses Vorhaben überfordert. Ohne Zögern nimmt er sein Bein wieder zurück und steigt ruhig von der Leiter herunter. Nachdem

er vergnügt durch einen Holztunnel gekrabbelt ist, ruht er sich im Schoß seiner Mutter ein wenig aus, bevor er zu neuen Unternehmungen aufbricht.

Wie kommt es, dass sich Kinder in Bezug auf Bewegungsanforderungen so unterschiedlich verhalten? Warum sind manche ängstlich vermeidend, andere höchst risikofreudig und wieder andere sicher, selbstverantwortlich und zufrieden auf ihrem derzeitigen Niveau? Ist das Zufall oder hat es mit der Art und Weise zu tun, wie das Bewegungslernen verlief?

Fotos (12): Fine Bieler



Die Ausgangsposition der Bewegungsentwicklung nach Pikler ist die Rückenlage



Nach Emmi Pikler kommen alle oben an: Kinder erreichen alle Stufen der Bewegungsentwicklung aus eigenem Antrieb, ohne Eingriffe durch Erwachsene



Eine kleine Bewegungslandschaft gestalten: Wenn das Kind flüssig kriecht und krabbelt, können immer mehr Bewegungselemente angeboten werden

These Emmi Piklers

Die umfanglichste Forschung zur frühkindlichen Bewegungsentwicklung, verknüpft mit jahrzehntelanger praktischer Erfahrung in der Betreuung von kleinen Kindern, stammt von der ungarischen Kinderärztin Emmi Pikler. Ihre These, die sie in den 30er Jahren aufgrund ihrer Beobachtungen aufstellte und später im Säuglingsheim „Lóczy“, dem heutigen Pikler-Institut, ausarbeitete, war zur damaligen Zeit revolutionär: Kinder erreichen alle Stufen der Bewegungsentwicklung aus eigenem Antrieb, ohne Eingriffe durch den Erwachsenen.

Bewegungsentwicklung nach innerem Plan

Es gibt einen inneren Plan, nach dem jedes Kind, gemäß seinem individuellen Rhythmus, in seiner Entwicklung fortschreitet. Vorwegnahmen wie das „Üben“ höherer Positionen durch den Erwachsenen sind nicht nur überflüssig, sondern schädlich. Sie stören den natürlichen, physiologischen Verlauf. Die Bewegungsqualität eines Kindes entwickelt sich umso besser, je ungestörter es sich in einer anregenden, seinen Fähigkeiten entsprechenden, Umgebung erproben kann.

Der Erwachsene unterstützt indirekt

Säuglinge und Kleinkinder brauchen in vielfältiger Weise direkte Hilfe und Zuwendung durch den Erwachsenen. In Bezug auf ihre Bewegungsentwicklung bringen sie allerdings Kompetenzen mit, die respektiert werden sollten. Hier ist vom Erwachsenen indirekte Unterstützung gefragt: das Gestalten der kindlichen Umgebung und abwartendes Begleiten der vom Kind selbst initiierten Entwicklungsschritte.

Die Rückenlage

Die Ausgangsposition der Bewegungsentwicklung ist nach Pikler die Rückenlage. Auf einer Auflagefläche, die ausreichend Widerstand bietet, machen Säuglinge erste Versuche im Überwinden der Schwerkraft. In der Rückenlage erarbeiten sie sich ausreichend Gleichgewicht, Muskelspannung und Koordination, um sich zunächst auf die Seite, später auf den Bauch drehen zu können. Die Bauchlage muss also nicht „trainiert“ werden, indem man das Baby verfrüht auf den Bauch legt. Auf dem Rücken sicher liegend entdeckt das Baby seine Hände und ergreift von selbst erste Spielge-

genstände. Langes Tragen in Tragetüchern oder -gestellen verhindert das selbstständige Probieren. Das Festhalten der Kinder in Maxi-Cosis oder Babywippen schränkt die Bewegungsaktivität massiv ein und ist schädlich für die Wirbelsäule.

Gestalten einer Bewegungs-umgebung

Wenn das Baby im Verlauf des zweiten Lebenshalbjahres zu robben beginnt, sollten erste „Bewegungsmaterialien“ wie flache, feste Kissen oder Polster die Umgebung des Kindes bereichern. Über eine kleine Höhe zu robben oder zu klettern ist eine wichtige Raumerfahrung. Wenn das Kind flüssig kriecht und krabbelt, können immer mehr Bewegungselemente angeboten werden: Podeste, kleine Schrägen, etwas zum Durchkriechen und Hineinklettern, später kleine Leitern. Wichtig ist, Kinder die Materialien aus eigenem Antrieb erkunden zu lassen. Die Angebote dürfen daher nicht überfordernd sein, auch wenn kleine Missgeschicke zum Probieren und Erfahren dazugehören. Der Erwachsene sollte keine Hilfestellung geben oder Kinder auf die Materialien hinauf locken. Er beobachtet lediglich, wie die Kinder sich an den Bewegungsmaterialien ausprobieren, und modifiziert die Umgebung, indem er beispielsweise eine Schräge höher oder tiefer einrichtet, damit die Experimentierlust des Kindes in sicherem Rahmen angeregt wird.

Anja Werner ist 2. Vorsitzende der Pikler Gesellschaft Berlin e. V. Sie leitet die Krankengymnastikpraxis „Bewegungsgründe“ für Kinder und gibt Fortbildungen zur Pikler-Pädagogik.





Ein abgegrenzter, gestalteter Bereich sorgt für eine sichere Umgebung ohne Verbote



Eigenen Interessen nachzugehen ist ein Antrieb für Fortbewegung



Bewegung und Spiel gehören zusammen: große leichte Spielmaterialien fordern große Bewegungen heraus



Gleichgewicht finden, auch auf der Wippe

Natürlich werden sich Eltern oder Betreuer über Fortschritte freuen oder die Freude über einen gelungenen Versuch mit dem Kind teilen. Ebenso werden sie ein Kind, das sich wehgetan hat, trösten. Bei aller Anteilnahme bleibt jedoch die Verantwortung für seine Bewegungsexperimente beim Kind – vorausgesetzt, der Erwachsene hat für eine angemessene Umgebung gesorgt, die frei ist von echten Gefahren, die das Kind nicht einschätzen kann.

Weitere Entwicklungsstufen

Das freie Sitzen lernt das Kind von alleine, wenn es dazu reif ist, meist später, als der Erwachsene es erwartet. Erst dann ist es erlaubt, Kinder auf Möbeln sitzen zu lassen. Entsprechend lernen Kinder das freie Stehen und Gehen, ohne an Händen gehalten oder geführt zu werden. Nur dadurch gewinnen sie ein sicheres Gefühl für ihr Gleichgewicht, lernen Selbstverantwortung und

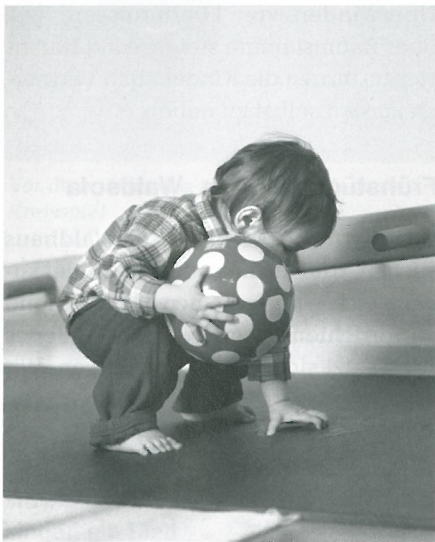
Geschicklichkeit – beispielsweise beim Fallen. Auch wenn das freie Gehen erreicht ist, brauchen Kinder vielfältige Bewegungsangebote, die ihrem Entwicklungsstand entsprechen, um immer mehr Geschicklichkeit zu gewinnen.

Den Entwicklungsrhythmus respektieren

Der Zeitpunkt, wann Kinder die einzelnen Stufen der Bewegungskompetenz



Selbst ist der kleine Mann: eigene Fähigkeiten entdecken ohne helfende Hände des Erwachsenen



Selbstgestellte Aufgaben: Aufstehen unter erschwerten Bedingungen



Vielfältige Materialien laden zum Ausprobieren ein

durchlaufen, variiert nach Piklers Forschung individuell um mehrere Monate. Starre Entwicklungstabellen oder wertende Vergleiche mit anderen Kindern sind daher kontraproduktiv. Das Augenmerk sollte viel mehr auf qualitative Parameter gelegt werden wie Flüssigkeit, Sicherheit und Variabilität der Bewegungen. Kinder, die im eigenen Zeitmaß durch Versuch und Irrtum lernen dürfen, haben nachweislich weniger Unfälle, als solche, die von Hil-

festellungen und Bewertungen des Erwachsenen abhängig gemacht wurden. Nur durch selbstständiges Probieren lernen Kinder ihre Fähigkeiten und Grenzen verlässlich kennen. Kleine Kinder, die sich ohne Druck in einer reichhaltigen Umgebung motorisch frei entfalten dürfen, werden selbstständig, sicher und geschickt, sie stellen sich selbst Aufgaben und sind unermüdlich aktiv, um ihre selbst gesteckten Ziele zu erreichen. ▀

Zum Weiterlesen:

Emmi Pikler: Laßt mir Zeit. Die selbstständige Bewegungsentwicklung des Kindes bis zum freien Gehen.

Untersuchungsergebnisse, Aufsätze und Vorträge. München: Pflaum Verlag, 4. Auflage 2009, 246 Seiten, mit zahlreichen Schwarz-Weiß-Abbildungen;

Elfriede Hengstenberg: Entfaltungen.

Bilder und Schilderungen aus meiner

Arbeit mit Kindern. Heidelberg: Arbor Verlag 2002, 221 Seiten, 189 Abbildungen