MONIKA ALY · ANJA WERNER

Bewegung in der Krippe

Unterstützung der selbstständigen Bewegungsentwicklung nach Emmi Pikler

Die Erfahrungen und das pädagogische Konzept der ungarischen Kinderärztin Emmi Pikler gewinnen bei uns immer weitere Verbreitung. Der Artikel stellt den bewegungspädagogischen Aspekt dieses Ansatzes und seine Umsetzung in der Krippe vor.

„Das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten und die eigene Wirkungsmöglichkeit, das durch die tägliche Erfahrung geschwächt oder verstärkt werden kann, hat eine grundlegende Wirkung auf die Tätigkeit der Kinder, ihr Verhalten und ihre Ziele, wie auf die gesamte Struktur ihrer späteren Persönlichkeit", schreibt Emmi Pikler in ihrem Hauptwerk zur Bewegungsentwicklung „Laßt mir Zeit" (Pikler 2001, 166). Damit weist sie auf eine Dimension hin, die dem Bewegungslernen eigen ist: Es beinhaltet nicht nur das Erreichen einzelner Etappen auf dem Weg zum freien Stehen und Gehen. Die Art und Weise, wie dieses Lernen geschieht, hat wesentlichen Einfluss auf das Selbstvertrauen, das körperliche und soziale Selbstbild, die Eigenverantwortlichkeit und das Problemlösungsverhalten des kleinen Kindes, also auf wichtige Facetten seiner Persönlichkeitsstruktur.

Emmi Piklers Forschungen zur Bewegungsentwicklung

In der Pädagogik Emmi Piklers, die in dem ungarischen Säuglingsheim „Lóczy"* entstand und heute in der Budapester Pikler-Krippe verwirklicht wird, wurden dazu Erfahrungsschätze gesammelt, die uns wertvolle Hinweise geben können. Dr. Emmi Pikler, eine ungarische Kinderärztin, leitete das Säuglings- und Kleinkindheim „Lóczy" ab 1946. Dass die ihr anvertrauten Kinder sich in sicherer Umgebung frei und selbstbestimmt bewegen konnten, war einer der Grundpfeiler ihres pädagogischen Konzepts. Schon lange bevor sie die Heimleitung übernommen hatte, war Pikler zu der Überzeugung gelangt, dass jedes Kind aus eigenem Antrieb und gemäß seinem individuellen, physiologischen Entwicklungsrhythmus zum Sitzen, Stehen und Gehen kommt, und dass Eingriffe vonseiten der Erwachsenen diese natürliche Entwicklung beeinträchtigen. Daher wurden die Säuglinge im Lóczy auf den Rücken gelegt, bis sie sich von allein erst auf die Seite, später auf den Bauch drehten. Von der Rückenlage ausgehend, erreichten im Laufe der Jahrzehnte – das Heim existierte bis 2011 – Tausende Lóczy-Kinder das freie Gehen in bester Bewegungsqualität, ohne dass sich die Pflegerinnen jemals aktiv lehrend in ihre Entwicklung eingemischt hätten.

In den 1960er-Jahren unternahm Pikler eine breit angelegte Untersuchung der frühkindlichen Bewegungsentwicklung. Es ist die detaillierteste wissenschaftliche Arbeit, die zu diesem Thema vorliegt. Ihre Forschungsergebnisse bestätigten ihre empirische Erfahrung: Jedes gesunde Kind erreicht alle Stufen der Bewegungsentwicklung aus eigener Kraft und Initiative, wenn es in emotional sicheren Beziehungen zu seinen primären Bezugspersonen lebt. Die Zeit, in der Kinder eine Entwicklungsstufe meistern, kann individuell um mehrere Monate abweichen. Diese Abweichungen sind sinnvoll und zu respektieren, da sie in der persönlichen körperlichen und psychischen Konstitution des einzelnen Kindes begründet sind.

Darüber hinaus fanden Pikler und ihre Mitarbeiterinnen heraus, dass sich ein Kind im Durchschnitt nie länger als zweieinhalb Minuten in einer Position aufhält. Durchschnittlich ein- bis zweimal pro Minute wird eine andere Lage aufgesucht. Die häufige Änderung der Körperposition sowie ein relativ rascher Wechsel zwischen aktiveren und ruhigeren Phasen sind also kennzeichnend für das natürliche Bewegungsverhalten. Die hohe Beweglichkeit ist ein wichtiges Mittel der kindlichen Selbstregulation.

Das Pikler-Konzept in der Krippe

Bewegungskompetenz zu fördern, ist eines der großen pädagogischen Ziele im Kleinkindbereich. Welche Konsequenzen für den Betreuungsalltag ergeben sich, wenn wir den Pikler-Ansatz auf die Situation in der Krippe übertragen? Ist „Nicht-Eingreifen" genug, oder welche besonderen Aufgaben hat der Erziehende? Im Weiteren beziehen wir uns auf die Erfahrungen der Pikler-Krippe in Budapest, die seit 2006 im Lóczy besteht.

Zunächst muss betont werden, dass Pikler-Pädagogik nicht nur freie Bewegungsentwicklung beinhaltet. Freie Bewegung und freies Spiel, in einer sicheren, entwicklungsent-

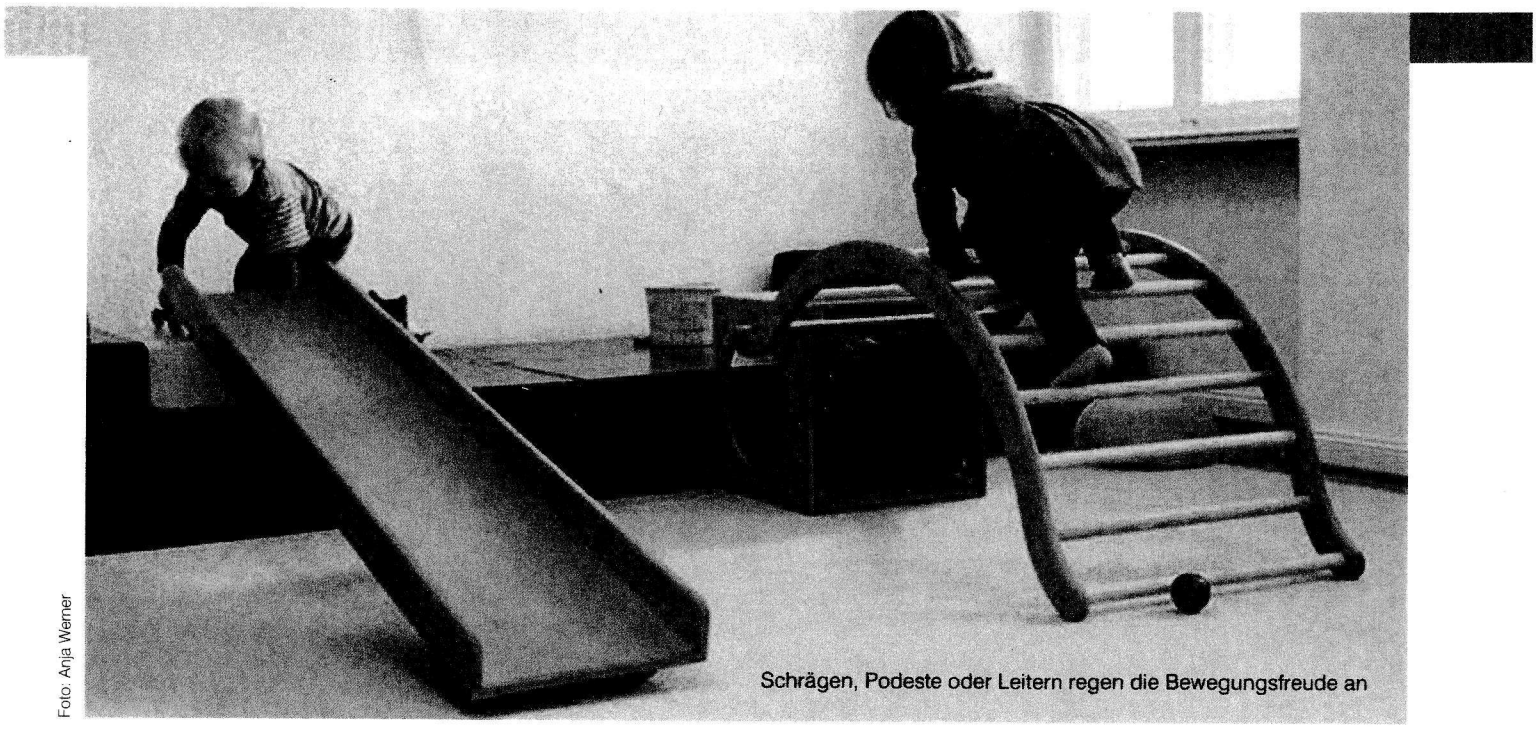

Foto: Anja Werner

Schrägen, Podeste oder Leitern regen die Bewegungsfreude an

sprechend vorbereiteten Umgebung, kann als eine tragende Säule bezeichnet werden. Diese freie Aktivität wird aber nur ermöglicht und hat nur dann echten Wert, wenn die Beziehungen zu den Erwachsenen sicher, warm, individuell und dialogisch sind.

Diese Beziehungen entstehen und vertiefen sich im Kleinkindbereich vor allem in den Eins-zu-eins-Situationen während der pflegerischen Versorgung. Daher ist der Tagesablauf in der Pikler-Krippe so gestaltet, dass für die Pflege und die Mahlzeiten für jedes Kind ausreichend Zeit eingeplant wird. Nur ein Kind, das emotional gesättigt aus den Versorgungssituationen herausgeht, kann Freude an seiner autonomen Aktivität erleben, die nur indirekt vom Erwachsenen begleitet wird.

Eine große Aufgabe der Erzieherinnen in der Pikler-Krippe ist es daher, verlässliche, tragfähige Beziehungen zu den Kindern aufzubauen und zu erhalten. Diese emotionale Sicherheit gibt den Kindern die innere Stärke, selbstbestimmt zu spielen und sich zu bewegen, ohne dass der Erziehende sich dabei direkt mit dem Kind beschäftigt.

Entwicklungsgerechte Raumgestaltung

Nur ein Kind, das vor echten Gefahren geschützt ist, das jedoch anregende Bewegungsmaterialien und genügend Platz vorfindet, kann selbstständig experimentieren. Daher ist es eine grundlegende Aufgabe des Erwachsenen, ausreichend Raum für Bewegung zur Verfügung zu stellen und diesen entwicklungsgerecht zu gestalten. Tische und Stühle, die oft den meisten Platz in Gruppenräumen einnehmen, können auf ein Minimum reduziert werden, um Flächen für Bewegung zu schaffen. Materialien, wie Pikler sie für den Kleinkindbereich entwickelt hat, haben einen hohen Aufforderungscharakter und regen die Bewegungsfreude an. Es handelt sich dabei, je nach Entwicklungsalter, um Podeste und Schrägen, kleine Leitern oder Tunnel zum Durchkriechen und vieles mehr. Diese Geräte strukturieren den Raum und bieten den Kindern die Möglichkeit, Bewegung und Spiel an einem Ort zu verbinden, was im Kleinkindalter ein natürliches Bedürfnis ist.

Das Materialangebot darf die Fähigkeiten der Kinder nicht überfordern – sonst wäre wiederum eine enge Begleitung durch die Erzieherin nötig, die ja gerade vermieden werden soll, um selbstständige Erfahrungen nach dem Prinzip von Versuch und Irrtum zu ermöglichen. Die Geräte sollen selbstständig genutzt werden können, ohne dass sich die Kinder damit in Gefahr bringen. Daher setzt die Auswahl der Materialien eine gute Kenntnis der Fähigkeiten der Kinder einer Gruppe voraus. Diese Kenntnis ist durch regelmäßige Beobachtung der Kinder zu erreichen. Was sind die Themen, mit dem sich das Kind zurzeit auseinandersetzt? Oft laufen Spiel- und Bewegungsthemen parallel: Wo passt ein Gegenstand hinein, wohin passe ich? Wie rollt oder kullert ein Spielzeug die Schräge hinunter, wie rutsche ich? Beschäftigt sich das Kind mit unterschiedlichen Höhen?

Kinder, die an ihrer Aufrichtung zum Stehen arbeiten, stellen oft auch längliche Gegenstände wie Flaschen, Rollen oder Zylinder auf. Für all diese Versuche benötigen die Kinder entsprechendes Material. Da, wie gesagt, Spiel und Bewegung bei den jungen Kindern Hand in Hand gehen, ist es sinnvoller, Bewegungs- und Spielmaterialien in einem Raum anzubieten, anstatt zu bestimmten Zeiten in einen separaten „Turnraum" zu gehen. Am Ende des Krippenalters können zusätzliche Angebote natürlich bereichernd sein.

Für ein ungestörtes, vertieftes Experimentieren kann es sinnvoll sein, den Raum mit Raumteilgittern zu untergliedern. Dadurch hat man beispielsweise die Möglichkeit, Krabbelkinder und Laufkinder für bestimmte Zeiten zu trennen, ohne die Gruppe teilen zu müssen. Die Krabbler fühlen sich nicht immer in Sicherheit, wenn laufende Kinder um sie herumsausen. Und die Laufenden müssen nicht immer gebremst und zur Rücksichtnahme ermahnt werden. Auch unterschiedlich anspruchsvolle Bewegungsmaterialien können so in den verschiedenen Bereichen angeboten werden.

Ein Beispiel:

Max, 15 Monate alt, mit Trisomie 21 geboren, kann sich inzwischen sicher von der Rückenlage in die Bauchlage und zurück drehen. Er kann sich in Bauchlage um den Bauchnabel im Kreis bewegen, am liebsten auf dem Holzboden. An Gegenständen, die so weit entfernt liegen, dass er sich sehr anstrengen müsste, um sie zu erreichen, erlischt sein Interesse schnell. Spielgegenstände, die für ihn leicht erreichbar sind, werden dagegen begeistert ausprobiert und verschiedentlich erkundet. Er lernt die Eigenschaften des Objekts kennen und probiert feine Greifbewegungen seiner Hände aus. Würde man ihn vorzeitig aufsetzen, könnte Max nur kurzzeitig eher grobe Bewegungen ausführen, weil er alle Energie für den Erhalt seiner Aufrichtung bräuchte und damit seine Arme und Hände nicht frei für feinmotorische Erfahrungen wären.
Max braucht in der Krippe einen sicheren Raum, eventuell geschützt durch ein Raumgitter, damit er durch herumlaufende Kinder nicht gestört wird. Eine feste Unterlage hilft ihm, beim Abstützen Spannkraft zu entwickeln. Als nächsten Schritt wird er sich auf dem Boden vorwärts bewegen. Dann ist es sinnvoll, ihm zunächst niedrige, feste Polster von etwa drei Zentimetern Höhe zur Verfügung zu stellen, da das Überwinden kleiner Hindernisse ein weiteres Lernziel ist, an dem er, wenn sein Interesse erwacht ist, selbstständig probieren kann. Seine Aktivität wird unterstützt, wenn seine Erzieher beobachten, welche Gegenstände er gut handhaben kann und erkennen, wie die Spielobjekte für ihn positioniert werden müssen, damit er einerseits Erfolg hat, andererseits aber auch motiviert ist, sich weiter zu bewegen.
Max braucht dagegen keine Hilfe, um sich aufzusetzen. Er wird, wenn er sich die Basis dazu erarbeitet hat, aus eigener Kraft bereit sein, weitere Schritte zu erproben. Nur so kann er seine Selbstwirksamkeit und seine Fähigkeiten kennen lernen, was wiederum sein Selbstwertgefühl stärkt. Kinder mit beeinträchtigter Entwicklung brauchen in erster Linie Verständnis für ihre langsamere Entwicklung. Die Förderung besteht darin, die Interessen und Fortschritte zu erkennen und wertzuschätzen, einen individuellen Rahmen zu gestalten und sie nach Möglichkeit täglich an einem überschaubaren Kleingruppenangebot teilnehmen zu lassen.
Eine klare, vorhersehbare zeitliche und räumliche Orientierung ist nicht nur für das Kind mit besonderen Bedürfnissen förderlich, vielmehr schafft es für alle kleinen Kinder in der Krippe die notwendige Sicherheit.

Bedeutung des Gartens

Besondere Bedeutung hat in der Pikler-Krippe der eigene Garten. Jede Gruppe hat ihren eigenen, abgegrenzten Bereich, sodass auch hier das Prinzip der Überschaubarkeit gilt. Auch im Garten gibt es Kletter- und Balanciermöglichkeiten, die die Kinder selbstständig nutzen können. Auf Schaukeln, die viel Aufsicht brauchen, da sie eine potenzielle Gefahrenquelle darstellen, wurde verzichtet. Dagegen wird bei gutem Wetter auch draußen gewickelt und gegessen. Der Mittagsschlaf findet regelmäßig, bei fast jedem Wetter, im Freien statt. So kann der Garten zu einem Bereich werden, in dem der Großteil des Gruppenlebens stattfindet.

Die Haltung des Erwachsenen

Die Haltung des Erwachsenen hat unausgesprochen eine große Wirkung auf das Bewegungsverhalten kleiner Kinder. Die Überzeugung, dass es dem Kind mehr nützt, wenn man auf seinen eigenen Entwicklungsrhythmus vertraut, anstatt es vorzeitig aufzusetzen oder an Händen zu führen, teilt sich dem Kind als Akzeptanz seiner derzeitigen Fähigkeit mit. Es muss nicht schneller oder anders sein als es ist. Das Kind erhält die Botschaft, dass der Erwachsene ihm zutraut, sich eigenständig mit dem nächsten Schritt der Bewegungsentwicklung auseinanderzusetzen. Diese Haltung stärkt die Eigenverantwortung des Kindes. Es lernt seine Grenzen kennen und respektieren, es weiß, was es sicher kann und bei welchen Unternehmungen es besonders umsichtig vorgehen muss. Es erwartet keine helfenden Hände, sondern schätzt sein Vermögen selbstständig ein. Diese Kenntnis seiner selbst und das Erleben von Selbstwirksamkeit unterstützen das positive Selbstbild des Kindes. Es empfindet sich nicht als abhängig vom Erwachsenen, um dessen Hilfe es kämpfen muss, sondern ist mit sich und seinen Fähigkeiten zufrieden und genießt den allmählichen Zuwachs an Geschicklichkeit.

Kinder mit anderen Vorerfahrungen

Nicht alle Kinder bringen diese ursprüngliche Experimentierfreude mit, wenn sie in die Krippe kommen; viele haben Vorerfahrungen gemacht, durch die das Gespür für ihre körperlichen Möglichkeiten verunsichert wurde. Sie wurden frühzeitig aufgesetzt, ohne dass sie reif dazu waren und sich selbstständig aus dieser Position befreien konnten. Sie waren vielleicht an langes Sitzen in Sitzschalen gewöhnt, oder daran, die meiste Zeit im Tragetuch zu verbringen. Sie wurden an den Händen der Erwachsenen herumgeführt und enthusiastisch gelobt für Fähigkeiten, die ihnen nicht wirklich eigen waren. Sie haben gelernt, auf die Erwartungen und das

Lob des Erwachsenen zu achten, anstatt auf ihre eigenen Fähigkeiten zu vertrauen. In der Krippengruppe werden sie entweder als ängstlich und unsicher erlebt oder sie gefährden sich mit waghalsigen Bewegungsexperimenten. In beiden Fällen fordern sie häufig die Hilfe der Erzieher. Diese Kinder benötigen während der Eingewöhnung und darüber hinaus eine behutsame Begleitung, um wieder Freude an ihrer selbstbestimmten Aktivität zu erleben und Selbstverantwortung zu entwickeln. Es kann einige Zeit dauern, bis das Kind lernt, echtes Vertrauen zu sich selbst zu finden.

Auch wenn man sich bewusst ist, dass diese „Hilflosigkeit" dem Erziehungsverhalten der Eltern geschuldet ist und aus deren eigener Unsicherheit resultiert, darf man vom Kind nicht zu früh Eigenaktivität im Piklerschen Sinn erwarten. Es braucht in der Eingewöhnung Zeit, Geduld und taktvolle Begleitung, um sich langsam an andere Erwartungen zu gewöhnen. Zum Beispiel sollte man einem Kind, das aufgesetzt wurde, nicht sofort die Bauchlage anbieten, auch wenn dies die seiner Entwicklung gemäße Position wäre.

Zunächst gehen die Erzieherinnen der Pikler-Krippe auf seine Gewohnheit ein, um es in der neuen Umgebung nicht zusätzlich zu verunsichern. Wenn das kleine Kind es wünscht, wird es aufgesetzt, aber beispielsweise umgeben von niedrigen Polstern, damit es selbstständig durch Gewichtsverlagerung in den abgestützten Seitsitz, später auch in die Bauchlage gelangen kann. Es lernt damit, die Wege zum Boden zu erproben, später auch das Krabbeln und das selbstständige Aufsetzen. Nur aus dem Erlebnis von Sicherheit heraus wird das Kind angeregt sein, aus eigener Initiative neue Bewegungen und Strategien auszuprobieren. Diese kleinen Erfolge werden den Eltern mitgeteilt, ohne sie belehren zu wollen. Schließlich ist es in Ordnung, dass der Umgang zuhause und in der Krippe unterschiedlich ist. Vielleicht kann man den Eltern, falls sie Fragen haben, empfehlen, für ihr Krabbelkind zu Hause kleine Hindernisse aufzubauen, die es in selbstständiger Aktivität zu überwinden lernt. Oder für das Kind, das sich an Gegenständen zum Stehen aufrichtet, Gelegenheiten zu schaffen, wo es, sich festhaltend, mit Seitschritten entlang gehen kann, anstatt helfend die Hände zu reichen.

Das selbstständig experimentierende Kind versucht immer erst Seitschritte, bevor es Schritte nach vorn wagt. Diese vorbereitenden Gewichtsverlagerungen können an den Händen des Erwachsenen nicht erprobt werden.

Beeinträchtige Entwicklung

Eine beeinträchtigte Entwicklung kann die Bewegungsentwicklung und das Lernen erschweren. Beispielsweise ist die Muskelspannkraft bei Kindern mit Down-Syndrom schwächer, das Lernen langsamer (siehe Beispiel im Kasten). Diese Kinder lernen alle Bewegungsformen, wie andere Kinder auch, aber oft viel allmählicher. Es hilft nicht, ihre Entwicklung beschleunigen zu wollen. „Ein Mangel an Vertrauen in die inneren Kräfte für einen spontanen Verlauf der Bewegungsentwicklung wirkt sich gerade bei Kindern, deren Entwicklungsschritte anders, langsamer und ungleichmäßiger verlaufen als durchschnittlich, sehr negativ aus", schreibt die langjährige Mitarbeiterin Emmi Piklers, die Kinderärztin Judit Falk (Falk/Aly 2008, 10).

Wie alle kleinen Kinder müssen auch sie nach und nach ihre eigenen Fähigkeiten kennen und weiterentwickeln lernen. Sie erfahren ihre Grenzen und Möglichkeiten und können so zu eigenständigen Persönlichkeiten werden. Sie brauchen keine speziellen Förderprogramme in Form einer Vorwegnahme und Beschleunigung ihrer Bewegungsabläufe, sondern eine entsprechende räumliche Umgebung, gut handhabbare Spielgegenstände und Erziehende, die auch die kleinsten Entwicklungsschritte erkennen und wertschätzen.

Zusammenfassung

Kleine Kinder in der Krippe brauchen zur Unterstützung ihrer Bewegungsentwicklung einen Raum, der jederzeit Bewegungsaktivitäten und freie Spieltätigkeit ermöglicht. In einem individuell gestalteten Rahmen, der dem Entwicklungsstand der Kinder entspricht, können sie ungestört und selbstständig aktiv sein. Die Aufgabe des Erwachsenen ist es, eine anregende Bewegungs- und Spielumgebung zu schaffen, in der die Kinder ihre Aktivität selbst wählen und sich frei, ohne Erwartungsdruck, erproben können. Die Vorwegnahme höherer Positionen oder das Trainieren von Bewegungen in Abhängigkeit vom Erwachsenen erschwert es dem Kind, eigene Bedürfnisse zu spüren und eigenverantwortlich zu handeln.

Eine behutsame Eingewöhnung hilft, Gewohnheiten, die die Bewegungsentwicklung hemmen, zu überwinden und Selbstvertrauen und Sicherheit zu erlangen. Auch Kinder, deren Entwicklung von der Norm abweicht, haben ein Recht auf Akzeptanz ihres Entwicklungsrhythmus und profitieren von einem überschaubaren, entwicklungsgerechten Rahmen, in dem sie eigenaktiv tätig sein können. ■

* Das Pikler-Institut in Budapest wurde als „Lóczy" bekannt, nach der Straße, in der es liegt.

Literatur

Aly, Monika (2011): Mein Baby entdeckt sich und die Welt. Entwicklung achtsam begleiten nach Emmi Pikler. Kösel-Verlag, München

Aly, Monika (2011): Mein Kind im ersten Lebensjahr: Frühgeboren, entwicklungsverzögert, behindert oder einfach anders? 2. Auflage, Pikler Gesellschaft Berlin

Falk, Judit/Aly, Monika (2008): Beobachten, Verstehen und Begleiten. Entwicklungsdiagnostik nach Pikler. Pikler Gesellschaft Berlin,

Pikler, Emmi (2001): Laßt mir Zeit. 4. Auflage, Pflaum-Verlag, München

Tardos, Anna/Werner, Anja (2015): Ich, Du und Wir. Frühes soziales Lernen in Familie und Krippe, 2. Auflage, Pikler Gesellschaft Berlin

Alle Titel erhältlich unter Pikler.ev@t-online.de (www.pikler.de)

Bestelladressen für Pikler-Materialien

www.basisgemeinde.de
www.spielzeugmacher.at