

Entwicklung entsteht durch Kontakt

Jedes Lebewesen entwickelt sich im Kontakt mit seiner Umwelt. Schon der Einzeller braucht Wände, von denen er sich abstoßen kann. Die Erfahrungen, die der menschliche Embryo vorgeburtlich macht, sind schon seine ersten Auseinandersetzungen mit seiner Umwelt. Mit seinem entwickelten Sinnessystem hat er fühlen, schmecken, bewegen gelernt und ist sowohl durch seine Erbanlagen als auch sein angeborenes Temperament geprägt. Hinzu kommen neben seinen ersten Erfahrungen auch die Folgen von Verhalten, Ernährung, Stimme, Befindlichkeiten seiner Mutter.

Maximalen Kontakt hat das Baby kurz vor der Geburt noch in der Schwerelosigkeit schwebend, aber beengt durch den geringeren Raum in der Fruchtblase, der durch die Bewegungen der Mutter im äußeren, ganz besonders aber im inneren Raum hauptsächlich durch Darmperistaltik und Vorwehen in der Gebärmutter. Einerseits mag die Enge unangenehm sein, andererseits gibt sie Halt und ermöglicht das Fühlen des eigenen Körpers. Die Entwicklung der Tiefensensibilität, des Gleichgewichtssinnes und des Berührungssinnes, der so genannten Basissinne, beginnt im Mutterleib. In diesem Stadium weiß das Baby noch nichts von einem eigenen Körper. Doch es fühlt gern, was sich gut anfühlt, wie das Nuckeln am eigenen Händchen. Der Saugreflex veranlasst ihn, dies zu tun und allmählich tut er es automatisch, um sich zu beruhigen.

Ein Reflex ist eine unwillkürliche Handlung, die in unserem Gehirn angelegt ist, um uns nach der Geburt Überlebenstechniken zu bieten, zu denen das unreife Neugeborene sonst noch gar nicht in der Lage wäre. Dazu gehören neben dem Saugreflex auch der Schluckreflex, der Greifreflex, der Mororeflex, der Schreitreflex und viele andere, die nicht mehr notwendig sind, wenn die sensomotorische Entwicklung fortgeschritten genug ist, dass das Kind diese Bewegungen aktiv lernen und bewusst und willkürlich ausführen kann.

In seinen kurzen Wachphasen kann das Ungeborene sich den Geruch des Fruchtwassers seiner Mutter einprägen und schon ein paar Schlückchen davon kosten. Es ist geschmacklich identisch mit der Milch seiner eigenen Mutter. Nach der Geburt wird es so den Duft seiner Mutter unter allen heraus riechen. Auch die Geschmacksorgane auf der Zunge sind schon in der Lage salzig, süß und sauer so zu unterscheiden, dass die Vorliebe eindeutig in Richtung süß wie das Fruchtwasser geht. Ganz besonders fein ist schon das Gehör ausgebildet, so dass die Stimme der Mutter nach der Geburt eindeutig geortet werden kann. Es lauscht und findet zur Ruhe, wenn die Geräusche um es herum monoton genug sind.

Babygeschichte

„Guck mal, wer da geboren wird!“

So langsam wird es hier ganz schön eng. Ich freu mich schon, wenn ich mich hier rausarbeiten kann. Am schlimmsten ist es, wenn alles ruhig ist, ich nicht bewegt werde und manchmal das Rauschen und Klopfen so schnell wird, dass auch mein Herz schneller schlägt. Ich krieg dann richtig Stress. Also Leute, es dauert nicht mehr lang, dann mach ich mich auf den Weg.

Uff, was ist denn das?

Hilfe, der Druckanfall in der Kabine! Hilfe, die Sauerstoffmaske! Was zerrt an mir? Hilfe, die Lichtblitze! Und diese Kälte!!!! Uaaaaahhhhhhhh.....
Wohin jetzt mit meinem Adrenalinüberschuss? Mit wem kann ich kämpfen? Puh, wie es hier riecht! Wo ist Mamas Duft?

Oh, das fühlt sich gut an: dieser feste Griff! Das könnte doch Papa sein?! Der Griff nach meinem Fuß kommt mir irgendwie bekannt vor. Na klar, diese brummende Stimme. Doch was hat er vor? Er lässt mich bestimmt fallen. Hält mich so unangenehm fest und – ah-Wasser! Wärme! Entspannung!

Oh...schon vorbei. Schade. Etwas Trockenes rubbelt mich. Uih, das wird ja immer schlimmer! Gleich brechen sie mir alle Glieder, wenn sie mich so in die Sachen zwingen. Ja, guck du nur! Ich bin ein richtiger Junge mit allem drum und dran!

„Guck, ein toller Sohn!“ ruft der Bärtige, der mein Papa ist zu der Frau, die meine Mama ist. Da sehe ich sie, und mit einem Schlag ist meine Sehnsucht unstillbar. Ich möchte so eng an meiner Mama kuscheln wie früher. Ich probiere das Neue aus, das sie Atmung nennen, und werde ganz laut. Oh, wie gut das tut! Endlich kann ich mich bemerkbar machen! Früher ist sie ja nie weggelaufen, aber jetzt plötzlich, und wie habe ich sie vermisst! Ich sehne mich so nach der kuscheligen warmen Enge in ihr, ihrem Herzschlag und ihrem Geruch!

Komisch, jetzt fühlt sie sich scheußlich hart an, aber ihr Geruch! Mhmm, nichts wie ran! Jemand stupst meine Nase in Richtung des himmlischsten aller Düfte. Und ohhhh, da kommen süße Tröpfchen in meinen Mund. Ich kann nicht genug davon haben und sauge mich so fest, damit ich sie nie wieder verliere ...“

Das Leben beginnt

Wenn sich der Foet gut genug vorbereitet fühlt für die lange Reise in einen neuen Kosmos, sendet er Botschaften aus, die der mütterliche Körper entschlüsseln kann und zunächst in sanfte Bewegungen der Gebärmutter umsetzt. Bei idealem Zusammenspiel arbeiten sie zusammen, das Kind mit Hilfe von Stellungsreflexen, die es wie ein Krauler den Geburtskanal überwinden lässt und durch das mütterliche Mitarbeiten. Im Englischen heißt Labour Wehen und Arbeit. Dies ist ihre erste gemeinsame Aktivität.

Der Geburtsvorgang als solcher ist durch seine massive Einwirkung auf das Kind wie ein Aktivator zu sehen: Lebensgeister werden buchstäblich geweckt. Der erste Atemzug beginnt nach einem Schrei und führt zu einer Öffnung des Lungenkreislaufs. Das Kind verliert rasch seine bläuliche Farbe und beginnt sich kräftig zu bewegen. Auf den Bauch der Mutter gelegt, bewirkt das gleiche Hormon, das die Geburtswehen in Gang gesetzt und die erste Trennung verursacht hat, sofort auch die erste Bindung. Oxytocin hilft das bonding als beglückende Nähe zu erleben und die Muttermilch einschließen zu lassen.

Bonding und Bindung sind zwei Fachbegriffe, die den ersten intensiven Kontakt zwischen Mutter und Baby beschreiben.

Bonding: die hormongesteuerte erste Bindung der Eltern an das Neugeborene als Beginn einer tiefen Liebe

Bindung: das sich entwickelnde Bewusstsein des Kindes für Angewiesenheit auf eine Person des Vertrauens mit der gleichzeitigen Angst vor der Trennung von ihr, also die bedingungslose Liebe des Kindes zu seinen Eltern.

Die Hebammen und Ärzte untersuchen das Baby unmittelbar nach der Geburt bei der U2: Gewicht, Länge, Kopfumfang, Apgarwerte, krankhafte Auffälligkeiten werden im Heft eingetragen. Der Apgar gibt jeweils 2 Punkte für eine rosige Haut, eine regelmäßige Atmung, guten Herzschlag, normale Reflexe und kräftige Bewegungen des Säuglings. Für das bonding ist es am Besten, wenn das Neugeborene unmittelbar nach der Geburt noch mit der Käseschmiere auf die nackte Haut der Eltern gelegt wird, um erst einmal in dieser Welt anzukommen.

Das Neugeborene riecht den ihm vom Fruchtwasser bekannten Duft seiner Mama und robbt auf dem Bauch zur Milchquelle. Die Berührung seiner Wange mit den Brustwarzen lässt seinen Mund diese finden und an ihnen saugen. Es saugt kräftig bis es erfolgreich ein paar dicke Tropfen der fetten Milch (Kolostrum) zu schlucken bekommt.

Es ist überwältigt von allen neuen Reizen. Sein Gehör ist schon fein ausgebildet. So schrecklich viele laute Geräusche unter denen es die ihm bekannten Stimmen seiner Eltern herausfinden kann. Obgleich eine neue Erscheinung ihn sehr ablenkt. Die Augen haben bisher keine Gelegenheit gehabt sich im Sehen zu üben. Nun guckt es schon konzentriert das Gesicht über sich an. Es erkennt das Muster aus zwei Augen und einem Mund, der sich bewegt. Das Stirnrunzeln und das Bewegen der Zunge interessiert es am Gesicht seiner Mutter. Es tastet mit seinen Augen dieses Muster ab und vermag nach kurzer Zeit die Bewegungen nachzuahmen. Der Vater nimmt es auf seinen Bauch und umfasst seinen kleinen Körper kräftig mit seinen großen Händen. Das Baby fuchelt noch etwas mit seinen Ärmchen, gibt dann dem sanften aber bestimmten Druck von Vaters Händen nach und schläft erschöpft ein.

Das Verliebtenshormon Oxytocin hat den Körper der Mutter überflutet und auch der Vater erlebt in diesen ersten Momenten des neuen Lebens ein überwältigendes Gefühl tiefer Dankbarkeit und Rührung. Die Eltern betrachten voll Liebe ihr Kind und nehmen es mit diesen Blicken in sich auf.

Für die folgenden schwierigen Wochen mit einem Neugeborenen verschafft die Natur mit dem Oxytocin gleich einem „Zaubertrank“ genug Kraft, die neuen Aufgaben und Entbehrungen leichter anzunehmen.

Die Natur hat nicht nur die Eltern wunderbarerweise mit diesem intuitiven Wissen ausgestattet ihrem Kind richtig zu begegnen, indem sie es im richtigen Abstand betrachten und ihre Mimik verstärken durch das Grußverhalten und ihre Stimme höher und melodischer klingen lassen sondern auch der Säugling hat mit angeborenen Reflexen sein Überleben gesichert:

z.B. Such-, Saug- und Schluckreflex, Glabellareflex, Bauerreflex, Mororeflex, Greifreflex. Mit dieser biologischen Urausstattung bringt jedes Kind sich in die Welt ein. Umhüllt vom mütterlichen Leib übt es überlebenswichtige Funktionen, saugen, schlucken, hören, tasten, erfühlen der eigenen Leiblichkeit, was wir Kinästhesie nennen, Gleichgewicht, Raumerfassung, indem es die Grenzerfahrung der Gebärmutter mit seiner eigenen Ausdehnung erfährt.

Mit allen Sinnen aktiv

Doch nach der Geburt kämpft das Neugeborene mit den Sinneseindrücken, die es vorher nicht trainieren konnte: die Schwerkraft, den Mangel an begrenzendem Kontakt, den schrillen plötzlichen Geräuschen, dem gleißenden Licht, den

Temperaturschwankungen, den unangenehmen Reizen auf der durch das weiche Fruchtwasser verwöhnten Haut.

Diese heftigen unbekanntem sensorischen Reize bringen es außer Kontrolle. Es fuchtelt herum, es setzt all seine Energie ein, um sich mithilfe seiner ihm vertrauten Sinnesreize zu beruhigen wie nuckeln, schaukeln, süße Flüssigkeit kosten. Es wird immer frustrierter und erregt sich schließlich, so dass es nach Hilfe von außen schreit. Bekanntlich setzen Eltern dann ihr intuitives elterliches Beruhigungsprogramm ein, indem sie mit sanfter Stimme, Nuckel, Festhalten und Wiegen dem Baby geben, was es allein noch nicht schafft.

Nicht immer ist es leicht

In den modernen Staaten ist das Ziel, die Kindersterblichkeit zu senken durch hohen technischen Aufwand erfreulicherweise gelungen. Der Preis sind mitunter Geburten mit ganz anderen Situationen als die Beschriebene zum Start der neuen Familie. Ob von Seiten des Babys wie Frühgeburt, Krankheiten oder Atemschwierigkeiten oder von Seiten der Mutter wie operative Geburten, Zwischenfälle, Erschöpfung, Ängste, schwierige soziale Voraussetzungen – all dies sind Risiken, die mit einem Mangel an Oxytocin einhergehen und die Entstehung einer guten Bindung erschweren. Wenn Komplikationen aufgetreten sind, ist dieses aufeinander Eingestimmtsein schwieriger. Das Menschenkind muss drei Monate zu früh geboren werden, weil die Beckenausmaße Opfer des aufrechten Ganges wurden. Das Kind ist nur perfekt auf diese von der Natur als Notlösung programmierte Frühgeburtsfähigkeit vorbereitet, wenn der Idealfall eintritt. Außerhalb dieser Regel ist das labile Gleichgewicht gefährdet durch „Regulationsstörungen“, die die frühe Elternschaft sehr belasten. Häufig kommt es auch zu geburtsbedingten Kopffehlstellungen. Die Schiefhaltung reizt das verlängerte Rückenmark, in dem unsere lebenswichtigen Zentren sitzen. Das Kind reagiert mit Überempfindlichkeit und schreit, ist unruhig, findet keinen Rhythmus, trinkt schlecht, hat vegetative Störungen, hat Blähungen, ist anfälliger für den plötzlichen Kindstod. Durch die Überstreckung bleibt es in der ersten Phase des Moroschutzreflexes und kann sich nicht vor Außenreizen schützen. Es ist zu wach, es ist ein „Guckkind“, es schreckt bei Geräuschen, kann nicht durch Gewöhnung abschalten und hat Schwierigkeit in Ruhe die Welt zu begreifen.

Diese Kinder und ihre Eltern brauchen möglichst bald jemanden, der ihnen hilft, die ausgelassenen Reize nachzuholen und im besten Sinne überlebensfähig zu werden. Nicht nur werdende Eltern sondern auch viele Geburtshelfer sehen dieses Risiko nicht. Sie geben den betroffenen Eltern nicht von Anfang an geschulte Helfer an die Seite, die Ihnen in den ersten Wochen helfen, den Mangel an „Zaubertrank“ auszugleichen.

Unerfahrene Eltern wissen in den meisten Fällen nicht, dass das menschliche Neugeborene als „physiologische Frühgeburt“ in den ersten drei Monaten sehr zu kämpfen hat, sein kontinuierliches Wohlbefinden aus dem vorgeburtlichen Leben nicht allzu sehr zu vermissen. Selbst für das reife gesunde Neugeborene ist es schwer, sich auf das einzustellen, was ihm begegnet an abrupten Bewegungen und Erfahrungen mit der

Schwerkraft, mit Licht und lauten Geräuschen, mit Kälte, Hunger und dem Verlust der ihn stets umgebenden Massagen durch das Fruchtwasser und die Schutzhüllen der Gebärmutter und der Unfähigkeit, weiter an seinen Fingerchen zu lutschen und sich mit dem süßen Fruchtwasser zu beruhigen. Es macht die schreckliche Erfahrung von Ohnmacht und völligem Angewiesensein auf Eltern, die aber nicht so kontinuierlich bei ihm sind wie das Neugeborene es für die Aufrechterhaltung seines Wohlbefindens bräuchte. Ohne Entbehrungen geht es nicht, daher muss es öfter schreien. Sich zu regulieren mit Hilfe seiner feinfühligel Eltern gelingt immer besser, wenn die neuen Erfahrungen nicht zu überwältigend sind.

Das Baby ist ein Tragling. Neun Monate ist es in der Gebärmutter sicher getragen worden. Nun kommt es in eine technisierte Welt, wo Räder als Ersatz für die sanft schaukelnde ihm bekannte Form der Fortbewegung dienen. Beängstigend kann auch der heftig schaukelnde Autositz sein, in den es viel zu lange gequetscht wird. Es ist gewohnt, dass sanfter Druck von außen seine noch unkontrollierten Bewegungen zur Ruhe bringt und sieht sich plötzlich im freien Fall, wenn es auf eine Fläche gelegt wird. Es vermisst die kontinuierlichen Hautkontakte, die seine Lebenslust angeregt haben und es hat eine Reizüberflutung auszuhalten, gegen die ihm häufig nur Nahrung angeboten wird, die es erst einmal verdauen lernen muss.

Es würde allen helfen, wenn sie versuchen könnten, sich mehr in die Erfahrungswelt des Babys einzufühlen, um ihm zu helfen, sich geborgen und sicher langsam an unsere Welt anzupassen.

Sichere Bindung

Für den Aufbau einer sicheren Bindung ist das Neugeborene auf Eltern angewiesen, die prompt und feinfühlig auf seine Signale reagieren. Dazu dienen Blickkontakt, Ansprechen, Berühren im angemessenen Rhythmus.

Das Baby unter drei Monaten interessiert sich für die Stimme, die Mimik, Berührung und Geruch seiner Bezugspersonen, weil sein Überleben davon abhängt, diejenigen, die es versorgen und beschützen, genau kennenzulernen und zu ihnen zu Vertrauen aufzubauen. Anfangs setzt es dafür Schreien ein, später flirtet es und versucht mit unwiderstehlichen Einladungen zum „Babytalk“ eine Gemeinsamkeit herzustellen. Seine präverbale Kommunikation perfektioniert es immer mehr, wenn es ihm gelingt die Erwachsenen dafür zu begeistern. Dies ist der Beginn seiner Selbstwirksamkeit. Bindungsförderlich sind eine Feinabstimmung durch Blickkontakt und Rhythmus in Handlung und Sprache. Die frühe Einübung im „Babytalk“ erleichtert im 2. Lebensjahr die Einstimmung (tuning) und aufeinander. Das Baby wendet sich ab, wenn es eine Pause braucht.

Unsichere Eltern nehmen diese Fähigkeiten ihres Babys häufig nicht wahr und blockieren es dadurch in seiner Entwicklung, sich selbst regulieren zu lernen.

Reize können auch zu viel werden

Die Sensomotorische Entwicklung wird mit der Abbildung eines Baumes erklärt. Wie bei einem starken Baum sind die Wurzel entscheidend, damit eine mächtige Krone sich

auf einem soliden Stamm entwickeln kann. In unserer Wahrnehmung ist das Wurzelwerk gleichbedeutend mit den Basissinnen für die eigene Körperwahrnehmung, der Stamm für die Verbindung der Körper- und der Umweltwahrnehmung und die Verästelungen für die Umweltwahrnehmung, differenzierte motorische, perzeptive, soziale und kognitive Fähigkeiten.

Manche Babys haben anfangs mehr Probleme als andere, sich nicht von Reizen überfluten zu lassen und können sich selbst mit Hilfe der Eltern nur schwer regulieren. Hier ist es sinnvoll, fachliche Beratung in Anspruch zu nehmen, denn diese Babys machen ihre weitere Entwicklung zwar altersgerecht oder manchmal sogar schneller als andere, sind dafür aber oft unausgeglichener, unruhiger, anstrengender, leichter reizbar. Zu einem späteren Zeitpunkt fallen sie durch ihre Impulsivität auf, werden von anderen oft als aggressiv erlebt und unkonzentriert. Dann würde man in einer Ergotherapie das nachholen müssen, was durch frühe Beratung hätte erleichtert werden können.

Manche Babys sind einfach nur ruhige Babys. Ihnen muss man mehr Anregungen geben. Andere sind durch Stress und weitere Ursachen so erschöpft und apathisch, dass sie wenig Lust auf Entwicklung haben. Auch hier ist eine Beratung und Abklärung erforderlich.

Viele Krankheiten und auch Schwierigkeiten bei der Geburt wie Frühgeburtlichkeit, Kaiserschnitt, Saugglocke oder Sturzgeburt stören leicht die fein miteinander verwobenen Entwicklungsnetze zwischen Sensorik und Motorik, frustrieren das Baby und machen für die Eltern die Erziehung schwierig. Hier ist eine von den Krankenkassen bezahlte Entwicklungstherapie häufig nötig und zwar so früh wie möglich entweder über die sensomotorische Wahrnehmungsbehandlung in der Ergotherapie oder die Physiotherapie nach Bobath. In einigen Fällen ist auch die Krankengymnastik nach Vojta angebracht. Bei schweren Schädigungen der Sinnesorgane oder Behinderungen im Sinnes- und Motorikbereich kommt die Frühförderung in Frage.

Da die meisten jungen Eltern ungeübt im Umgang mit ihrem 1. Kind sind, sind Babymassagen eine wundervolle Möglichkeit, in sinnlichen Kontakt mit dem Baby zu treten und über die Stimulierung seiner Basissinne eine harmonische sensomotorische Entwicklung in Gang zu setzen. Denn das Wesen alles Lebendigen ist sein Bedürfnis nach körperlichem Kontakt.

Jedes gesunde Neugeborene hat schon vor der Geburt erworbene zwar begrenzte aber hoch wirksame sensomotorische Möglichkeiten.

Doch damit gibt es sich nicht lange zufrieden. Sein ganz persönlicher Entwicklungsplan bringt das Baby dazu, selbst ausprobieren zu wollen, was es schon allein kann. Jeder Eindruck, der von außen auf es einströmt, wird als sensorischer Reiz wahrgenommen. Anfangs noch ziemlich chaotisch, aber so allmählich sortiert es sich und das Baby entwickelt Vorlieben, was es hören oder anschauen möchte, wie es angefasst, gestreichelt oder auch getragen werden möchte.

Angestrengt betrachtet es von Geburt an Gesichter und endlich ab dem 2. Lebensmonat kann es mit allen Gesichtsmuskeln ein Lächeln hervorbringen, das so einladend ist, dass die Eltern jetzt immer wieder schauen, wie sie es hervorlocken können. Dazu beginnt es

zu gurren und reagiert bald mit dem ganzen Körper darauf, indem es die Ärmchen nach vorn streckt.

Noch lange kann es das Gewünschte aus eigener Kraft nicht erreichen, aber es bringt auch so seine Eltern dazu, dass sie ihm gern etwas in die Hand geben, was er mit seinen Händen und seinem Mund untersuchen kann. Dabei macht es im Alter von 3 Monaten bereits Physikexperimente, indem es be-greift wie unterschiedlich ein Würfel oder eine Kugel beschaffen ist.

Wenn es das kann, möchte es mehr fühlen. Sein Forscherdrang ist so groß, dass es jetzt gewaltige motorische Anstrengungen macht, um auch fernere Gegenstände zu untersuchen. Die Überwindung der Schwerkraft ist jetzt ein Thema, dem es sich dafür intensiv widmen muss. Nun macht es ganz andere sinnliche Erfahrungen vor allem mit dem Gleichgewicht, die es zunächst sehr frustrieren bis seine Motorik reif genug für den großen Schritt ist: die aufrechte Position zu erreichen.

Im Zusammenspiel zwischen den Wahrnehmungen unserer Sinne und den erst dadurch möglichen motorischen Handlungen schreitet Entwicklung unser Leben lang fort. Erst mit 12 Jahren ist die wesentliche Reife darin abgeschlossen. Nur wenn die Sinnesorgane intakt sind, die Reize gut dosiert und klar wahrnehmbar und altersphasenideal sind, hat unser Gehirn die Möglichkeit, aus diesen Sinneswahrnehmungen so viel Information über die Umwelt zu erhalten, dass eine gute Bewegungsentwicklung mit optimaler motorischer Kompetenz und eine optimale Handlungsplanung erfolgen kann. Wir sprechen von sensomotorischer Entwicklung, weil beide Entwicklungen sich in Wechselwirkung ergänzen und mit zunehmender Hirnreife untrennbar mit der emotionalen und kognitiven Entwicklung des Kindes einhergehen. Diese Komplexität zeigt sich bereits unmittelbar nach der Geburt.

Die ersten drei Monate

Mit vier Wochen ist das Ende der Neugeborenenzeit erreicht. Das Baby wird wacher, sieht und hört mehr, kann sich nicht mehr so abschirmen durch häufigen Schlaf und ist dadurch am Abend häufig reizüberflutet. Da alle Menschen zwischen 18 und 22 Uhr die höchste Aktivitätskurve (auch messbar an der Körpertemperatur) haben, sind die Babys zwischen der 6. und 12. Woche abends besonders unruhig und schreien vermehrt. Je hektischer alle sind, umso schwieriger gelingt es ihnen, sich beruhigen zu lassen. Das Baby braucht liebevolle ruhige Hilfe von außen, um allmählich zu lernen, sich selbst zu regulieren.

Anfangs kann sich das Baby in seinen kurzen Wachphasen, in denen es ganz zufrieden ist, nicht anders äußern als durch Schreien.

Die Bewußtseinszustände beim Neugeborenen verlaufen noch in einander, grenzen sich aber immer klarer voneinander ab. Im wachen (alerten) Zustand möchte das Baby Ansprache. Nach dem amerikanischen Kinderarzt T. Berry Brazelton unterscheiden wir 6 Bewußtseinszustände des Neugeborenen im 4 Stundenzyklus:

1. Tiefschlaf

Kind kann störende Umgebungsreize ausblenden, atmet tief und regelmäßig, Bewegungen sind nur schwach und kurz und ruckhaft. Ökonomische Körperhaltung.

2. REM-Schlaf, leichter Schlaf

Atmung unregelmäßig und flacher, dreht und streckt sich in regelmäßigen Abständen. Ist Außenreizen zugänglich, wenn es aufwacht, ist es quengelig oder bemüht, in Tiefschlaf zu fallen.

3. Zwischenzustand

Vom ungeordneten in den geordneten Zustand, entweder Tiefschlaf oder Wachzustand.

4. Hellwacher aufmerksamer Zustand

Baby ist ganz aufnahmefähig, bekundet mit Gesicht und ganzem Körper seine Reaktionsbereitschaft oder den Wunsch von einem überfordernden Reiz wegzukommen. Es signalisiert: „Beschäftigt Euch mit mir!“ oder „Jetzt ist es genug!“

5. Quengeliger Wachzustand

Bewegungen werden abgehackt, Atem unregelmäßig, Zappeln oder Wimmern. Kommt nicht allein zur Ruhe. Können Eltern das Kind beruhigen, sind sie zufrieden, wenn nicht, fühlen sie sich ohnmächtig.

6. Schreien

-Durchdringendes schmerzgeplagtes Schreien
Blähungen, Stuhlentleerung

-Forderndes, drängendes Schreien
Hunger

-Gelangweiltes aufgesetzt wirkendes Schreien
Bedürfnis nach Kontaktaufnahme

-Rhythmisches nicht drängendes Schreien
Bei Müdigkeit und Reizüberflutung

Die Dauer des „normalen Schreiens“ beträgt in den ersten 2 Wochen 1,4 Stunden, bis zur 6. Woche 2,5 Stunden und bis zu drei Monaten 1 Stunde.

In dem Maße wie es den Eltern besser gelingt, das Schreien des Babys richtig zu deuten und prompt und angemessen darauf zu reagieren, kann sich das Kind in den Wachphasen durch Interaktion entwickeln und sich zunehmend selber regulieren lernen.

Ein „Schreibaby“, welches über einen längeren Zeitraum täglich mehr als drei Stunden schreit, verpasst die Interaktion, weil in seinen Ruhephasen alle zu erschöpft sind, mit ihm in freudigen Kontakt zu treten. Entwicklungsstörungen sind die Folge.

Das Bewusstsein erwacht

Der Säugling ist von der Evolution präpariert mit angeborenen Vorstellungen, die der Anfang sind auf dem Weg zum Verständnis des menschlichen Geistes. Im jüngsten

Teil des menschlichen Gehirns, dem Kortex, entstehen ab dem 3. Monat in unvorstellbar schneller Zeit millionenfache Querverbindungen zwischen den berühmten grauen Zellen, die die ungeheure Lernfähigkeit des Babys ausmachen. Viele dieser Synapsen stellen später ihre Tätigkeit wieder ein, wenn sie zu selten benutzt werden. Das heißt, das Kind entwickelt auf dem Boden vorgeprägter Muster individuelle für es selbst zugeschnittene Programme. Diese individuellen Programme werden sogar in seine Erbanlagen eingebaut und können an spätere Generationen genetisch weitergegeben werden. Weite Teile des Gehirns bleiben bei mangelnder Übung unbenutzt. Oft können individuelle Programme erst in bestimmten Reifephasen des Gehirns aktiviert werden, z.B. Sprechen, Blasen- und Darmbeherrschung, Zeitgefühl und Rechnen, Körperbeherrschung. Mit zwölf Jahren ist der individuelle Computer fertig programmiert, jetzt werden neue Lernvorgänge schwieriger. Alte Lernvorgänge, die nicht benutzt werden, werden abgespeichert und bei Bedarf wieder aktiviert. So vergisst das Kind Sprachen, die es nach seinem 10. Lebensjahr nicht mehr gesprochen hat, wird beim späteren Neulernen diese dann aber schnell so perfekt lernen, dass es wie eine Muttersprache klingen wird. Auch die als Kind erworbenen und später wenig geübten Fähigkeiten wie Schwimmen oder Radfahren verliert man nie.

Die Welt begreifen wollen

Mit drei Monaten also entwickelt sich die Großhirnrinde, so daß Willkürmotorik an die Stelle der ersten Reflexe tritt. Das Baby verfügt über eine ausgeprägte Mimik und steuert seine Kommunikation über erstes Lautieren. Es reagiert begeistert, wenn es angesprochen wird. Mit seinem gewinnenden Äußeren, das wir als „Kindchenschema“ bezeichnen, zieht es wohlwollende Betrachter an, die automatisch im „Gespräch“ mit dem Baby den Augengruß benutzen, die Stimme heben und nicken. Das Baby nimmt begeistert die Kommunikation auf und steuert diese auch, indem es sich abwendet, wenn es ihm zu viel wird.

Ein Gespräch, in welchem sich der Rhythmus zwischen beiden Partnern abwechselt, gibt dem Baby die Gewissheit, gesehen, gehört und an-erkannt zu werden.

Im sicheren Abstand auf dem Arm getragen, studieren Babys ihre Eltern und kennen bald jede mimische Veränderung. Die visuelle Informationsverarbeitung ist 400 mal schneller als die verbale. Babys ahmen die Mimik der Eltern nach und lernen durch Abgucken der Mundbewegungen das Sprechen der Muttersprache! Bis sie 6 Monate alt sind, sprechen auch gehörlose Babys ganz normal!

Die Entwicklung der Hand-Augen-, Hand-Mund- und Hand-Hand-Koordination sind erste Meilensteine der Entwicklung. Endlich kann das Baby experimentieren und ausprobieren, was es geistig schon vorgeplant hatte und seine Händchen gehorchen ihm nach unermüdlicher Übung immer besser. Wenn es sie in seiner Mitte zusammenlegt, kann es sich sogar beruhigen. Es kann sie zum Mund bringen und daran lutschen, um sich Lust zu verschaffen.

Ich entdecke die Welt

Die Zeit von drei bis acht Monaten ist von großer Erleichterung geprägt. Baby und seine Eltern haben sich kennengelernt. Beim Kind entsteht Urvertrauen in die Eltern. Mutter und Vater entwickeln Vertrauen in ihre elterlichen Kompetenzen. Babys Vertrauen geht so weit, dass es das Trinken nach den ersten Schlucken unterbricht und sich auf dem Arm windet, um sich umzuschauen und zu kommunizieren. Außenreize sind ihm jetzt viel wichtiger als Innenreize, daher registriert es seine Verdauung nicht mehr. Wie auf einen Schlag sind die sogenannten „Koliken“ vorbei.

Das Baby sieht wonnig aus mit seinem gewinnenden Lächeln und seinen Speckfalten. Es gurr und flirtet auch mit Fremden und ist begeistert, diese zur Antwort einzuladen. Es kann sich schon eine Weile mit der Erkundung seines Körpers beschäftigen und dies natürlich nur im nackten Zustand. Dann nimmt es seine Füße in den Mund, rollt sich herum, experimentiert in Bauchlage mit der Schwerkraft und dem Gleichgewicht.

Gegenstände rücken jetzt in den Mittelpunkt seines Interesses. Es macht erste physikalische Experimente, indem es sie mit Augen, Hand und Mund untersucht, schüttelt, betastet, wiegt, schmeckt, riecht. Es liebt starke Farben und klare Muster. Das Wickeln des Babys dient jetzt weniger dem Windelwechsel als einer lustvollen Spielsituation. Je aktiver es wird, desto mehr Mühe haben die Eltern, es dabei zu bändigen. Wenn sie sich nicht spielerisch aufeinander einstellen, kann es in einen Kampf ausarten.

Mit der fortschreitenden visuellen Entwicklung kann es jetzt auch in der Ferne scharf sehen. Es registriert alle Veränderungen in seiner Umgebung. Bei Neuem orientiert es sich an der Blickrichtung der Erwachsenen. Dabei hilft ihm die nur beim Menschen so gut sichtbare weiße Bindehaut, die die Iris umgibt. Daher fühlt sich das Baby jetzt am wohlsten auf dem Schoß oder wenn es auf dem Arm herumgetragen wird, weil es seine Umgebung kennenlernen möchte. Häufig nölt es, wenn es sich langweilt, wenn es ihm noch nicht gelingt, allein vorwärtszukommen. Dies versucht es je nach Temperament durch Rollen, Rückwärtsschieben, Robben oder sogar schon erste Krabbelversuche. Die bequemen Babys schaffen es meist durch Quengeln hochgenommen und umhergetragen zu werden und verpassen manchmal den Anschluß, weil sie große Anstrengungen vermeiden.

Ich fühle mich plötzlich so allein

Warum ist es plötzlich so still?

Das Ding, das ich über mir so gern verfolge, wenn es kreist, steht still. Wenn ich mich doll bewege, bekomme ich es zum Wackeln. Aber das reicht mir nicht. Ich mag es, wenn es sich richtig dreht. Ich versuche mal meine Beine heftiger zu bewegen. Es klappt nicht.

Ich könnte meine Rassel in die Hand nehmen. Aber die kenne ich schon. Ich mag sie, weil ich sie gut festhalten kann und schön auf ihr kauen kann. Das Metall schmeckt ganz anders als die Holzteile. Es ist auch kühler für mein wundes Zahnfleisch, in das die Zähne einschließen. Aber jetzt ist es mir zu langweilig. Wenn ich etwas lauter rufe, kommt Mama vielleicht? Ah, es klappt. Sie sagt, sie habe noch etwas in der Küche zu tun und kommt gleich zu mir zum Spielen. Bis dahin stellt sie das Mobile wieder an. Toll, immer wenn sich der rote Elefant über mir bewegt, jubele ich. Ich strecke meine Arme ganz lang, um ihn zu erhaschen. Dann werde ich müde und bin etwas enttäuscht. Wie schön, dass Mama jetzt kommt und mich rausnimmt. Wir setzen uns gemeinsam auf meine Spieldecke, sie zieht mir

*die scheußlich enge Jeans aus und wir spielen verstecken, kullern umher und lachen viel.
Wie ich das liebe!*

Lieben ist Bejahen

Von der modernen Hirnforschung wissen wir, dass Babys nicht nur „Informationsstaubsauger“ sind, deren Wissbegierde und Experimentierfreude kaum zu stoppen sind, wie der Hirnforscher G. Hüther sagt. Babys spüren Liebe und Ermutigung als Bejahung ihres Wollens und Tuns und genießen jede Form von Selbsttätigkeit.

Es ist ratsam, wenn Eltern von Anfang an beachten, wie viel ihr Kind schon helfen kann beim Bewegen, Wickeln, Anziehen, Füttern und wie dies zu einem fröhlichen Miteinander werden kann. Alles was das Baby will, ist gemeinsam mit seinen wichtigsten Bezugspersonen etwas zu tun und zu erleben, wie stolz diese auf es sind und es dadurch ermutigen, selbständig zu werden.

Babys lieben Neues. Je mobiler sie sind, umso interessanter sind weit entfernte Gegenstände, die sie bisher noch nicht untersucht haben. Neurobiologen folgern daraus im Umkehrschluss, dass diese neugierigen Babys ein gutes Gedächtnis haben, weil sie sich merken können, was sie bereits alles kennen und dies nicht mehr interessant genug finden. „Forschergeist in Windeln“ ist daher eine zutreffende Bezeichnung. Es geht tatsächlich um Entdeckerfreude.

Am liebsten würden sie immer unterwegs sein. Auch Mütter leiden unter der Vereinsamung mit einem Einzelkind. Wir Menschen brauchen den Kontakt mit anderen Menschen für unsere Entwicklung und fühlen uns am Wohlsten in der Großfamilie mit ihren vielfältigen Anregungen. Leider finden die meisten Babys mit ihren Müttern den „Ersatz“ dafür nur in organisierter Form von Kursen, die dann einen Termindruck und einen Erfolgszwang erzeugen, der Familien mit kleinen Kindern nicht gut tut.

Meilensteine der Entwicklung

Aufgrund von Beobachtungen entstanden vor 40 Jahren Entwicklungstests unter der Vorstellung, dass bestimmte Meilensteine der Entwicklung, wie Lächeln, Greifen, Krabbeln, Sitzen, Laufen, Sprechen, Trockenwerden innerhalb eines definierten Zeitfensters zu erreichen seien. Anhand dieser Skalen wurde deutlich, dass der gesamten kindlichen Entwicklung in ihrer Reihenfolge und der Mindestqualität eine Gesetzmäßigkeit zugrunde liegt. Allerdings kann das Zeitfenster, wann ein Entwicklungsschritt gemacht wird, erheblich variieren und sich dabei immer noch im Bereich des Normalen bewegen. Wenn die kindliche Entwicklung nicht immer dieser Norm entspricht, muss dies kein Anlass zur Sorge sein, sollte aber abgeklärt werden. In regelmäßigen Abständen wird bei den Kindervorsorgeuntersuchungen die individuelle Entwicklungsgeschwindigkeit eines Kindes dokumentiert. Nach wie vor dienen die Meilensteine als Anhaltspunkte für den gesunden Verlauf der Entwicklung. Sie werden heute viel stärker nach ihrer Qualität und Kontinuität beurteilt als danach, wann ein Kind etwas kann. Dabei ist es wichtig, dass das Baby

möglichst ausgeschlafen, satt und zufrieden ist, da sein Zustand die Untersuchungsergebnisse stark beeinflussen kann. Je jünger die Babys sind, desto kleiner sind auch diese günstigen Untersuchungszeitfenster, doch je reifer das Nervensystem des Kindes, umso länger gelingt es ihm, sich aufmerksam und konzentriert auf seine Umgebung einzustellen.

Viel mehr als die Meilensteine sehen wir heute eine sichere Bindung als den Garant für eine gute Entwicklung. Lernen hat die sichere emotionale Basis zur Voraussetzung.

Die Meilensteine der modernen Säuglingsforschung basieren auf Kenntnissen der Neurobiologie und Videoanalysen von Interaktion zwischen dem Baby und seinen Eltern. Sie beziehen sich auf die Gefühle der Kinder, weil wir wissen, dass Lernen nur erfolgen kann, wenn sich die Kinder sicher fühlen. Bei Stress wird das empfindliche limbische System im Gehirn beeinträchtigt und schließlich kann es sogar zu einem Abbau der Gehirnsubstanz kommen, die für die kognitive Entwicklung zuständig sind.

Auch Stolpersteine sind normal

Neben den Meilensteinen, die Eltern und ihr Baby stolz machen und motivieren, gibt es auch immer wieder Stolpersteine in der Entwicklung. Im gesunden Kind ist die Entwicklungskraft so groß, dass es – kaum kann es etwas – schon das nächste Ziel anpeilt, auch wenn es noch viel zu schwierig ist. Manche Babys können dann sehr unleidlich werden oder Eltern sogar den Eindruck vermitteln, dass ihre Entwicklung stehen bleibt. Natürlich macht Eltern dieses Verhalten zunächst ratlos und kann leicht dazu führen, dass sie nicht die Ruhe bewahren und an ihrem Kind oder an sich als gute Eltern zweifeln.

Schon ihr kleines Baby aber hat gelernt, sich im Gesichtsausdruck der Eltern Zuversicht und Zustimmung zu holen und reagiert verunsichert, wenn es gerade dann Zweifel in den Gesichtern der Eltern liest, obgleich es jetzt doch ganz besonders viel Zuspruch bräuchte, um das nächste Ziel zu erreichen.

Das Baby spiegelt sich im Glanz der Augen der Mutter (Winnicott)

Die Entdeckung der Spiegelneuronen erklärt, warum schon Babys Empathie zeigen können. In der engen Bindung an seine Eltern und deren feinfühliges Verhalten entwickeln sich bestimmte Nervenzellen, die Spiegelneurone heißen. Sie ermöglichen bereits bei Babys die Fähigkeit zum Mitfühlen. Durch Orientierung am Blick und an der Mimik der Eltern lernt das Baby sein eigenes Verhalten zu überprüfen. So lernt es Gefühle wie Angst, Freude, Trauer, Ablehnung, Wut schon früh am Gesichtsausdruck seiner Eltern kennen.

Die meisten Eltern sind im Umgang mit einem Säugling unerfahren und schnell beunruhigt, wenn ihr Kind nicht ihren Erwartungen entspricht. Sie können dann plötzlich Gefühle der Unsicherheit oder Ungeduld zeigen. Babys hassen es, plötzlich mit einer neuen Situation konfrontiert zu werden, weil dann Stresshormon ausgeschüttet wird. Sie versuchen sich durch genaue Beobachtung frühzeitig auf eine mögliche Reaktion der Eltern einzustellen. Unter Umständen testen sie diese auch immer wieder aus, um ganz sicher zu sein, dass es so gemeint ist. Wenn dies nicht gut gelingt, ist das Baby so gestresst, dass es seine Gefühle nicht mehr sortieren kann. Je nach Temperament und Ausgangslage wird es anklammernd, verzweifelt, wütend, erstarrt und ist in seinem Lernen blockiert.

Die Eltern als „Sicherer Hafen“

Mit 8 Monaten hat das Baby schon Grundfertigkeiten in der Motorik, im Sprechen und im Sozialen entwickelt, die es befähigen, sich je nach Temperament seinem Ziel zu nähern:

Es möchte wie Mama und Papa mit beiden Beinen auf der Erde stehen, selbst kleinste Fussel greifen, es möchte sprechen, allein essen und trinken, die Welt erkunden und vor allem möchte es mit anderen zusammen spielen.

Von Kind zu Kind sind die Wege dahin sehr unterschiedlich. Allen Kindern gemeinsam ist, dass sie jetzt die Eltern gut genug kennengelernt haben, um sich bei ihnen ganz sicher zu fühlen. Die sichere Bindung an ihre Eltern ist sowohl der „sichere Hafen“ wie auch der Entwicklungsmotor für Kinder. Eltern, die viel Spaß daran haben, ihr Kind spielerisch zur Bewegung anzuregen, fördern unbewusst die motorische Entwicklung ihrer Kinder. Eltern, die eher dazu neigen, ihr Kind im Kinderwagen zu fahren und es auf dem Schoß zu halten, unterdrücken das natürliche Fortbewegungsbedürfnis ihrer Kinder. Doch alle gesunden Kinder haben den Drang, endlich auf „Augenhöhe“ mit den Großen zu sein, wollen allein spannende Dinge entdecken, sich hochziehen, schauen was passiert, wenn sie Schubladen öffnen, Dinge fortwerfen, schütteln. Sie imitieren gern kleine Gesten wie Winken, Klatschen, Tanzen und die Sprachmelodie ihrer Eltern.

Kinder, die gut gebunden und sicher sind, können sich konzentrierter entwickeln.

Obgleich jedes Kind anders ist, rollen sich die meisten Kinder mit 6 Monaten, robben mit 7 Monaten, krabbeln und setzen sich auf mit 9 Monaten, ziehen sich hoch und beginnen aufrecht zu stehen mit 10 bis 12 Monaten. Bis zum Alter von 18 Monaten können fast alle Kinder frei laufen.

Sie entwickeln ihr Greifen immer feiner, bis sie im Alter von 12 Monaten kleinste Krümel auflesen, Verschlüsse öffnen, mit dem Zeigefinger auf Gegenstände weisen und Gegenstände ineinander stapeln. Sie können aber erst mit 18 Monaten Gegenstände durch Kippen aus Behältern entfernen.

Mit neun Monaten übernehmen sie die Initiative zum wechselseitigen Spiel. Sie spielen Geben und Nehmen. Mit dem Zeigefinger lenken sie den Blick ihrer Bezugsperson zu etwas was sie interessiert: „da!“

Ihre visuelle Wahrnehmung wird immer feiner. Sie untersuchen Gegenstände nun lange durch Betrachten, „lesen“ Bilderbücher und interessieren sich für ihr Spiegelbild. Mit einem Jahr jubeln sie ihrem Spiegelbild zu. Erst mit 18 Monaten entdecken sie sich selbst im Spiegel.

Sie verstehen mit 10 Monaten einige Wörter und beginnen Lieder zu erkennen. Mit einem Jahr bewegen sie sich rhythmisch zur Musik und sprechen kleine erste Worte. Diese haben meist mit starken Sinneserfahrungen zu tun: Mama, Papa, nein, da, Au, Mh, heiss, Licht, Ball, wauwau, gaga, Auge, Mund, Bauch. Mit 18 Monaten ist ihr passiver Wortschatz noch viel größer als ihr aktiver. Doch dann erweitern sie ihren Wortschatz enorm schnell und wenden mit 2 Jahren „ich“ an.

Sie interessieren sich mit sechs Monaten für Mahlzeiten, lernen vom Löffel zu essen, aus der Hand selbst zu essen und aus dem Becher zu trinken.

Sie können deutlich machen, was sie wollen oder nicht, sie verstehen ein „nein“ und testen, ob es ernst gemeint ist. Die Gedächtnisleistung nimmt rasant zu. Das 8 Monate alte Baby findet versteckte Gegenstände wieder (Objektpermanenz), weil es weiß, dass Dinge, die es nicht sieht, dennoch nicht verschwunden sind. Dies ist ein wichtiger Sprung in seiner kognitiven Entwicklung.

Zugleich mit der Erkenntnis, dass Dinge verschwinden können, erkennt es, dass auch die wichtigsten Menschen weg sein können und damit wächst die Trennungsangst. Ab 6 Monaten binden sich Babys fest an die ihnen vertrauteste Person und reagieren voller Angst, wenn sie diese nicht sehen.

Mit acht Monaten versucht das Baby schon die Kontrolle über sein Gegenüber zu haben. Fängt der unbekannte Erwachsene an, es zu fixieren, schlägt es ihn mit lautem Gebrüll in Flucht. Diese Achtmonatsangst entsteht mit dem Einsetzen größerer motorischer Möglichkeiten, sich von der Bezugsperson zu entfernen. Jeder Erkenntniszuwachs von der Größe der Welt wird begleitet von der Angst, die uns daran hindert, uns zu weit zu entfernen und uns damit Gefahren auszusetzen. Das Steinzeitkind sollte nicht in die gefährliche Bärenhöhle krabbeln.

In der sehr sensiblen Phase von acht Monaten kann das Kind sogar vehement die Mutter dem Vater vorziehen, so daß dieser sich abgelehnt und verunsichert fühlt. Manche Kinder müssen sich erst stärker versichern als andere, dass die Mutter bei Ihnen bleibt, auch wenn der Vater sie übernimmt. In dieser ersten Phase eines Bewusstseins von möglicher Trennung üben Kinder spielerisch mit der Angst umzugehen, indem sie Guckguck-Spiele lieben. Wenn ein Fremder ihnen direkt in die Augen schaut, schreien sie und wenden sich ab. Auf dem Arm der Mutter gehalten, kann es durchaus sein, dass sie den Fremden aus der sicheren Entfernung anlächeln.

Auch das Schlafengehen erleben die meisten Kinder jetzt als unangenehme Trennung. Fast alle Kinder melden sich mehrfach in der Nacht auf, einige bekommen Schlafprobleme. Für Eltern ist es schwer, dies als eine vorübergehende Phase anzunehmen. Sie leiden erheblich mit.

Der innere Konflikt zwischen dem Erkundungswunsch und der Angst, den sicheren Hafen der Eltern zu verlassen, ist typisch für dieses Alter und kann sich sehr unterschiedlich zeigen. Das Temperament des Kindes -ob draufgängerisch oder sehr schüchtern- wirkt sich besonders stark in einer fremden Umgebung aus. Kinder brauchen dann besonders viel Geduld und Verständnis der Bezugspersonen, um sich sicher zu fühlen.

Vor allem aber: mit acht Monaten auch beginnt ein Jahr begeisterter Erforschung und intensiver Gefühle. Alles ist aufregend.

Die Welt umarmen wollen

Unermüdlich über ein ganzes Jahr üben Babys die Schwerkraft zu überwinden und sind überglücklich, wenn sie es endlich geschafft haben.

Wenn das neun Monate alte Kind sich aus der Bauchlage über die Seite zum Sitzen hochschraubt und so ein beredteres Zeugnis von der Überwindung der Schwerkraft gibt als jeder Balletttänzer, erfüllt es auch die Eltern mit Stolz. So perfekt sind wir in Beziehungen zu anderen und zu unserer Körperbeherrschung nur im ersten Lebensjahr! Die Wissbegier ist stärker als Schwerkraft! Das Kind muß seine Umwelt beherrschen, es muß versuchen, Macht über sie zu erlangen und kennt dabei keine moralischen Kategorien. Mit einem Jahr zieht es an Steckern und wirft Gegenstände laut polternd fort, weil es etwas über die Dinge erfahren will. Im zweiten Lebensjahr zieht es an Steckern, weil es etwas über das Verhalten seiner Bezugspersonen erfahren möchte.

Das freie Laufen führt zu einem Schub von Glückshormonen. Wenn uns einjährige Kinder mit hoch gestreckten Ärmchen und breitbeinig förmlich entgegenstürzen, sehen sie aus als wollten sie die Welt erobern. So ist es auch. Kein Raum, keine Schublade, kein technischer Gegenstand ist vor ihnen sicher. Mit Getöse schieben sie Möbel durch das Zimmer, tragen Eimer und Putzzeug und „arbeiten“ gern mit. Mädchen schmücken sich mit Vorliebe, indem sie sich Dinge um den Hals winden. Jungen haben eine Vorliebe für alles mit Rädern.

Einjährige wollen wie die Mutter sein, wenn sie ihre Zähne putzt, sie füttert, sie kämmt, wollen sie imitieren. Die meistbenutzten Gegenständen wie handys und Schlüssel interessieren auch die Babys am meisten. Sie wollen auf der Straße selber laufen, aber in ihre eigene Richtung. Sie sammeln alles Interessante wie Steinchen, Käfer, bunte Scherben und tragen ihre Schätze heim. Sie räumen interessante Packungen im Supermarkt aus und laden sie in den Einkaufswagen. Sie wollen vieles, was sie noch nicht aussprechen können oder dürfen und können dann sehr verzweifelt sein.

Am allermeisten aber wollen sie ernst genommen werden, weil sie schon so viel mehr verstehen können als die Erwachsenen ahnen und sie deshalb nicht mit Vorankündigungen mit in das Geschehen einbeziehen.

Selbstbewusstsein und Kooperationsbedürfnis

Mit 18 Monaten ist die sensomotorische Reifung weitgehend abgeschlossen und macht Platz für den nächsten großen kognitiven Entwicklungssprung.

Für Eltern sieht es so aus als sei aus ihrem kleinen Baby plötzlich ein willensstarkes und schwer zu bändigendes Kleinkind geworden. Im englischen bekannt als „terrible two“ versteht es jetzt alles und äußert sich in 2- und 3 Wortsätzen.

Das Kind muß seine Umwelt beherrschen, einzige Orientierung sind ihm die Reaktionen seiner Bezugspersonen. Im „schrecklichen zweiten Lebensjahr“ zieht es an Steckern, weil es etwas über das Verhalten der Menschen erfahren will! Es möchte die Gefühle kennenlernen, die es auslösen kann, in dem es systematisch überprüft, in welchem Ausmaß seine Wünsche, von denen der Außenwelt abweichen.

Die Kinder erleben den schrecklichen Konflikt zwischen dem Bedürfnis andere Menschen zu verstehen und dem Bedürfnis, glücklich mit ihnen zusammenzuleben. Sie haben keinesfalls den Willen, die Eltern zur Verzweiflung zu bringen.

Im Gegenteil : durch nichts lässt sich ein Kleinkind von seinem unerwünschten Vorhaben prompt abbringen als wenn wir es zum gemeinsamen Tun auffordern. Im Alter von zwei Jahren unterscheiden wir uns spezifisch von allen anderen Lebewesen, insofern dass nur der Mensch kooperieren möchte und dafür eigene Bedürfnisse zurückstellen kann.

Schon zweijährige leben uns das vor. In Versuchen hat Tomasello gezeigt, dass kleine Kinder empathisch verstehen, dass ein Erwachsener ein Problem hat und ihm helfen wollen, es zu lösen, selbst wenn sie noch nicht sprechen können. Selbst die ganz Kleinen lieben es zu helfen und zu teilen, wenn sie dafür Vorbilder in der eigenen Familie haben.

Kinder und Erwachsene handeln in diesem Alter häufig Bedingungen aus. Sie stimmen sich erst im Gespräch aufeinander ein und bieten wie auf einem Basar, bis sie zu einer Einigung kommen.

Die meisten Eltern geben ihren Kindern zu wenig Gelegenheit, ihr Verhalten zu imitieren und sie am Alltag zu beteiligen. Erwachsene sind zu schnell, zu chaotisch, die Kinder fühlen sich lästig, abgespeist im wahren Sinn des Wortes, ständig beschnullert, mit Süßigkeiten und Nuckelflaschen ferngehalten von dem, was sie über die Welt erfahren wollen. Die Kinder haben in unserer Welt zu wenig Gelegenheit zu erfahren wie die Welt beschaffen ist. Voller Neugier sucht das Gehirn von kleinen Kindern nach Neuem, möchte Erfahrungen machen. Der mächtige Imitationstrieb kann leicht verkümmern bis das Kind in die Schule kommt. Seine Begeisterungs- und Lernfähigkeit braucht stete Impulse . Aber nur wenn beim Lernen an bereits Bekanntes angeknüpft wird, verstärkt sich die Aufmerksamkeit und die Lust auf mehr Informationen.

Das Selbstbewusstsein erwacht

Mit 18 Monaten hat das Kind ein Bewusstsein seiner selbst. Der Spiegelversuch zeigt dies: bis zum Alter von 12 Monaten erkennt das Kind im Spiegel die Mutter und ein anderes Kind. Mit 12 Monaten sucht es hinter dem Spiegel das andere Kind. Wenn man dem Kind einen roten Tupfer auf die Nase schminkt und es im Alter von 2 Jahren vor den Spiegel setzt, erkennt es sich selbst und betastet seine geschminkte Nase.

Erst wenn das Kind sich im Spiegel selbst erkennt, ist es zum Erkennen des anderen und seiner Absichten wirklich fähig und entwickelt eine „theory of mind“ oder die Fähigkeit zur Empathie.

Mit zwei Jahren benutzt es Wörter wie „ich“, „mein“, „mich“ und entwickelt sein Selbst. Doch das Selbstbewusstsein schwankt zwischen Stolz, omnipotenten Phantasien und Ängsten. Es entwickelt eine starke innere Vorstellungskraft, das „magische Denken“. Mehr denn je ist das Kind mit 2 Jahren emotional auf seine Eltern angewiesen, um herauszufinden, wer es ist. Wenn die Eltern es respektieren, lernt es sich selbst zu respektieren. Je mehr Eltern sich Wissen aneignen über die Welt ihrer Kinder, um so mehr Respekt haben sie vor diesen Forscherpersönlichkeiten. Kinder haben immer Lust am Lernen. Aber auch bei ihnen ist es so, dass das Aufsuchen neuer Räume Angst auslösen kann. Ängste, Kampf um Selbstbestimmung und Rückschläge gehören dazu, denn Lernen bereitet vielen Menschen Unbehagen aus Angst vor dem Neuen. Lieber behalten sie das Gewohnte -wenn auch sie negativ Beeinflussende- bei, als sich zu ändern. Kindern beim spontanen Spiel zuzuschauen, zeigt uns, welche Freude es bereiten kann, neue

Räume trotz anfänglich ängstlichen Zögerns zu erobern und wie sicher die neu gewonnenen Erfahrungen machen können.

Urvertrauen

Je verlässlicher die Bindungserfahrungen sind, desto besser kann sich Urvertrauen entwickeln als eine Fähigkeit, sich selbst bei Gefahr, in Momenten des Zögerns und der Angst, Trost zu holen durch ein Photo, einen Talisman, die Stimme am Telefon und auch ein Übergangsobjekt. Ein zeretztes Schnuffeltuch, ein löchrig geliebter Bär kann zum unentbehrlichen Pfand für die nicht anwesende Bindungsperson werden. Wenn das Kind gelernt hat, selbstwirksam zu sein, findet es kreative Lösungen, die Angst in Schach zu halten.

Spielen

Spielen ist die lustbetonte zweckfreie Handlung des Kindes, in der es seiner Entwicklung entsprechend sich neue Erkenntnisräume erschließt. Das Kind übt spielerisch Verhalten ein, um es anwenden zu können, wenn es „ernst“ wird. So z.B. übt der Foet vor der Geburt spielerisch und lustvoll das Saugen, um es dann perfekt zu können, wenn er nach der Geburt saugen und trinken muß. Spielerisches Üben machen Kinder den ganzen Tag. Doch das bewusste Nachahmen und kleine Rollenspiele beginnen erst im 2. Lebensjahr.

Erst mit zwei Jahren spielt das Kind wirklich mit anderen Kindern, insbesondere Rollenspiele mag es. Doch zum Lernen durch Nachahmung bevorzugt es geduldige einfühlsame Erwachsenen. Es versucht sich an schwierigen Aufgaben wie Hände waschen, Kritzeln, Schneiden, beim Kochen helfen, anziehen. Es wird motorisch immer geschickter. Es kann Treppengehen, klettern, rutschen, schaukeln, rollern, Ballspielen, Türme bauen. Jetzt ordnet es auch die Steine horizontal an, baut gern Dinge in Reihen auf. Es liebt Kategorisierungen. Es hat einen großen Sinn für Ordnung und häufig genaue Vorstellungen wie etwas zu sein hat. Daraus entstehen häufig Konflikte, die für alle schwierig sind. Es gelingt jedoch feinfühligem Eltern besser, dem Kind durch liebevolle Geduld und Klarheit zur Selbstkontrolle zu verhelfen.

Starke Gefühle: Scham, Mitgefühl, Wut

Zweijährige Kinder erkunden mit Interesse ihren eigenen Körper. Ein kleiner Ratscher, der mit einem Pflaster versehen wurde, ist noch wochenlang Thema. Die Beschäftigung mit seinen Ausscheidungen wird je nach Familienkultur unterschiedlich wahrgenommen. Manche Kinder finden es sehr spannend, sich auf ein Töpfchen zu setzen und zu schauen wie ihr Pipi aussieht. Andere Kinder finden es unheimlich, dass ihr Körper etwas produziert und dieser Teil von ihnen mit der Toilettenspülung verschwinden soll. Sie bestehen darauf, eine Windel anzuziehen und hocken sich in die Ecke, um ihr großes Geschäft zu erledigen. Es macht ihnen Angst, dass etwas aus ihrer Kontrolle gerät. Einige Kinder vermeiden die Toilette aus Angst, ihren Körperinhalt zu verlieren. Auch der Kinderarzt wird häufig Zeuge des Schamgefühls der Zweijährigen. Sich ausziehen und untersuchen lassen, gelingt nur unter größtem Protest. Sobald die Kinder wieder bekleidet sind, ist alle Aufregung scheinbar vorbei.

Eingriffe im Alter von zwei Jahren – wenn das Selbst sich gerade bildet, aber noch so schwach ist, sollten wenn es möglich ist, auf einen späteren Zeitpunkt verschoben werden.

Mindestens so wie Ihr eigenes Pflaster regt eine Verletzung anderer die Zweijährigen zu Nachfragen an. Sie fangen an, sich um andere Menschen zu kümmern so wie sie es an sich erlebt haben. Wenn jemand weint, trösten sie ihn. Wenn der andere nichts hat, können sie teilen und abgeben.

Immer wieder treten Situationen auf, wo sie heftig reagieren, wenn es nicht nach ihrem Willen geht und sie sich immer weiter in eine Wut hineinsteigern, bis sie sich nur noch überfordert fühlen.

Eltern verunsichert dieser Temperamentsausbruch ihres Kindes, wenn sie nicht genug Vertrauen in die Entwicklungskräfte des Kindes haben und im Tun des Kindes nicht erkennen können, dass das Kind etwas für wichtiger hält als sie vermuteten.

Warum bloss?

Heute ist der Besuch beim Arzt blöd. Ich bin gar nicht krank. Schon im Wartezimmer soll ich unter die Messlatte und auf die Waage. Das sehe ich gar nicht ein. Ich gehe gern zu meinem Arzt, damit er mich gesund macht, aber heute bin ich nicht krank. Meine Mama merkt gar nicht, dass ich das nicht möchte. Sie zieht einfach meinen Pullover aus, obgleich ich mich weigere. Nun reißt sie mir auch noch die Hose runter. Merkt sie denn gar nicht, dass ich mich laut und kräftig wehre? Warum redet sie denn jetzt so viel? Sie sagt, „das ist doch nicht schlimm.“ Dann sagt sie: „Warum willst du das denn nicht, es tut doch nicht weh.“

Der Doktor sagt, es tut ihm in den Ohren weh, wenn ich so laut schreie. Das will ich ja auch. Er soll endlich aufhören und mich in Ruhe lassen. Mama steckt mir den Schnuller in den Mund, damit ich ruhig bin. Ich bin aber nicht ruhig. Mama ist wütend über mich, aber sie sagt es nicht richtig, nur dass ich böse bin. Der Doktor sagt zu Mama, dass es gut ist, dass ich mich nicht einfach von Fremden nackt anfassen lasse. Mir erklärt er es auch: „Ich weiß, dass Du das nicht magst, wenn ich dich hier so nackt anschau. Aber ich darf das, weil deine Mama es mir erlaubt hat und auch dabei ist. Jetzt nimmt der Arzt sein Stethoskop und hält es Mama auf den Bauch und über das Herz. Er zeigt mir wie es funktioniert. Er bietet mir das Stethoskop an, damit ich die Puppe abhören kann. Er sagt, sie hat Husten. Aber ich will nicht. Das ist bestimmt ein Trick. Ich schreie weiter. Der Arzt nimmt seine Lampe und fragt Mama, ob er in ihre Ohren gucken darf. Dann darf ich auch in ihre Ohren schauen. Danach schauen wir in meine Ohren. Und in die Ohren von der Puppe. Anschließend werden alle abgehört und ich darf mich wieder ein wenig anziehen. Wir sollen Ball spielen. Mama sagt zu mir: „Hol mal den Ball und schieß ihn.“ Ich habe dazu keine Lust. Ich möchte lieber mit dem Auto spielen. Da kommt der Ball angerollt. Der Arzt hat ihn zu mir geworfen, ich schieße ihn zurück. Der Arzt ruft „Tor“ und dann macht es richtig Spaß. Mama spielt nicht gern. Sie sagt lieber was ich spielen soll. Oder sie sagt öfter: „Paß auf“, „Das sollst du nicht“, „Das tut nicht weh“ und „Warum machst Du das?“ Da vergeht mir erst recht die Lust. Ich bin schon etwas genervt. Als sie mit dem Arzt redet, muß ich meinen Stress loswerden. Ich packe ihre Handtasche aus und finde endlich die Kekse. Mama schreit, „das sollst du nicht“, packt die Dose weg, aber gibt mir einen Keks. Ich bin sauer und zerkrümel den Keks. Mama findet das ganz dumm von mir. Sie schimpft, dass ich mich hier sehr schlecht benehme. Sie guckt ernst und ich bin traurig, dass sie mich so dumm findet. Es ist wirklich schwer, es den Eltern recht zu machen.

Sie glauben es reicht, immer wieder zu erklären, was das Kind tun oder lassen soll, und schauen es dabei freundlich an. Wenn sie sehr ungehalten sind, fragen sie das Kind, warum es sich so schlimm verhalten hat. Das Kind genießt die Ansprache, die freundliche Mimik und achtet nicht auf das, was der Erwachsene sagt. Sein Drang die Lichtschalter zu kippen war wohl so groß, weil es der unendlichen Versuchung Herrscher über Licht und Dunkel zu sein, nicht widerstehen kann, so dass die Signale des Erwachsenen keinerlei Bedeutung für es haben. In seiner glücklichen Aktivierung des nonverbalen Gehirns macht es gerade enorme sinnliche Erfahrungen. Unvermutet schreckt es auf als der Erwachsene es anbrüllt, schüttelt, schlägt. Das Kind ist zu Tode erschreckt, weint, wendet sich ab oder wehrt sich in seiner Angst.

Aus einer lustbestimmten Gehirnaktivität ist es zu einem unerträglichen Frustrationserlebnis gewesen, die gesamte nervliche Organisation bricht zusammen, das Kind kann in seinem chaotischen Empfinden nur um sich treten, schreien, beißen. Was es dann erfährt ist durch die darauf folgende Reaktion der Erwachsenen Liebesentzug. Es hat die Kausalität nicht miterlebt, es fühlt sich abgelehnt, sein Selbstwertgefühl leidet.

Was hätte der Erwachsene tun können? Eine Vielzahl von Möglichkeiten hätte er gehabt. Er hätte sich sagen können, das mit dem Lichtschalter sei so elementar wichtig, dass er dem Kind ein für alle mal begreiflich machen möchte, dass es das nicht fortsetzen solle. Er hätte dazu von vorneherein mit dem Kind ernsthaft das Problem angehen sollen, indem er es ernst anschaut und mit fester Stimme und klarer Mimik sagt, dass er möchte, dass das Kind nicht den Lichtschalter kippe. Er hätte abwarten sollen, ob das Kind ihn ernst genug nimmt, ob ein Vertrag auszuhandeln ist. Dann hätte er freundlicher aber immer noch bestimmt das Kind einladen sollen zum gemeinsamen Tun wie Wäschelegen, etwas Schleppen oder Fegen und in diese Tätigkeiten das Imitationsinteresse des Kindes binden. Beide hätten die Grenzen geachtet. Er hätte auch humorvoll reagieren können und benennen was das Kind macht, z.B. „Hell“ „Dunkel“ wie ein Zwischen Dir und mir ist ein dritter Raum, ein wundervoller Beziehungsraum, den wir mit Symbolen wie Sprache und Kreativität anfüllen können. Damit werden wir fitter für das Leben mit unseren Kindern und die Kinder fitter für das Leben mit uns und den Herausforderungen künftiger Generationen.

Beim nächsten mal wird das Kind bei der Versuchung mit dem herausfordernden Lichtschalter vielleicht widerstehen können, aber seine Eltern mit einem schelmischen Grinsen noch mal testen. Wehe, wenn sie dieses übersehen...

Das Kind mag die Feinheiten der Kommunikation, den Zwiegesang. Die Beziehung ist dem Kind wichtiger als die Macht über den Lichtschalter. Der Erwachsene hätte die Situation auch lösen können, indem er sagt, „das Licht brauchen wir jetzt nicht mehr, wenn wir beide aus dem Zimmer gehen.“

Kinder spielen, Erwachsene gehen nicht spielerisch mit Kindern um, weil sie kleine Ungeheuer in ihnen vermuten und Angst vor ihnen haben. Sie haben Angst vor ihrer Ohnmacht und üben die Kehrseite der gleichen Medaille aus : Macht. Dabei gehen sie über ihre eigenen Grenzen und Wüten, weil sie sich nicht anders abgrenzen können.

Die Erziehungskunst ist das Maß zu finden.

Hierbei kommt den Bezugspersonen des Kindes große Verantwortung zu, da auch sie ebenso wie ihr Kind eine große Lernbereitschaft mitbringen sollten, um die Signale ihres Kindes richtig deuten zu können.

Je sicherer sich ein Kind gebunden weiß, umso gelingender ist seine Selbstständigkeitsentwicklung und seine Lernbereitschaft nicht nur in kognitiver sondern vor allem auch in sozialer Hinsicht. Angemessenes feinfühliges und promptes Verhalten der Bezugspersonen verhilft den Kindern zur Selbstregulation und führt nicht zur Verwöhnung der Kinder. Auf dem Boden einer verbindlichen, zuverlässigen und durch Rituale gefestigten Beziehung erreichen Kleinkinder die Meilensteine der Entwicklung in einem ihnen angemessenen Tempo und erwerben das Fundament zu einem guten Selbstbewusstsein, das durch das ganze Leben trägt.

In seinem Buch „Wie aus Kindern glückliche Erwachsene werden“ beschreibt Gerald Hüther die 4 Kernkompetenzen für eine gute Entwicklung besonders in den ersten drei wichtigen Jahren ist:

-Vertrauen -Begeisterung -Aktivität -Verantwortung

Diese Kompetenzen entwickeln sich wenn die Geborgenheit und der Forscherdrang im Gleichgewicht stehen. Humorvoll führt uns das der Film „Ein Leben beginnt“ vor.

So tastend und ergreifend auf die Welt zu zugehen, ist uns allen in die Wiege gelegt.

Es liegt schon im Wort Erziehung der große Irrtum. Wir müssen nicht die Kinder aus dem dunklen Erdreich ans Licht ziehen. Ihr Keim ist so angelegt, dass sie sich mit der richtigen Versorgung mit Geborgenheit, Zuwendung, sozialer Anerkennung und Lernmöglichkeiten zu selbständigen glücklichen Menschen entwickeln. Wie im Samenkorn enthält der Keim bereits alle Entwicklungsmöglichkeiten der fertigen Pflanze.

Kinder nehmen Schaden, wenn Erwachsene ihren Entwicklungsmöglichkeiten nicht trauen und ihnen nicht genügend Freiräume zur Verfügung stellen, denn **jedesmal wenn wir einem Kind etwas beibringen, hindern wir es daran, es selbst zu entdecken.**

Das Ziel der Edukation, der Pflege der uns anvertrauten Kinder, besteht darin, das Kind solange es von Erwachsenen abhängig ist, so gut es geht zu beschützen und so früh es geht, es seinen Entwicklungsmöglichkeiten entsprechend in seiner Eigenständigkeit, Individualität zu fördern. Glücklich sein, bedeutet Wohlbefinden, Ausgeglichenheit und Übereinstimmung mit den eigenen Bedürfnissen und Interessen.

Erfolgreiches Lernen ist nur möglich mit Lust, von Hirnforschern auch „motivationales System“ genannt. Sich und die Welt ganzheitlich zu erfahren, ist die Basis für alles.

Das zwei- und dreijährige Kind braucht zur Orientierung die aufmerksame Zuwendung durch seine Bezugspersonen. Dieser vergewissert es sich, indem es gern am Rockzipfel hängt oder auf den Arm möchte. Erst mit drei Jahren befähigt es auch die „psychische Geburt“ (Mahler) mit einem Bewusstsein seiner Selbst sicher in die Welt hinauszutreten.

