

Die Bedeutung der Wärme für die Willensentwicklung des Kindes

Vortrag von Christoph Meinecke zu den 17. Internationalen Arbeitstagen Anthroposophischer Kunsttherapien: „In der Wärme kann I C H sein“ - Die Wärme als therapeutische Qualität bei demenziellen Erkrankungen und Aufmerksamkeitsdefizit-Syndrom vom 8. - 11. Januar 2015

Liebe Freunde, Guten Morgen!

Vielen Dank für die Einladung hierher. Ich bin jetzt natürlich hier ein bisschen hereingeschneit und etwas angeschlagen, wie Sie merken. Das macht es beides nicht unbedingt leichter. Aber ich freue mich sehr, auch nur so kurz diese Tagung zu erleben und bin wirklich auch sehr beeindruckt, wie groß diese Tagung ist.

Das Thema ist die Wärme und ihre Bedeutung in der Willensentwicklung des Kindes. Es war die Anfrage, dass ich etwas erzähle auch von unserer Arbeit, die wir im Familienforum Havelhöhe in Berlin machen. Das versuche ich mit anklingen zu lassen. Das Familienforum ist eigentlich entstanden aus einer Jugendstation im Gemeinschaftskrankenhaus Havelhöhe, die es heute leider nicht mehr gibt. Aber, wo wir uns natürlich die Frage gestellt haben: Was brauchen eigentlich Familien heute? Auf diese Station wurden diese verhaltensgarstigen Kinder geschickt. Auch viel von Waldorfschulen. Das war das Schöne, dass wir so eine Station eine Zeitlang dort hatten. Und es war immer die Frage: Gut, was brauchen nun diese Kinder? Und auch wurde schnell deutlich, was brauchen eigentlich die Familien.

Außerdem haben wir das Schöne, dass wir im Gemeinschaftskrankenhaus Havelhöhe eine sehr lebendige Geburtshilfe haben, dort werden viele Kinder pro Jahr geboren, und die darf ich auch immer in Empfang nehmen und die jungen Familien dann dort begrüßen. Und auch da ist dann die Frage: Was wollen wir den Familien eigentlich so auf den Weg geben? Und aus allen diesen Fragen heraus ist das Familienforum entstanden. www.familienforum-havelhoe.de das ist die website – wer da hineinschauen möchte. Aus Gewichtsgründen habe ich keine Flyer mitgebracht. Wir versuchen dort ein präventives Angebot zu machen. Also auch Familienbildung. Wir haben Elterntrainings entwickelt, Stress-Management-Module gibt es jetzt dort, wir haben verschiedene Referenten, und wir haben auch aufsuchende Familienhilfe, das heißt, wir helfen auch wirklich Familien in schwierigen kritischen Situationen. Außerdem haben wir seit einigen Jahren noch die Leitung des Emmi-Pikler-Hauses übernommen. Das ist ein Heim für 0 bis 6-jährige Kinder ohne Eltern, bzw. von den Eltern herausgenommen. Das fußt auf Waldorf- und Pikler-pädagogischen Grundlagen. Und daraus schöpfen wir sehr. Aus der Pikler-Pädagogik in der Verbindung mit der Waldorf-Pädagogik.

Ja, zunächst nochmal beginnend mit dem Thema. Wille und Wärme. Ich habe mal ein Zitat gelesen, leider nicht mehr gefunden, von einem betroffenen Älteren, der dann zurückgeschaut hat und der dieses Erlebnis hatte, als ADSler ...wie man sie heute bezeichnet, oder ADHSler, oder hyperkinetische Kinder. Dass sie eigentlich immer anecken ...also irgendwie ist es nie so recht, was sie machen. Es ist nicht so, dass sie sich nicht bemühen würden, dass sie es nicht versuchen würden, aber es scheint nicht richtig anzukommen. Und das ist etwas ganz Wesentliches. Wir merken ja, wenn wir mit diesen

Kindern arbeiten, dass sie mit sich selber primär gar kein Problem haben. Eigentlich. Eigentlich sind es in der Regel erst mal sehr zufriedene, sehr interessierte, sehr aktive, sehr fantasievolle, kontaktfreudige Kinder. Naturfreudig. Und dann erleben sie an der Umwelt, dass sie nicht so beliebt sind, dass sie irgendwie die Dinge nicht so richtig machen. Dass sie manchmal zu grob sind, dass sie sich nicht konzentrieren können, wo es von ihnen erwartet wird usw. Und dann wissen wir, was nämlich wirklich relevant ist für die Prognose dieser Kinder. Es setzt ein Prozess ein, wo sie an ihrem Selbstwertgefühl so zu sagen zu knabbern beginnen. Und für die Long-Life-Prognose, also für das Long-Life-Outcome, was später aus den Kindern wird, dafür ist entscheidend, ob sie in dieser schwierigen Zeit der Schule - denn das ist das größte Handicap für diese Kinder letztendlich -, ob sie in dieser schwierigen Zeit der Schule ihr Selbstwertgefühl erhalten dürfen. Das ist das aller Entscheidende. Und darauf ist natürlich dann wesentlich zu schauen.

Dieses Zitat ist so: „*Ich hätte ja können wollen, wenn ich wollen könnte*“. Ich hätte ja können wollen, wenn ich wollen könnte. Gut, man denkt: Wille ist ja eigentlich immer da. Also, wir sprechen ja von starkem Willen, oder willenschwachen und willensstarken Kindern. Aber die Willenskraft, die ist uns allen primär erst gegeben. Die ist einfach da. Das sehen wir beim Baby. Wenn man fragt: Ja, wo erlebe ich denn den Willen? Da sagt Rudolf Steiner: Überall dort, wo Bewegung ist. Wo Veränderung ist. Wo sich was tut. Da ist Wille. Und was hat das mit der Wärme zu tun? Das ist wahrscheinlich auch schon gefallen. Feuer ist wirkender Wille. Wenn wir Feuer sehen, dann sollen wir uns eigentlich immer vorstellen: Wirkender Wille! Also die Wärme hat natürlich ganz stark mit dem Willen zu tun. Der Wille ist also da. Man sieht es an den Neugeborenen. Die bewegen sich – wild drauf los. Und an der Bewegung können wir schon den Willen studieren. Auch die Nebenübung ist ja eine Tat-Übung, die Willensübung. Also, es geht letztendlich darum, sich in Bewegung zu setzen. Sich bewegen, tun. Und das Neugeborene tut erst mal. Von sich aus. Wir merken also, die Bewegung ist die Willenskraft. Die ist angelegt beim Menschen. Es ist eine Gabe, eine Begabung. Und das Entscheidende ist – wir lernen diese Willenskraft zu führen. Das ist die Aufgabe: die Führung der Willenskraft. Und Eines könnten wir ja sagen: Bei den ADS-Kindern ist es so - ich sage jetzt ADS-Kinder, man könnte auch ADHS-Kinder sagen, oder wie auch immer ... Sternenkinder oder sonst wie - sie haben eine Schwierigkeit in der Führung. Und zwar in der Führung sowohl der Aufmerksamkeit, wie auch der Bewegung, der Willensfähigkeit. Also ist die Frage: Wie kommen sie in diese Führung? Und da wissen wir, dass sie eben einen späteren Reifungsgrad der Selbstführung haben. Wir können es auch Selbstregulation nennen. Und dass sie vor allen Dingen in der Umgebung Geduld brauchen in dieser Zeit, in der sie das lernen. Das sehen wir schon beim kleinen Kind. Wenn es dann natürlich diese Aufrichte endlich geschafft hat, dann merken wir, ist da eine Führungskompetenz, eine Errungenschaft, dass alle Muskeln, alle Bewegungsmöglichkeiten, die die Muskeln eigentlich haben, in ein immer stabileres Gleichgewicht kommen. Also selbst unsere Aufrichte ist ja eine ständige Willensleistung, weil wir immer in Bewegung sind, wenn wir stehen. Ganz feine Bewegungen.

Also, das Kind lernt... Wie lernt es? Es lernt an den Folgen seiner Handlung. Es lernt immer mehr die Bewegungsimpulse zu richten, zu führen. Wenn wir schauen, wie fängt das Kind eigentlich an zu spielen. Was machen sie? Wie spielt das Kind als Erstes... Ja genau, im ersten Lebensjahr da spielt es vor allen Dingen erstmals mit sich selbst. Und da ist uns immer ganz wichtig, dass das Kind diese Zeit hat, dass es ersteinmal im Spiel sich selbst erobern darf, dass wir es nicht ablenken mit allen möglichen Animationsveranstaltungen, die heute ja so viel schon die Babyzimmer durchziehen. So können wir die Eltern anregen, schaut zu, wie das Kind sich selber entdeckt, sich selber eigentlich immer besser kennenlernt. Das erste Lebensjahr ist besonders stark davon geprägt, sich selbst gut

kennenzulernen. Man sieht zunächst, wie das Kind beginnt, sich ins Gesicht zu kneifen. Und immer wenn das Kind einen Teil des Körpers errungen hat, dann setzt es diesen Körperteil auch ein. Das ist das Schöne. Und die Eltern kriegen Mut, wenn man sie darin begleitet werden einfach zu beobachten, wie ihr Kind zu sich kommt. Nachdem das Gesicht erobert ist, beginnt das Kind zu lächeln. Und es kneift sich nicht mehr ins Gesicht. Es benutzt jetzt das Gesicht, den Kopf. Dann kommen die Hände, dann die Füße dran und werden erobert. So ein Halbjähriger jauchzt vor Lebensfreude, wenn er den Fuß in den Mund steckt, an den Zehen nuckelt und so umher kollern kann. Also, wir sehen genau: das Spiel beginnt zunächst einmal mit sich selbst. Es hat mit Selbstwahrnehmung und Lebensfreude zu tun.

Dann wendet sich das Kind dem dinglichen Spiel zu. Und was ist dann so mit eins, anderthalb Jahren? Was machen die Kinder da am liebsten? Runterschmeißen, umkippen, kaputtmachen. Also das dingliche Spiel des Kindes beginnt eigentlicherstmal destruktiv. Das ist interessant. Wir bauen den Turm auf, und es schmeißt ihn um. Voller Freude! Ja, voller Begeisterung! Abräumen, runterschmeißen, und wir heben wieder auf. Wir bauen wieder auf. Das Kind lernt natürlich auch am Vorbild, und jetzt lernt es eben an den Wirkungen seiner Taten. Das ist das Interessante. Ich sage das deshalb so, weil sehr schnell oft ein falscher Umgang mit den Willensimpulsen des Kindes erfolgt. Denn es steckt den meisten Menschen noch so in den Knochen: der Mensch – das Kind – ist eigentlich ein wildes Wesen. Ein wildes triebgesteuertes Wesen, tierähnlich sozusagen. Und jetzt geht es darum, den Willen zu formen (um nicht sogar sagen zu müssen: zu brechen). Das heißt also, die Willensimpulse des Kindes müssen gezügelt werden. Und das beginnt dann eben in einer Pädagogik, die wir verneinende Pädagogik nennen oder reglementierende Pädagogik, die nichts mit gesunden Grenzsetzungen zu tun hat. Die bewirkt aber ein großes Problem. Nämlich, dass das Kind das Gefühl bekommt: meine Willensimpulse sind nicht richtig. Beispielsweise können wir bei den Krabbelkindern beobachten: sie krabbeln durch die Wohnung und nähern sich einer Steckdose. Oft wird dann gerufen: Nein! Nein, lass das! Das ist gefährlich! Nein! Lass das! Oder: manchmal hauen sich die Kinder gegenseitig mit Klötzen über die Köpfe. Das haben wir auch in unseren Spielraumgruppen nach Emmi Pikler. Da lernen sich die Kinder gegenseitig kennen. Und da wird schon mal ausprobiert: wie ist das, wenn ich jemandem den Klotz auf den Kopf haue. Und jetzt ist die große Frage, wie begleiten wir das Kind in der Weise, dass es nun lernen kann, dass wir uns nicht wehtun wollen. Und da ist nun das Entscheidende, das Kind in diesem Lernprozess positiv zu begleiten. Nicht, dass wir finden, dass das Wehtun gut ist. Sondern es ist wichtig, dass dem Kind ins Erleben gebracht wird, was seine Tat bewirkt. Es ist unglaublich, wie wirksam das ist. Das gleiche erleben wir im Emmi-Pikler-Haus, wo wir ja wirklich garstigste, weil traumatisierte Kinder zugewiesen bekommen. Da kommen also „kleine Monster“ zu uns. Wenn wir die Berichte lesen: Zwei-, Dreijährige, die beißen, schlagen, schlafen nicht, essen nicht, machen alles kaputt, wurden eingesperrt. Mit drei Jahren eingesperrt! Weil sie in ihren Willensimpulsen offenbar gefährlich scheinen. Und nun tritt eine ganz andere Haltung ein, dass man nun nicht Druck aufbaut, nicht mit Strafen oder gar mit Verbalisierungen arbeitet, sondern jetzt geht es darum, wenn eine übergriffige Handlung passierte, dem Kinde die Wirkung seiner Handlung erlebbar zu machen. Und da gilt ein ehernes Gesetz: wenn ein Kind jemandem wehgetan hat, dann bekommt nicht dieses Kind die sofortige Aufmerksamkeit. Sondern wem gebührt diese Aufmerksamkeit? Ersteinmal dem Opfer! Ja! Man tröstet zunächst das Opfer. Dabei spricht man zu ihm, einfach nur beschreibend: *Aua, das hat wehgetan. Das tut weh.* Und dann geht man zu dem Täter. Und sagt: *Paul das hat ganz wehgetan.* „Das hat wehgetan“ gibt einen Raum, einen offenen Raum. Man sagt nicht: „Du hast wehgetan. Du

hast Anna wehgetan. Das macht man nicht. Das ist böse. Wir tun uns nicht weh.“ Wenn Sie jetzt mal auf sich achten, ja wenn wir diese verneinende, reglementierende, ermahnende Sprache verwenden, wenn wir so einen Menschen ansprechen... was passiert mit seinem Wärmehaushalt? Er zieht sich zusammen. Es wird kühl und frostig in dem Menschen. Wenn wir uns aber liebevoll den Kindern zuwenden, wenn wir über das Mitgefühl die Wärme und über die sachliche Beschreibung das Licht hineinbringen, dann wird ein freier Raum geschaffen, in dem sich Kinder in ihrer freien Willensführung entwickeln können, dann entstehen Selbstführungskompetenzen.

Also, wir hatten da einen Jungen. Der kam mit dreieinhalb, hat alle geschlagen, die ihm in den Weg kamen. Nun, mit sechs Jahren müssen uns die Kinder ja verlassen. Und so saß er eines Tages, kurz bevor er ging, in einem Spielplatz im Sandkasten und da kam ein fremdes Kind, nahm die Schaufel und gab ihm eine auf den Kopf. Drei Jahre vorher wäre das Kind aufgesprungen, hätte sich vergessen, wäre in Rage auf diesen Angreifer zugegangen und da wäre eine heftige Schlägerei entstanden. Nun saß das Kind dort und sagte ruhig: *Das geht nicht*. Das ist doch phantastisch! Oder? Dann kam der „Angreifer“ nochmal, er probierte es nochmal, aber schon weniger stark. So eine Reaktion hatte er wohl nicht erwartet. Er wollte es natürlich nochmal ausprobieren, nur etwas leichter - und dann hörte er wieder das Gleiche von dem getroffenen Kind: *Das geht nicht*. Und die Kinder gingen auseinander und jeder seines Weges auf diesem Spielplatz. Wunderbar! Da lernen wir immer wieder, welche Entwicklungskompetenzen in den Kindern stecken. Und dass eigentlich jeder Mensch primär mit seinem Willensmenschen bemüht ist, ich möchte mal sagen, den richtigen Weg zu finden. Das heißt, seine Lebensaufgabe zu finden und aus ihr heraus mit seinen Willensimpulsen zu wirken... Das ist ja das, was wir diesen Kindern geben wollen: den Rahmen, der ihnen die Möglichkeit gibt, dies zu lernen. Und Rudolf Steiner hat ja, als er über die ersten drei Lebensjahre gesprochen hat, an einigen Stellen gezeigt, wie wichtig es ist, dass das Kind gerade beim Laufen lernen, beim Gehen lernen, die richtige pädagogische Umgebung hat. Und was braucht das Kind beim Laufen lernen in seiner Umgebung? Wer weiß es? Liebe. Wärme. Positive Begleitung. Und er sagt dann, dass ein Kind, das lieblos laufen lernen muss, das unter Zwang laufen lernen muss - nun, dazu gehört schon, wenn ich als Kind mit der Hände-Hoch-Haltung von jemandem durch die Gegend geführt werden muss obwohl ich eigentlich noch nicht laufen kann; dazu gehören auch diese ganzen „Geh-Frei-Apparaturen“ und so weiter. Es gibt eine internationale Kita-Kette, da gehört es zum Programm, dass alle unter Einjährigen solche Dinge haben, weil man denkt, sie könnten so doch früher zur Selbständigkeit und Selbstbestimmung kommen. Es müsse doch frustrierend sein für ein Krabbelkind nur auf dem Boden rumkriechen zu können und es würde doch viel schneller lernen, wenn es die Möglichkeiten des Lernens hätte wie ein aufrechtes Kind - also wenn nun Zwang beim Gehen lernen auftritt, dann, sagt Rudolf Steiner, wirkt das auf die Gesundheit des ganzen Lebens dieses Menschen. Nicht nur auf die seelisch-geistige Gesundheit, sondern bis ins Physisch-Körperliche hinein. Das gilt nun aber auch für die ganze Bewegungsentwicklung des Kindes. Das können wir erweitern auf gesamte Willensschulung. Wenn diese unter Zwang geschieht, ohne Wärme, ohne Liebe in der Umgebung, dann führe dies zu Stoffwechselkrankheiten im späteren Leben, was dann mit 50 oder 60 Jahren auftritt und zurückzuführen sei auf diese frühe Zeit. Vielleicht dazu kurz hier aus „Gegenwärtiges Geistesleben und Erziehung“, GA 307, 6. Vortrag, Ilkley, 10. August 1923: *Nehmen wir ein Kind, das durch allerlei äußere Zwangsmittel, weil man dieses für richtig hielt, zum Gehen, zum Orientieren im Raume angehalten worden ist. Und nun betrachten wir dieses Kind dann wieder in seinem fünfzigsten Lebensjahre, zwischen dem fünfzigsten und sechzigsten Lebensjahre, und wir werden unter Umständen, wenn nichts anderes im Leben dagegen gewirkt hat, dieses Kind, wenn es das fünfzigste,*

sechzigste Lebensjahr erreicht hat, mit allen möglichen Stoffwechselkrankheiten, die es nicht beherrschen kann, behaftet sehen, mit Rheumatismus, mit Gichterscheinungen und so weiter.

Und dann weiter: *...wenn Sie mit einer innigen Liebe auf dieses wunderbare Geheimnis des Menschenorganismus hinsehen, der aus der horizontalen Lage in die vertikale übergehen kann, wenn sie das religiöse Gefühl haben, in scheuer Ehrfurcht den schaffenden Götterkräften gegenüberzustehen, die hier das Kind hinorientieren in den Raum, wenn Sie, mit anderen Worten, als der Hilfeleister beim Gehen, beim Orientierenlernen dastehen als derjenige, der die menschliche Natur in dem Kinde innig liebt, indem er jede Äußerung dieser menschlichen Natur mit Liebe als der Hilfeleister verfolgt: dann erzeugen Sie in dem Kinde gesundende Kräfte, die sich gerade in einem gesunden Stoffwechsel ... zeigen*

Alles pädagogische Tun wirkt bis ins Physische hinein beim Kind.

Hier möchte ich jetzt mal eine kleine Demonstration machen und brauche einen Freiwilligen. Eine freiwillige Persönlichkeit. ... (eine Dame stellt sich zur Verfügung) ...Wenn Sie sich hier hinsetzen, bitte. Also, ich werde ihr jetzt die Hände waschen. *Bin ich erwachsen oder ein Kind?* Erwachsen, einfach so wie Sie sind. Und jetzt werde ich ihr die Hand waschen. Warmes Wasser. Zu heiß? Es geht, oder? Und dabei kann ich mich vielleicht ein bisschen mit Ihnen unterhalten (schaut dabei in den Saal) ...so, ...fertig. (Lachen im Saal.) Die Hand ist jetzt gewaschen, ...sauber (Lachen im Saal), und die andere Hand kommt auch noch dran. (Lachen) Wie heißt Du? *Helga*. Helga, ich möchte Dir gerne die Hand waschen. Ja? Ich habe hier eine Schale mit warmem Wasser. Darf ich Deine Hand nehmen? *Gerne*. Geht's? *Hm....* Ist das schön? *Oh, ja!* Oh, das ist sehr warm, das Wasser. *Doch es geht, grad recht*. Nehmen wir sie nun raus? *Habe ich nicht noch eine Dritte?* Vielleicht. Kann sein, dass da noch eine Dritte etwas braucht. So, jetzt warten wir noch ein bisschen. Jetzt trocknen wir sie ab. So, bitte schön. Jetzt darfst Du beide Hände mal hier hinlegen. Ja, lausche mal ein bisschen in Dich hinein. Kannst Du etwas fühlen? *Ich war nicht da. Ich habe mich selber fremd erlebt und selber abgekoppelt eigentlich. ... Also ich bin in meiner linken Hand anwesend, in Wärme, das ist die Hinwendung, die Zuwendung, in der rechten Hand war ich wie abgekoppelt*. Und kannst Du auch etwas in der Temperatur fühlen? Einen Unterschied. *Ich spüre meine linke Hand viel mehr als die rechte. Ich habe eigentlich kaum Empfinden in der rechten Hand im Moment*. Schau mal, ob es sich noch auf deinen Körper auswirkt ... *Ich war natürlich in einer ganz anderen Haltung die beiden Male, das eine Mal war ich eben auch steif. Und das andere Mal war ich als Ganzes in Belebung von dieser Handlung. Berührt*. Geht es mit der Hand? *Ja, natürlich*. Oder braucht die noch eine Heilung? Danke schön.

Ja, manchmal braucht so eine Hand noch eine Heilung. Es ist eine sehr einfache und sehr elementare Übung. Und plötzlich merken wir, auch bei uns Erwachsenen wirkt es sich körperlich aus. Diese Übung machen wir auch mit den Eltern, in den Kursen oder in familientherapeutischen Situationen, dort, wo es so sehr um den Ton geht, um die Art, wie man miteinander umgeht zu Hause, - das ist schon unglaublich wie tief diese Übung berührt, gerade wenn man es selbst erlebt. Und deswegen muss man es mit Vorsicht machen, weil es manche Menschen tief erschüttern kann. Weil man eine Kälte erlebt, die tatsächlich richtig ergreifen kann und es ist dann auch wirklich so: eine Körperseite fühlt sich kalt und die andere warm an. Ja, da sehen wir tatsächlich, was gestern Abend hier auch erwähnt wurde: Die Wärme, die zwischen uns Menschen entsteht, dass sie doch Voraussetzung hat, nämlich eine Zuwendung als Mensch. Das heißt, Zugewandtsein, Einfühlungsvermögen - Feinfühligkeit nennen es die Psychologen heute. So kann die zwischenmenschliche Wärme

entstehen. Wie oft sind wir im Familienalltag nur damit beschäftigt, die Dinge zu organisieren und den Kindern irgendwelche Kommandos zu erteilen. Und das ist gerade bei den Kindern, bei denen es dann schwierig ist, umso schlimmer. Denn die kriegen noch mehr Kommandos erteilt. Und frostig in der zwischenmenschlichen Beziehung wird es auch ganz schnell, wenn wir dann Urteile fällen über das Kind. Entwertungen rutschen einem über die Lippen. *Ich hab dir das schon tausend mal gesagt. Wie bekloppt muss man eigentlich sein... Geht es denn nie in deinen Kopf hinein?... Das nervt ja furchtbar...* usw. Also, diese Bewertungen der Person. Das ist ein ganz großes Problem. Und es ist erst mal allen klar, dass man lieb miteinander umgehen soll, ja. Aber, es ist eben tatsächlich ein Schulungsweg nötig, damit man gemeinsam so einen Stil pflegen kann. Und das Interessante ist, wenn man es früh anlegt, wenn die Kinder merken, ich bin respektiert, ich bin einbezogen, Dinge werden angekündigt usw., dann lernen sie es ganz natürlich.

Die Kommunikation ist natürlich ganz wichtig. Wie spreche ich mit dem Kind? Darauf hat uns ja Emmi Pikler hingewiesen: kongruent. Das heißt also, die Gestik, die Mimik, die Intonation, die Sprache klingen zusammen. Ja, ich kann in der gleichen Zeit die Hand waschen, mache das äußerlich alles in Ordnung. Ich war nicht mal böseartig oder so, aber es war sozusagen in sich nicht stimmig. Ich habe eine Pflegehandlung gemacht. Das ist eine Pflege des Körpers und habe mich gleichzeitig mit etwas anderem beschäftigt. Wenn man schon sagt: *Na, komm mal mein Freundchen!; so mein Lieber, jetzt aber zügig!...* Na, da merkt man sofort, da ist was unstimmig. Und das merken die Kinder auch. Und das verletzt sie eben tatsächlich. Das heißt, es geht wirklich darum, zu schauen, dass die Kinder eben nicht weiter traumatisiert werden, nicht weiter verletzt werden, sondern dass sie einbezogen sind. Dass wir also eine Kommunikation üben, wo sie sich gesehen fühlen. Bei den Neugeborenen im Bindungsaufbau, bei den Säuglingen, da hat man gut studiert, was für eine Kommunikation da wichtig ist. Eine liebevolle Sprache, mit Blickkontakt, Augengruß und lächelnden Gesichtern fördert den Bindungsaufbau, fördert zwischen-menschliche Wärme. *Heitere Mienen des Erziehers*, sagt Rudolf Steiner, *nähren die Organe des Kindes*. Gestern haben wir gehört, wie die Organe des Kindes aus der Wärme heraus sich bilden. Wir können jetzt unmittelbar sehen, wie wichtig diese zwischenmenschliche Wärme tatsächlich für die Willensentwicklung des Kindes ist. Das ist also ein wesentlicher Aspekt, der uns in der Arbeit im Familienforum und im Emmi-Pikler-Haus begleitet. Es ist natürlich wichtig, dass man nicht mit Moral predigt, auf die Eltern oder Erzieher losgeht, sondern, dass man sie in solche Übungen führt, dass man sie anleitet, und dass wir als Vorbild wirken. Deswegen sind ja diese Emmi Pikler – Spielraumgruppen auch so wirksam, weil - sie sind eigentlich Lernräume für die Eltern: Wie kann man mit Kindern umgehen, dass sie diesen Freiraum der Entwicklung haben?

Ja, dann haben wir natürlich noch andere Aspekte zu berücksichtigen, im Hinblick auf Wärme und Umgang mit zum Beispiel ADHS-Kindern. Da haben wir ein wesentliches Bild, auf dem wir immer aufbauen bei uns im Familienforum. Das kennt vielleicht der eine oder andere schon, das sehr hilfreich ist. Nämlich wenn wir anschauen - wir haben jetzt schon stark auf die Beziehung geschaut, die diese Kinder brauchen - die zwischenmenschliche Beziehung, die Bindung an Hauptbezugspersonen, die zwischenmenschliche Wärme, wie entscheidend sie ist. Und es ist sozusagen bei diesen Kindern, eigentlich müsste man sagen, die erste Therapie, dass wir die Beziehung, die Bindung zu ihren Eltern stärken. Denn wenn ein Kind lernen darf: *mein Verhalten ist nicht immer okay. Mein Verhalten ist nicht immer okay*. Wir üben am Verhalten. Das ist ganz klar! Wir zeigen dem Kind schon, was okay ist und was nicht. Aber die Person ist nicht in Frage gestellt. Wenn wir Bewertungen der Person geben: *Du bist so blöd. Du bist zu spät. Du bist aggressiv. Du bist impulsiv*. Ja, dann

identifiziert das Kind seine Person mit seinem Verhalten. Und wir wissen ja, dass z.B. auch Kriminelle das Kriminell-Sein so stark in ihre Persönlichkeitsgewohnheit aufgenommen haben, dass - weil ihnen immer gesagt worden ist: *Du bist kriminell. Du bist aggressiv.* - sie gar nicht mehr anders können. Sie erleben sich selber nur richtig als Menschen wieder präsent in sich, wenn sie irgendwo eine Grenze übertreten, die eigentlich gesellschaftlich gar nicht geht.

Und vielleicht noch ein Aspekt, den ich nachtragen möchte zu dieser Beziehungs-, Bindungsebene im Umgang mit aggressivem Verhalten: Aggression ist ja primär eine positive Kraft. Das haben wir schon gesehen. Es ist ja Willenskraft. Nun ist es wichtig zu wissen: Aggressives Verhalten im späteren Alter ist eigentlich immer Folge von Frustration. Also, es ist gar nicht so groß die Frage, wie wir mit Aggression umgehen, sondern es ist vielmehr die Frage, wie wir mit Frustration umgehen. Mittlerweile gibt es ja tolle Untersuchungen. Man hat herausgefunden, dass aggressives Verhalten viel weniger auftritt, wenn ein Kind frustriert sein darf, wenn es seinen Frust äußern darf, wenn das nicht sofort korrigiert werden muss, sondern von Seiten der Erwachsenen eine Stimmung der Akzeptanz aufgebaut wird. Es ist ja auch wirklich blöd, wenn meinetwegen ein Freund mit einem nicht spielen will. Wenn das Kind lernt: *Du darfst frustriert sein.* Das Leben muss nicht immer super laufen. Da ist man nicht immer auf der Gewinner-Seite, man muss nicht immer die besten Noten haben. Es geht auch immer wieder was schief. Also, wir wissen, Super-Aggressionsprophylaxe ist: mit Niederlagen, Missgeschicken, Frustrationen umgehen zu lernen. Und sie zu integrieren in unser Menschenbild. Dass das zum Lernen genauso dazugehört. Also wunderbar. Das hat uns nochmal unglaublich geholfen eigentlich, dieser Gesichtspunkt in der Begleitung der Eltern und auch der Kinder. Und ich weiß noch selber, wenn so unsere Kinder zu uns kamen, haben wir anfangs immer probiert: *Ach, das ist ja nicht so schlimm, guck mal, da ist doch das schön und das, ach, da braucht man sich darüber nicht aufzuregen!* Dann wurden die Kinder noch ärgerlicher, noch unglücklicher, unzufriedener. Und wenn man dann noch sagt: *Mach es doch so,* - also gleich eine Lösung geben, wird es noch schlimmer. Oft wollten die Kinder einfach nur ihren Frust loswerden, gerade in der Pubertät. Ganz wichtig! Und keine Antworten, wie sie es besser machen sollen. So haben wir gelernt einfach nur zu sagen: *Mensch, das ist auch wirklich....(ich sage das Berliner Wort lieber nicht), das ist wirklich blöd! Da kann man auch traurig sein. Komm, ich nehme dich in meinen Arm. Ach komm. Mensch, das ist auch wirklich blöd.* Das ist eben auch menschliche Wärme. *Du musst nicht brillieren, du musst nicht top sein. Du musst nicht der Beste sein.* Das ist aber ein großes Problem in der Schule, wenn die Schüler vom Abi-Druck ergriffen worden sind. Da müssen sie ja gut sein - denken sie - damit sie anerkannt sind, damit sie etwas erreichen im Leben, usw.. Wir haben gerade gestern darüber gesprochen, wie durch die Schule viele Kinder gestresst sind.

Was uns auch hilft in unserer Arbeit, ist, wenn wir auf das ankommende Kind schauen, das Bild von den drei Inkarnationsorten, die das Kind eigentlich auf der Erde aufsucht. Drei Heimaten muss der Mensch eigentlich auf der Erde finden, an drei Orten auf der Erde gut ankommen. Welche sind dies? Was meinen Sie? Welche Lebensorte haben wir aufgesucht als inkarnierende Wesen auf der Erde? *Der Körper.* Also, das ist ja wichtig. Das Kind muss in seinem Körper gut ankommen können. Und wir wissen, dieses *gut im Körper ankommen können* ist Voraussetzung dafür später gut lernen zu können. Also, ersteinmal sich selbst gut im eigenen Körper fühlen zu können, ist Voraussetzung für die Entwicklung höherer Fähigkeiten im späteren Leben: Lernen, Sprechen, Denken. Gut ankommen in sich. Ein wesentlicher Punkt! Wo kommen wir noch an? Wo inkarnieren wir uns noch hinein als Menschen? *In die Familie.* Ja, das ist die soziale Heimat. Da haben wir schon viel darüber gesprochen. Da könnten wir natürlich noch viel mehr darüber sprechen - das ist klar - wie wichtig es jedem

Menschen ist, eigentlich in sozialen Bindungen zu leben. Diese ganze Beziehungsebene, wie wichtig sie ist, das haben wir schon beleuchtet. Und ein dritter Ort, wo der Mensch ankommt auf der Erde? *Der Raum*. Der Raum, genau. Das ist die räumliche Umgebung. Ja, wir alle brauchen einen physischen Raum auf dieser Erde, der unser Raum ist, körperlich. Da, wo ich stehe, kann nicht das Podest stehen. Also wir brauchen für unseren Körper einen Raum, wir brauchen eine Umgebung. Wir richten ein Zimmer ein. Wenn das Baby zu uns kommt, richten wir ersteinmal die Liege, das Bettchen, den Schleier. Der erste Raum der Behütung ist ja der Mutterleib. Dann wird er verlassen. Dann weitet sich das sozusagen. Und dann das Bettchen, das Zimmer, die Wohnung, der Garten vielleicht, oder die Straße, die Stadt usw. ...und dann am Ende, wenn wir die Kinder ins Leben entlassen, dann wünschen wir uns, dass sie sich als Weltbürger fühlen können. Wir kommen auf der Erde an, räumlich. Und unsere räumliche Umgebung, die gestalten wir. Tagtäglich. Wir richten immer wieder das Zimmer her, wir putzen es, gestalten es, machen schöne Vorhänge, Bilder an die Wand usw. Also, das ist unsere räumliche Umgebung. Dann unser Körper. Der braucht ständig Pflege. Und wir sind immer damit beschäftigt, unseren Körper reinzuhalten, zu nähren, zu pflegen. Und unsere Beziehungen pflegen wir eben auch. Das ist das Interessante. Diese drei Lebensfelder brauchen Pflege - und wir gestalten sie. Und die vierte Heimat? Nun, das ist die, aus der wir kommen, die geistige Heimat. Und heute wissen wir, aus der Salutogenese heraus, aus der Präventionsmedizin, der Mensch ist umso gesünder, je mehr er diese vier Lebensbereiche pflegt und gestaltet, je besser ihm das gelingt. Das ist nun das Interessante. Und die Wärme, wenn wir sie jetzt zwischenmenschlich betrachtet haben, ist natürlich ganz entscheidend, wichtig für das Körperergreifen. Auch wenn es gestern hieß, die Stoffwechselwärme ist nicht so sehr die Wärme, die vom Herzen ausgeht, so ist doch die Wärme letztendlich natürlich das Medium, mit dem das Ich in den Körper inkarniert. Und die Wärme, das haben Sie sicher auch betrachtet als Element – es ist das Einzige, was alles durchziehen kann. So können wir sehen, wie die Wärme, wie das Ich über die Wärme den Körper durchziehen kann. Und jetzt wissen wir bei AD(H)S-Kindern: die Symptomatik ist besser, wenn sie Fieber haben. Ja, eindeutig! Das ist ja schon mal sehr spannend. Und wenn man diese Ablenkbarkeit anschaut, dann haben wir auch dieses Bild, dass eine starke Außenorientierung da ist, in den Sinnen. Unglaublich interessiert sind sie für die Welt, stark sympathiebegabt, ja, aber zu wenig Selbstwahrnehmung. Dann renne ich als ein solches Kind auf etwas zu, will es haben, stolpere über die eigenen Beine, reiße etwas herunter, verletzte mich häufig usw. Zu wenig Selbstwahrnehmung, zu viel Umkreiswahrnehmung. Das heißt, man kann das AD(H)S auch - da gibt es viele Komponenten - über diesen Inkarnationsweg anschauen. Nun sind Probleme oft ja auch gesellschaftlichen Ursprunges. Deswegen sagt mancher, es handele sich um eine Erfindung bei dieser Krankheit.. Aber diese Kinder haben doch auch ein Problem. Also, wenn man es symptomatisch, phänomenologisch anschaut, dann haben sie diese Probleme, die Sie sicher besprochen haben, und die ich angedeutet habe und deshalb ist es in der Therapie wichtig: Selbstwahrnehmung stärken. Also, diese Verankerung im eigenen Körper. Diese Verankerung im eigenen Körper!

Und wir können ja, das haben Sie vielleicht schon herausgelesen, diese drei Heimaten mit den wunderbaren Begriffen von Rudolf Steiner aus der Sinneslehre benennen: *Eigenwelt*, *Umwelt*, *Mitwelt*. Ein wunderschöner Begriff übrigens, dieses Wort *Mitwelt*! Mitwelt, Umwelt, Eigenwelt, hierzu können wir die zwölf Sinne in Beziehung setzen. Die leibbezogenen, die sog. „unteren“ Sinne, die „mittleren“ Sinne, die mehr auf die Umwelt ausgerichtet sind, und die mehr ins Soziale zielenden „oberen“ Sinne. Das heißt, wir sind bei den sog. AD(H)S-Kindern also viel auch in den unteren Sinnen unterwegs. Ein therapeutisches Ziel ist, die Selbstwahrnehmung dieser Kinder zu stärken. Und da gibt

es natürlich viele, viele Möglichkeiten. Ein Wesentliches ist tatsächlich Bewegung. Das muss man schon sagen. So banal es vielleicht klingt. Aber doch ist es so, dass die meisten dieser Kinder immer noch zu wenig Bewegung haben und die Symptomatik tatsächlich für viele besser wird, wenn sie ausreichend Bewegung haben. Es gibt Studien, die sagen: „*eine Stunde Sportunterricht pro Tag*“. Sportunterricht, also Bewegung, das kann man ja gestalten wie man das für richtig hält. Es muss kein gymnastisches Turnen sein, aber Bewegung! Eine Stunde Bewegung pro Tag: bessere Lernergebnisse, und weniger Aggressivität. Weniger Impulsivität. Was die Kinder so schwer haben, dass sie ihre Impulse nicht steuern können. Das können sie besser, wenn sie sich besser erleben und das geht durch die Bewegung hindurch. Bei Bewegung geht es uns nämlich genauso, wie wenn wir Fieber haben. Natürlich, es muss schon eine Bewegung sein, die anstrengend ist. Da muss man schwitzen. Das sagt auch Steiner von der Eurythmie, von der Heileurythmie. Da muss man ins Schwitzen kommen. Es reicht nicht, schöne Figuren zu machen. Sondern es muss ein körperliches Erlebnis werden. Dann ist es wie bei einem fieberhaften Infekt, die Herzfrequenz geht das hoch. Die Temperatur steigt bis auf 39 Grad. Das ist Fieber! Eltern sind meist beunruhigt, wenn sie mit einem fiebernden Kind in die Praxis kommen. Dann können wir den Eltern sagen: *Sehen Sie, das ist jetzt wie wenn Sie einen Waldlauf machen. Da haben sie die gleiche Situation. Fieber, schnelle Atmung, schneller Kreislauf. Gerade das ist gut. Das ist sozusagen Body-Building des Immunsystems.* Aber es ist natürlich auch Inkarnationsarbeit. Das wissen wir. Und deswegen hat auch ein fieberhafter Infekt im Kindesalter sogar Bedeutung später für die Ausprägung von Ausdauer und Konzentration. Können Sie dem ein bisschen folgen?

Jetzt ist das Spannende, was ich gerade gelesen habe: Es wurde viel geforscht, wie es Astronauten im All geht. Und da hat man herausgefunden, dass die alle eine Immunschwäche bekommen nach einer gewissen Zeit. Und: sie haben Fieber. Haben Sie das gewusst? Ich auch nicht. Ein Astronaut hat immer so 38 - 38,5°C Temperatur. Das hat man erst jetzt vor kurzem entdeckt. Das wusste man bis dahin nicht. Und das ist sehr interessant! Denn, man merkt ja für diesen Inkarnationsprozess: da ist unsere Erde nötig. Ja, wir setzen uns in die richtige Beziehung zu unserem Körper über die irdische Grundlage. Wenn das fehlt, dann fehlt dem Ich die Zugriffsmöglichkeit zum eigenen Körper. Wenn also plötzlich die Schwerkraft weg ist, dann versucht es das Ich mit Fieber, es versucht sich mehr zu engagieren. Mittlerweile haben die Astronauten in der Raumstation Laufbänder. Da werden sie mit Gurten an die Laufbahn gespannt, damit sich da überhaupt Druck aufbaut. Damit auch der Knochen sich nicht abbaut usw. Jetzt guckt man also, ob man die Schwerkraft der Erde damit ersetzen kann. Hochspannend!

Wir kommen also mit Wärme immer in eine richtig erlebte Dynamik des Ich-Inkarnationsprozesses. Dabei hilft dann durchaus auch mal äußere Wärmeanwendung. Wenn ich die AD(H)S-Kinder sehe, gerade jetzt, vorgestern, einen neuen in der Praxis, dann sind sie oft ganz gut durchwärmt. Viele sind stoffwechselbetont, stehen eigentlich gut im Saft, würde man sagen. Das heißt, sie haben nicht äußerlich spürbar eigentlich ein Wärmeproblem. Aber, man kann eben doch mit der Wärme etwas erreichen. Eine ganz wunderbare Sache z.B. , sind Torf-Öl-Anwendungen am Abend. Das heißt, dem Kind wird mit dem Torf eine Wärmehülle gegeben, und - es wird durch die Eltern gemacht. Der Torf hat ja diese unglaubliche Wirkung des Bewahrens. Und was wir doch merken bei diesen Kindern, ist, dass sie immer wieder eine Hülle brauchen, Abgrenzung brauchen. Ja, medizinisch kann man natürlich einiges, vieles auch herausfinden mit den einzelnen Medikamenten. Aber diese Torf-Öl-Einreibung am Abend, die gibt eine Hülle, ein Wärmeerlebnis. Über das Öl sowieso. Man kann auch Öl-Dispersionsbäder machen. Aber die Einreibung hat natürlich noch die Beziehungsebene mit dabei,

und: es tun die Eltern dem Kind etwas Gutes. Das heißt, wir greifen am Tastsinn an, der gibt Vertrauen, und am Lebenssinn, der sorgt für Wohlgefühl. Das brauchen die Kinder: Wohlgefühl. Und das ist überhaupt auch für die Beziehung des Kindes zum Lehrer wichtig. Ein Kind muss eigentlich spüren, dass der Lehrer, wie die Eltern, wie die erwachsene Welt, die sich um es bemüht, für seine Bedürfnisse zuständig ist. Und nicht umgekehrt. Das nennen wir den Generationenvertrag, der oftmals auf den Kopf gestellt wird, wo man das Gefühl hat, die Kinder müssen jetzt mehr die Bedürfnisse der Erwachsenen erfüllen. Es fängt schon beim Stundenplan an. Da möchte ich jetzt zwar gar nicht reingehen, aber die Schule fängt am Morgen viel zu früh an. Das wissen wir alle, und haben es doch immer noch nicht geschafft zu ändern. Es sind in der Regel Erwachsenenbedürfnisse gewesen, die zu diesem viel zu frühen Schulbeginn am Morgen geführt haben. Aber sie schwächen nachweislich bis in die ätherischen Lebenskräfte den kindlichen Organismus, was sich auf das ganze Leben, sogar auf die Lebenserwartung auswirkt. Deswegen müssen wir unbedingt uns anstrengen, dass die Schulen später beginnen dürfen. Und wer, wenn nicht die Waldorfschulen, sollten da vorangehen?

Gut, also. Das könnten wir nun immer weiter vertiefen. Diesen ganzen Bereich: Selbstergreifung, Selbstwahrnehmung fördern. Natürlich ist auch die Umgebungsgestaltung ganz wichtig. Das hatte ich schon angedeutet. Das ist Ihnen klar, dass alles, was Reizüberflutung heute ausmacht, auch nach Professor Hurrelmann Hauptgrund ist für die zunehmenden Konzentrations- und Lernstörungen unserer Kinder. Professor Hurrelmann ist der epidemiologische Forscher, der die KiGGS-Studien macht, also in Deutschland diese Kinder-, Jugend-, Gesundheitsstudien. Und er sagt eben, unsere Kinder haben ein Riesenproblem, sie sind in einigen Sinnesbereichen überreizt, überstimuliert. Welche sind es? Sehen und Hören. Schulmedizinisch, naturwissenschaftlich sagt man: die Kopfsinne. Also, es sind unsere Alarmsinne. Mit denen gucken wir immer nach außen. Da sind wir am ablenkbarsten. Sie alle, wir alle sind am ablenkbarsten in diesen Sinnesbereichen. Das hat uns die Naturweisheit oder Schöpfung so geschenkt. Weil wir dabei immer schauen: Kann ich das einsortieren, was um mich herum passiert? Wenn aber Sehen und Hören überreizt, überstimuliert werden, können die Kinder andere Sinnesbereiche nicht mehr so gut entwickeln. Das heißt, die Selbstwahrnehmung geht zurück und da sagte ja Hurrelmann auf einem Kongress: Insbesondere die Sinne der Selbstwahrnehmung sind unterentwickelt, weil die Ablenkungssinne überstimuliert sind. Also, natürlich, die ganze Umweltgestaltung beinhaltet, dass wir Reizüberflutung vermeiden. Und gerade AD(H)S-Kinder brauchen ja durchaus starke Reize, also intensive Reize. Sie müssen verstehen, dass sie gemeint sind zum Beispiel durch Ansprache durch den Pädagogen oder durch den Therapeuten: *Du bist gemeint*. Aber es dürfen nicht zu viele Reize sein. Nicht so viele Wechsel, sondern klare wenige Reize, aber die intensiv. Eine kurze Zeit, so lange wie es geht, und dann ist wieder Offenheit da. Das ist vielleicht jetzt gut genug angedeutet.

Dann ist natürlich die Frage: Pflege der Beziehung zur geistigen Welt. Und da habe ich eine ganz interessante Studie gerade entdeckt. Sie wurde uns herumgeschickt vom Herrn Auerbach, der uns immer tolle Studien herumschickt im Ärztekreis. Und zwar war die Frage: Können moralische Geschichten das Verhalten der Kinder beeinflussen? Also lehrreiche Geschichten, Märchen usw., Bilderbücher? Können die das Verhalten des Kindes beeinflussen? In die Richtung, dass es weniger aggressiv und mehr positiv ist? Und da hat man herausgefunden: Nein und Ja. Und zwar Nein bei solchen Geschichten, die negatives Verhalten in negative Konsequenzen münden lassen. Also, wenn die Geschichte mit Abschreckung, arbeitet: *Wenn du das machst, passieren ganz schlimme Sachen...* hat man herausgefunden, ändert es praktisch nichts am Verhalten des Kindes. Das ist doch

großartig! Wenn aber, die Geschichte einen positiven Ausgang hatte, das heißt, das Verhalten von der positiven Seite her mit einer entsprechenden Konsequenz geschildert wurde, dann hat sich das auf das Verhalten des Kindes ebenso positiv ausgewirkt.

Gemeinsam hier wissen wir natürlich wie wichtig es in der Begleitung unserer Kinder ist, dass sie die Jahresfeste, die Rhythmen, auch unsere christlichen Feste erleben dürfen, und wie sehr sie Gebete lieben. Es ist durch Studien belegt, dass Gebete bis in die Physiologie hinein sich positiv auswirken. Auch das versuchen wir dann natürlich mit den Eltern anzusprechen.

Und schließlich erarbeiten wir mit Ihnen, was es im Leben der Familie noch anderes geben könnte, als nur den Alltagskampf um das richtige Funktionieren des Kindes. Und wir versuchen dann immer wieder zu zeigen, eure Aufgabe als Eltern ist vor allen Dingen eines: Beziehung. Nicht so sehr die Therapie, die gezielte Förderung. Worauf es letztendlich nämlich ankommt ist nicht auf das Ergebnis, sondern auf den Prozess, auf die Gegenwart, auf das Tun in Wärme. Denn das Kind ist ein Gegenwartsmensch. Kein Ergebnismensch. Deswegen haben wir es als Erwachsene oft so schwierig mit den Kindern, weil wir in der Regel auf das Ergebnis schießen. Wir denken bei der Einschulung schon ans Abitur. Das Kind aber ist ein Gegenwartsmensch.

Ja vielleicht so weit, dass wir noch ein bisschen Raum lassen Da war der Wunsch, dass ich jetzt nicht die ganze Zeit spreche, sondern dass wir ein bisschen Zeit lassen für Gespräche. Ja, soweit erstmal. Danke!

Fragen:

Was würden Sie denn zum Beispiel einem Waldorflehrer raten, der sagen wir mal in einer siebten Klasse steht und Malunterricht zu halten hat und dann mindesten mit drei solcher Jungs erstmal eine Viertelstunde kämpft, dass die störenden Faktoren so zu sagen etwas abnehmen...?

Was würden wir sagen? Wer hat eine Idee?

Wenn ich weiß, dass ich solche drei Jungs habe, dann muss ich also ganz vorher meinen Unterricht so vorbereiten, dass ich mich zunächst in erster Linie den drei Jungs widmen kann und ihnen Aufgaben gebe, und zwar liebevoll, und dann kann ich mich der Klasse zuwenden. Aber in dem Moment muss ich ganz starke Herzensverbindung haben zu diesen drei Jungs. So würde ich handeln.

Und wie schaffen Sie das? Das ist natürlich jetzt die Frage... Wie schafft man das?

Indem ich zum Beispiel vor dem Unterricht, also in der Nacht bereite ich mich für den nächsten Tag vor, und meinen Unterricht bereite ich immer, also wenn ich Malunterricht habe, immer einen Tag davor. Ich stelle alles schon richtig her. Die Farben und alle Utensilien sind schon hergerichtet. So dass ich dann die 45 Minuten Unterrichtszeit nicht vergeude. Und da entsteht diese Beziehung. Im Geistigen schon.

Und wenn Sie in die Klasse kommen?

Da sind ganz klare Ansagen wichtig, das ist A und O. Die Jungs wissen, dass die Struktur so ist: so beginnen wir, so beenden wir. Und so verläuft der Unterricht. Und wichtig ist, dass ich auch in der Zeit, wenn die anderen schon arbeiten, ganz intensive Beziehung aufbaue.

Also diese Kinder brauchen besonders Beziehung. In die Augen schauen, die Hand geben und so, wie Sie es sagen, ins Bewusstsein nehmen. Das ist oft ganz wirksam. Man kann keine Pauschalregeln geben. Es gibt noch etwas, was man im Umgang mit einem verhaltensbesonderen Kinder eigentlich immer braucht: Ich darf es mir nicht anders wünschen! Wenn ich also anfangen, mir das Kind anders zu wünschen, zu wünschen, dass es jetzt funktionieren soll, dann tut es das gerade nicht. Das ist möglicherweise auch, was Steiner meint mit dem Zwang. Und im Zwang geht eben gar nichts. Weil es sich hier um Prozesse der Selbstregulation handelt. Diese Kinder haben es, das muss man zugeben, schwerer mit der Selbstregulation oder Selbststeuerung, Selbstkontrolle. Es ist wie bei allen Regulationsprozessen. Wenn sie schlafen wollen, unbedingt, und denken, dass sie morgen fit sein müssen - das habe ich gerade letzte Nacht wieder erlebt - dann geht es eben gar nicht. Je mehr Druck man aufbaut: *Du musst schlafen!*, umso weniger geht es. Das wissen wir, die Stresshormone gehen hoch. Das geht beim Essenlernen genauso wenig. Wenn ein Kind essen muss, wird es Essstörungen entwickeln. Wenn Sie aber das als Einladung gestalten, das Essen also eine Einladung ist, kein Zwang, dann gibt es keine Essstörungen. Das erleben wir regelmäßig im Emmi-Pikler-Haus. Nach sechs Wochen etwa haben die Kinder keine Ess- und Schlafstörungen mehr. Das ist doch phantastisch! Kein Mensch muss essen, kein Mensch muss schlafen, man darf essen, man darf schlafen. Das ist vielleicht mit dem Malunterricht eine andere Sache. Müssen die Schüler jetzt malen? Meistens gibt es eine positive Wendung, wenn ich innerlich loslasse. Das ist das Prinzip.

Eine ganz andere Frage, und zwar: Was empfehlen Sie den vielen alleinerziehenden Müttern, Vätern, diesem gerecht zu werden? Also ich halte das für einen Menschen unmöglich. Mann oder Frau muss arbeiten, möchte seine Kinder begleiten. Wir haben alle unsere Ansprüche, Waldorfschule, gutes Essen, alles kostet viel Geld. Was empfehlen Sie diesen Eltern? Wie soll das funktionieren können?

Dürfen wir das gerade zurückstellen? Denn hier war gerade noch etwas zu dem Thema. Nina, hast du zu dem Thema was? Und dann werde ich gerne etwas dazu sagen.

Ja, ich wollte nochmal auf diese Frage der siebten Klasse zurück gehen. Die meiste Zeit meines Lebens war ich auch Lehrer im Plastizieren und Malen und man hat ja eine Menge dieser Kinder erlebt. Und was mir immer ein ganz großes Anliegen war, dass gerade im Künstlerischen die Möglichkeit war, die Kinder positiv der Klasse zu zeigen. Dass sie in dem künstlerischen Rahmen dann wirklich die Möglichkeiten hatten, durch ihre Aktivität ihre Stärke zu zeigen. Und dann habe ich immer besondere Aufgaben extra ruhen lassen, bis die Kinder kamen, im Plastizieren war es das Umstechen des Tons, also irgendetwas, wo man schön in die Aktivität gehen muss, oder irgendetwas Schweres tragen, und das haben die unglaublich gerne gemacht. Und mir war wichtig, dass sie einfach noch anders wahrgenommen werden konnten von den Mitschülern.

Aufgaben geben ist immer hilfreich. Es ist eine ganz gute Möglichkeit, um den Kindern zu zeigen, sie sind wichtig, sie werden wahrgenommen, sie werden gebraucht. Und es hilft ihnen, in positivem Kontakt zu bleiben, auch zu sich selbst.

Noch etwas anderes wollte ich zu dem Loslassen kurz ergänzen und dann zu Ihrer Frage kommen. Die haben wir nicht vergessen. Da ist z.B. die Impulsivität. Wir hatten ein Kind - das ist auch bei den

hyperaktiven Kindern oft so - wenn es auf Einen losstürmte, hatte man sich sofort in Sicherheit begeben. Weil: es stürzte so in Einen hinein, dass es wirklich weh tat. Und die Folge war natürlich, dass man sich innerlich ... *Oh Gott, jetzt kommt er wieder ...* einen Panzer aufbaute. Das heißt, eigentlich wurde man frostig, ja man wurde antipathisch und man wusste natürlich, dass das Kind eigentlich Umarmung braucht. Dann haben wir also gemerkt, so kann es nicht gehen! Sondern: ein paar blaue Flecken verkraften wir schon. Wir haben dann tatsächlich geübt, wenn das Kind kommt, es in eine empfangende warme Geste kommen zu lassen. Es hat keine Antipathie mehr gefühlt, sondern eine empfangende Stimmung, und nach zwei Wochen war das Ungestüme weg. Nach zwei Wochen war diese überschießende Reaktion vorbei. Wo man aber sagte: *Ja Mensch, da musst du dich doch mal zügeln. Das darfst Du nicht so! Das tut weh!* konnte sich das Verhalten nicht ändern. Es geht eben gar nicht über den Kopf. Das ist das Entscheidende. Kinder lernen immer über das Erleben, auch von unserer inneren Haltung. Wunderbar!

Jetzt zu der anderen Frage, wie man es als Alleinerziehende schaffen soll, so respektvoll und beziehungsorientiert mit den Kindern umzugehen. Also, das ist natürlich immer so die Frage. Wir sind gnadenlose Anwälte der Kinder. Daher sagen wir, da muss sich die Erwachsenenwelt irgendwie anpassen an die Bedürfnisse des Kindes und nicht umgekehrt. Heute ist es leider oft umgekehrt. Aber das Schöne ist, Emmi Pikler sagte mal so nett: *Kinder sind politisch realistisch*. Also, es ist eigentlich so, dass die Kinder uns nicht wirklich überfordern - wollen sowieso nicht. Aber, wenn sie das Gefühl haben, ihre Bedürfnisäußerungen werden immer abgewehrt, dann lassen sie nicht locker. Immer, wenn man solch einen kleinen Machtkampf mit den Kindern hat - das fängt schon bei den dreijährigen „trotzigen“ Kindern an - dann dauert alles viel länger, als wenn ich mich auf den Moment besinne. Und das Schöne ist tatsächlich, man muss nicht besonders viel Zeit mit einander verbringen, nicht Quantität ist das Entscheidende, sondern, das haben wir schon herausgefunden, die Qualität. Dass ich, wenn ich dann mal Zeit habe, diese mir dann auch wirklich nehme für das Kind. So haben wir es auch bei unseren Kindern gemacht, vier Kinder in fünf Jahren, da war immer viel los zu Hause. Man hat gemerkt, hm, man wird Keinem mehr so richtig gerecht. Und ich war sowieso als Arzt viel weg. Und dann haben wir diese Nachmittage eingeführt. Ja, dass man mal für ein Kind, oder zwei Kinder speziell Zeit hat - wir haben zwei Jungs und zwei Mädchen - da war es dann noch leichter, da haben wir mal Bubennachmittag und mal Mädchennachmittag gehabt. Einmal die Woche. So haben sie ihre feste sichere Zuwendungszeit gehabt. Und die ist einplanbar. Das Gleiche gilt für die abendlichen Einreibungen. Wenn man das auch nur einmal in der Woche schafft, oder alle 14 Tage, da aber sicher, dann steht es im Familienstundenplan. Montag – Pauls Öleinreibung. Da kann er sich darauf verlassen. Egal was passiert. Diese Zeit wird auch nicht pädagogisch eingesetzt. *Ach, den ganzen Nachmittag nichts Gescheites hinbekommen, immer noch so ein Berg Hausaufgaben, das reicht mir jetzt, dann fällt die Massage aus. Streng dich nächstes mal besser an, wenn Du eine Massage willst.* Das wären ungute Verquickungen. Das trifft die Person. Ganz wichtig also ist, niemals mit Liebesentzug zu drohen, niemals mit Beziehungsentzug zu strafen. Ja, mehr kann ich vielleicht jetzt primär gar nicht raten, nur eben, dass man schon auf die Qualität in den einzelnen kleinen Momenten achten kann und nicht unbedingt so sehr auf die Quantität schaut. Das ist das Entscheidende.

Sie haben mich jetzt dazu gebracht, zu suchen und nachzudenken. Denn dieses komplexe und vollständige salutogenetische Programm, was Sie uns hier dargestellt haben, das hat mir vor Augen geführt einen ganzen Haufen essgestörte Kinder und depressive Kinder und auch ein paar so genannte ADHS-Kinder. Haben Sie denn ein differenzialdiagnostisches Konzept für ADHS? Ich habe

jetzt ganz viele Kinder vor mir gesehen. Aber eigentlich sind mir die ADHS-Kinder immer weiter entchwunden vor allen anderen, die da waren.

Also, das hatte ich vielleicht angedeutet. Es geht um Ablenkung und Selbstwahrnehmung. Es sind sehr stark Umkreiskinder, die sich weniger selber wahrnehmen können und die, das dachte ich eigentlich gesagt zu haben, gerade die Führungsschwäche sowohl in der Aufmerksamkeit wie in der Willenstätigkeit haben. Und es deshalb natürlich schon darum geht, ihnen zu helfen, dass sie diese Führung lernen können. Und das unterscheidet sie jetzt von depressiven Kindern usw. Aber das Problem ist - ich bin ehrlich gesagt gar kein Freund von der Diagnose ADHS, ich würde sogar sagen, auch zu dem Lager zu gehören, das diese Diagnose für eine erfundene Krankheit hält - man kann natürlich bei ADHS sofort luziferisch entgleisen und die Erscheinungen idealisieren, oder ahrimanisch entgleisen, und sie materialisieren. Dann sagt man, es ist nur Hirn-Stoffwechsel. Bei der Diagnostik merkt man aber sofort, das ist es sich um eine willkürlich festgelegte Definition handelt. Es werden nämlich die Kriterien der Aufmerksamkeitsstörung, der Hyperaktivität und der Impulsivität bestimmt. Bei der Aufmerksamkeitsstörung zum Beispiel müssen mindestens sechs von neun Kriterien erfüllt sein. Dann hat das Kind ein ADS. Wenn es aber nur fünf erfüllt: kein ADS. Trotzdem wird es noch Probleme mit der Aufmerksamkeit haben! Viel wichtiger als auf die Erfüllung der Diagnosekriterien zu schauen ist also auf das Kind zu blicken. Und deswegen gucken wir gar nicht so sehr die Diagnose an, das erleben wir auch gar nicht als unsere primäre Aufgabe, ehrlich gesagt. Sondern unsere Aufgabe ist, individuell zu schauen auf den Heilbedarf des Kindes. Und danach orientieren wir uns. Vielleicht so in Kürze.... Natürlich schauen wir dann auch individuell, wie wir es medikamentös behandeln, welche Therapien usw.. Aber das Kind ist der Maßstab, nicht die Diagnose. Nicht was wir haben, ist das Entscheidende, sondern was wir sind.

Ich möchte noch kurz zu dem Hinweis etwas ergänzen von den drei Kindern, die alles stören, und für die man alles vorbereitet und zu denen man eine besondere Beziehung dann aufbaut, was ich sehr interessant und hilfreich finde. Aber, wenn man dann alles so einführt, die wissen das schon, die nehmen das natürlich hin und stören dann wahrscheinlich weniger. Wie reagieren die anderen Kinder darauf? Denken die nicht gleich, aha, ich muss auch ein Störfaktor werden, damit ich mehr Beziehung bekomme?

Darf ich dazu antworten? Das ist genau nicht der Fall. In dieser Befürchtung steckt genau das Misstrauen dem Kind gegenüber, das so schädlich ist. Man denkt, das Kind ist primär unerzogen, nur ein Triebwesen, das nicht differenzieren kann, das nicht in der Lage ist, sich in seiner Individualität in einer Gemeinschaft anderer Individualitäten zu entwickeln. Nein, das ist nicht der Fall. Das ist das Spannende. Ein Kind akzeptiert immer auch Sonderdinge für andere Kinder, wenn dies aus der Notwendigkeit heraus richtig ist. Deswegen ist die Frage, wie man es kommuniziert und nicht, dass die Kinder das gleich ausnutzen. Das ist das schlagende Argument zum Beispiel auch beim späteren Schulbeginn. Wir haben bei uns in der LEG das Thema jetzt aufs Tablett gebracht und da hieß es sofort: *Na ja, wenn die Jugendlichen erst mit neun in die Schule müssen, gehen die dann nicht noch später ins Bett?* Was für ein Misstrauen den Jugendlichen gegenüber drückt sich da aus! *Wenn wir mal ehrlich sind, der nutzt doch alles nur aus.* wird gedacht. Aber die Studien zeigen genau das Gegenteil. Die Jugendlichen, die erst um neun mit der Schule beginnen müssen, schlafen länger, die nutzen das nicht aus. Natürlich müssen wir sie vor den Medien schützen. Das ist sowieso klar.

Ich habe noch eine Frage zu dem Umgang mit Aggressionen. Mir hat es so Eindruck gemacht, dass sie erzählt haben, wie der Junge zu dem anderen, der auf ihn haut, sagt: Das geht nicht. Und ich habe Kinder vor Augen, mit denen ich auch arbeite, ein siebenjähriger, der schon so frustriert ist, wahrscheinlich so wie Sie es auch sagen, dass der tritt auf den Erwachsenen. Also, wenn es eskaliert, usw., dann tritt er und tritt und hört nicht auf. Und soll ich da jedes mal sagen, dass geht nicht? Oder au, das tut weh? Wo ist die Grenze? Auch zu den anderen Kindern? Wenn geschlagen wird gegenseitig...

Ja, das ist eine ganz wichtige Frage. Also, unsere Aufgabe ist immer, Schaden zu verhüten. Das heißt, Verletzung und Demolierungen, die müssen wir natürlich verhindern, wenn wir sie verhindern können. Das heißt also, wir werden quasi das verlängerte Ich des Kindes und müssen natürlich eingreifen. Das heißt, dann dürfen Sie auch den Fuß abhalten davor, dass er Sie tritt. Und immer bei sich anfangen. *Das tut mir weh. Wir wollen uns nicht wehtun.* Und das immer wieder wiederholt. Wiederholt und wiederholt und wiederholt. Jeder weiß, die Willenskräfte stärken wir durch Wiederholung. Auch die der Willenskontrolle, die Kräfte der Selbststeuerung. Und je länger ein Kind dysfunktionale Verhaltensmuster gelernt hat (also nicht der Situation angemessene.), umso länger muss es üben, die wieder loszuwerden. Aber auch wenn ein anderes Kind droht verletzt zu werden, dann greifen Sie ein. Und zwar immer, wenn Sie es verhindern können. Das ist ganz wichtig. Oder wenn eine Vase droht umgekippt zu werden, Sachen mutwillig demoliert zu werden: *Das tun wir nicht. Das brauchen wir noch. Die Vase steht da oben.* Also so viel wie möglich positiv. Das machen wir auch bei uns: *Die Vase steht dort. Und spielen tun wir dort.* Sie vermitteln die Regeln und schaffen gleichzeitig immer den Freiraum, in dem das Kind Selbstregulation lernt. Manchmal ist schon auch etwas Therapeutisches nötig. Wenn Traumata und Gewohnheiten sehr tief sitzen. Dann dauert es immer viel länger, bis das Kind eine Verhaltensänderung zeigt. Man wird jedoch nie hundertprozentig verhindern können, dass doch mal z.B. so ein Fuß bei einem ankommt. Aber wichtig ist, dass Sie sagen: *Das tut mir weh, aber deswegen lehne ich dich nicht ab (als Mensch). Ich halte dir die Treue. Dein Verhalten geht nicht, daran müssen wir üben. Deine Person ist mir wichtig....* Wärme gehört natürlich dazu und Vertrauen, positives Vertrauen, dass es kommen wird. Das zeigen Studien, dass wenn die Kinder eine Bezugsperson hatten, die mit ihnen durch alles hindurch gegangen ist, dass sie das überwinden können. Ja, das ist eine harte Arbeit.

Vielleicht zwei Geschichtenbeispiele.

Von mir?

Ja, zum Schluss. Dass das Verneinen und das Positive noch deutlicher werden.

Ja, also, da habe ich für alle Altersstufen Geschichten.

Ein dreijähriger Junge kam bei mir in die Praxis. Da gibt es natürlich Spielsachen usw. und er hatte einen Laster genommen. Und die Eltern hatten schon bei der U7a-Untersuchung - das ist die 3-Jahres-Untersuchung - geklagt, wie sehr sie doch Mühe haben mit diesem trotzigem, eigenwilligen Kind. Dass sie damit eigentlich überhaupt nicht zurecht kommen. Drei Jahre, erstes Kind, zwei überforderte Eltern. Und dann war die Situation – es ging dem Abschied zu. Also, jetzt muss das Kind den Laster wieder hergeben. Wir haben uns also verabschiedet. Und wie reagieren die Eltern normalerweise, wenn die Kinder noch Spielsachen in der Hand haben? *So, jetzt müssen wir gehen, das gehört nicht dir, das müssen wir jetzt wegstellen.* Manche nehmen dem Kind die Sachen einfach

aus der Hand. Und wie reagiert das Kind normalerweise? Es schreit. Weil ein Kind immer bestrebt ist, den Ausgleich wieder herzustellen. Das ist ganz wichtig. Also sobald sie Druck machen, macht ein Kind Gegendruck. Das ist normal. Wenn Sie ziehen, zieht das Kind dagegen. Wenn Sie das wiederholen, wird es zur Gewohnheit und immer wieder ein schöner Machtkampf. In unserem Fall hatten die Eltern nur zaghaft versucht, sie waren schon ziemlich verzweifelt. Und dann sagte ich *Auf Wiedersehen!* und wollte meinen Laster wieder in Empfang nehmen. Aber das Kind zog zunächst zurück! Und dann der elterliche Kommentar: *Den gibt er nie mehr her!* „Nie mehr“ – das ist diese exponentiell ansteigende Befürchtungskurve, die man auch Panik nennt. Also *nie mehr gibt er den Laster zurück*. Und das habe ich schon geschildert an einer anderen Stelle: In diesem Moment hat es mir das Kind beigebracht. Das war nämlich der erste Fall, an dem ich das selbst erfahren habe. Deswegen sage ich es öfters. Er guckte mich an, und plötzlich hat es in meinem Inneren zu mir gesprochen. Dann habe ich ihm die Hand gegeben und sagte: *Ja, der Laster der gehört in den Nebenraum auf seinen Platz, jetzt bringen wir ihn zu dem Parkplatz*. Und dann ging der Junge dorthin, ich habe ihm die Tür aufgemacht, er stellte den Laster dort ab, gab mir die Hand, blickte mir in die Augen, verabschiedete sich und ging mit erhobenem Haupt den beiden Eltern voraus von dannen. Wie eine Prozession war das. So verließ er die Praxis. Also wunderbar! Mittlerweile machen wir es eigentlich immer, dass wir dies Phänomen den Eltern zeigen. Ein acht Monate altes Baby war kürzlich bei mir. Es greift am Pikler-Ball und will ihn nicht wieder hergeben! Die Eltern glauben immer, das Kind will alles mit nach Hause nehmen. Und dann einfach die Geste – *das ist der Platz des Balles*. Eine Handgeste. Emmi Pikler sei Dank für die Wichtigkeit der begleitenden Handgeste. *Das ist der Platz des Balles*. Und das acht Monate alte Kind legt den Ball hin, schaut mich an und verlässt auf den Armen der Eltern den Raum. Wunderbar! Und so weiter, und so weiter. Ich glaube, aus Zeitgründen vielleicht nur das, aber es gibt natürlich noch vieles. Ja, vielen Dank. Jetzt haben wir stark überzogen. Alles Gute!