

Die Sprache der Bewegung verstehen

Das „Instrument Körper“ zum Vorschein kommen lassen

Bewegung ist eine Sprache der Kinder, für die es ein Verständnis braucht. Kinder brauchen Spiel- und Bewegungsräume, in denen sie Möglichkeiten haben, ihre eigenen Empfindungen in Bewegung auszudrücken.

„Auf die Plätze fertig los! So fliegt Spiderman!“, und schon rutscht Louis rückwärts auf dem Bauch das Rutschbrett hinunter. Lassen digitale Bilder in den Köpfen von Kindern ihre eigenen sinnlichen Erfahrungen, Fantasien und körperliche Bewegung verkümmern? Sie lernen und erleben dabei, wer sie selbst sind, sie verdauen Eindrücke von der Welt und entdecken Unterschiede zum Beispiel zwischen Fiktion und Realität im Umgang miteinander. Wie entfalten Kinder und erziehende Erwachsene ihre schlummernden Potenziale in der Beziehung? Wie reagieren Erzieherinnen und Erzieher, wenn „Spiderman“ morgens in die Kita geflogen kommt und sagt: „Ich bin aus Metall!“ Am Spiel eines Kindes können wir verstehen, wie es die Welt wahrnimmt und welche Probleme es vielleicht quälen. Was im Kopf des Kindes vor sich geht, bestimmt das, wie es sich bewegt und was es im Spiel spontan zum Ausdruck bringt. Das vermag vielleicht eine Geheimsprache sein, die wir respektieren müssen, auch wenn wir sie nicht gleich verstehen. Kinder erfinden sich ständig neu, als gestaltende Menschen.

„Wir sind Ritter
mit nackten Füßen.“

Kinder verwandeln Materialien zum Zweck ihres Spiels. Ein Plastikreifen kann zum Beispiel ein „Schießring“ werden. Marko, fünf Jahre, drückt den Plastikreifen mit beiden Händen gegen den Boden und lässt ihn los. Der

Reifen schießt in die Luft. Das Plastikreifen verwandelt er in ein Pferd, auf dem er reitet. „Wir sind Ritter mit nackten Füßen“, ruft er in den Raum. „Hier kriegst du noch ein Apfel“, sagt er zu seinem Pferd und tut so, als ob er in der Hand einen Apfel hält. Seine Handgeste kann beim Zuschauer die Vorstellung erwecken, das Pferd isst jetzt einen Apfel. Ein Kind kann durch sein Spiel und seine Art, sich zu bewegen, gemischte Gefühle, wie zum Beispiel Verwirrung, Hilflosigkeit, Wut, Angst und Freude beim Erziehenden hervorrufen. Sie verführen zum Mitspielen oder zum Eingreifen wollen. Erlauben wir dem Kind, seine eigenen Beobachtungen zu machen, seine eigenen Aufgaben zu lösen, seine eigenen Hilfsmittel zu finden und sich selbst in seinen Schwierigkeiten durchzurufen? Marco entdeckt einen zweiten Reifen, der auf dem Boden liegt. Jetzt experimentiert er mit den zwei Reifen. Er entdeckt beim Drehen mit den Reifen, dass seine Arme, je nach Geschwindigkeit, mal mehr oder weniger nach oben steigen. „Ich falle gleich um“, sagt er, „wenn ich mich so drehe. Ich mache meine Übungen.“

Wie Kinder ihre Potenziale entfalten, kann einen überraschen. Der Blick der Erziehenden ist auf das Werden der sich permanent verändernden Dinge gerichtet. Mit der Wahrnehmung beginnt ihr Wissen. Die Beziehung zwischen Erziehenden und Kindern prägen das Bewusstsein, in dessen Fokus die Verhaltensweisen, die Gefühle und Reaktionen der Erziehenden zentral und entscheidend

sind. Kinder lernen von dem, was sie erfahren und weniger, was ihre Vorbilder ihnen sagen. Die Beziehung zwischen Erziehenden und Kindern will immer wieder hergestellt werden, um sich gegenseitig zu vergewissern – kann ich mich auf dich verlassen?

Die Eigeninitiative der Kinder entfaltet sich im Zusammenspiel von inneren Motiven und äußeren Gegebenheiten. Sie suchen Resonanz und Grenzen. Kinder gestalten Bewegungs- und Spielräume anders als Erwachsene sie für sie oft planen. Voller Ideen und mit Zugang zu „neutralen“ Materialien verwandeln sie diese zum Zweck ihrer Ideen. Sie hinterlassen Spuren im Raum und verändern Spielorte. Nichts bleibt, wie es am Anfang war. Ihr Eigensinn wird sichtbar in der Bewegung. Sich bewegen lernen, weckt und bildet vitale Kräfte der Empfänglichkeit. So kann man sagen, Bewegung ist wahrnehmbar und erfahrbar ausschließlich im Moment ihrer Hervorbringung. Sie ist improvisiert, flüchtig, kaum festzuhalten und damit einmalig. Improvisierte Bewegung entsteht spontan in der Auseinandersetzung mit den jeweiligen Bedingungen der Innen- und Außenwelt. Sie ist keine vorgefundene Fähigkeit, sondern sie muss immer wieder geübt werden, um sensibel, feinsinnig zu bleiben.

Brauchen Kinder Grenzen von außen?

Oder kann der Mensch nur selbst seine Grenzen spüren? Eine Antwort

auf diese Fragen kann man nur im Zusammenspiel mit Dingen und anderen Menschen herausfinden. Was die Bewegungsbildung von Kindern betrifft, sind die Meinungen von erziehenden Erwachsenen unterschiedlich. Die einen sagen: „Kinder probieren sich aus, was geht und was nicht, oder wie es anders möglich ist. Sie wissen oft, was sie sich zutrauen und was nicht.“ Andere sind der Meinung: „Eine Bewegung lernen heißt: Lehrer, Erzieher, Eltern wissen, wie es richtig oder falsch gemacht wird.“ Das erscheint paradox. Doch was bewegt sich in diesem Zwischenraum? Diesen Spielraum zwischen „Ich“ und „Du“ kann man nutzen. Er ist wichtig, um gegensätzliche Grenzen in Erfahrung zu bringen und sich anzunähern. Wir wissen alle, das Lebendige geschieht im Augenblick und im Austausch, weil man nicht vorher weiß, wie es der andere tun wird. Die Lebendigkeit von Kindern ist eine ständige Herausforderung für den Erziehenden, achtsam am Ball zu bleiben. „Das ist nicht leicht auszuhalten“, sagen manche Erzieherinnen. „Wir müssen abwarten können, Kindern Zeit geben und geduldig werden“, bevor wir voreilig „Nein“ sagen. Auf Kinder „lauschen“ und „hören“, was sie sagen, sind nicht zwei verschiedene Tätigkeiten, sondern zwei Aspekte ein und derselben Sache, die im Verhältnis von Versuch und Erfolg zu einander stehen. Es ist der Versuch, Signale und Bedürfnisse von Kindern zu verstehen. Sie zeigen uns, was wir uns als Kind selbst von Erwachsenen damals gewünscht haben: „Lasst mir Zeit, ich will es selbst erfahren und lernen.“ Die Schwierigkeit in der Erziehung und Bildung ist, eine Balance zwischen Führen und Geschehen-Lassen immer wieder neu zu finden. Man muss sich gegenseitig wahrnehmen, sehen und hören. Alle sind auf Kooperation und Wertschätzung angewiesen.

Bewegung neu finden

Kinder wollen ihre natürlichen Leibes- und Lebenskräfte und ihr inneres Bewegtsein zum Ausdruck bringen. Sie wollen Zugehörigkeit erfahren. Im

Störungsfrei bewegen

Josef Kraus beschreibt in seinem Buch „Helikoptereltern“ einen neuen Elterntypus. Diese wollen alles sehen und hören, was ihre Kinder tun und beschäftigt. „Sie kreisen mit mehreren Modellen, wie Rettungshubschrauber, Kampfhubschrauber und Drohnen über ihren Nachwuchs. Viele Eltern meinen es oft gut, aber das besonders Gute ist oft der Feind.“ (Kraus 2013,10)

Was sie ihnen vermeintlich selbst nicht geben können, kaufen sie dem Kind, als Ersatz. Oder sie wählen Aktivitäten für das Kind aus, wie Ballett-/Musikunterricht, Boxen, Yoga, Englischunterricht, um sinnvoll zu fördern, und auch, um den Erfahrungsraum des Kindes für sie als Erwachsene überschaubar und planbar zu machen. Im Notfall kommen noch verschiedene Therapeuten ins Spiel.

Studien belegen, Kinder wünschen sich „störungsfreie Zonen“ (vgl. Ulich/Oberhuemer, 1993). Die ständige Angst und Kontrolle der Eltern bewirken oft gegenseitigen Stress und Druck. Eine Umfrage unter Eltern, was sie damals bewegt hat, als Kind etwas lernen zu wollen, besagen hier etwas anderes: „Neugierde“, „selber etwas schaffen können“, „Spielen mit anderen Kindern“ und „Freunde“. Und auf die Fragen, was ihnen dabei geholfen hat, antworten sie: „Freiraum“, „Sachen ausprobieren und entdecken können“, „der Spaß“, „Freunde“, „Vorbilder“, „Eltern“ und „Erzieher“.

Spiel verhalten sie sich empfangsbereit und werden zur Antenne. Sie entfalten Fähigkeiten zur Kooperation und emphatischen Wahrnehmung, sowie die Erkenntnis eigener Gefühle und Bedürfnisse anderer. Auch der Beobachter kann miterleben, wie sie ihre Freude zeigen, mit anderen etwas zu teilen. Gemeinsam und jeder für sich kann die Qualität der Atmosphäre erspüren. Im Spiel und in der Bewegung enthüllen Kinder unbewusste und bewusste Bedürfnisse. Die inszenierte Selbstentfaltung und ihre dahinter liegenden Bedürfnisse verstehen, erfordern einen anderen Blick der Aufmerksamkeit. Ihre Sprache der Bewegung wurzelt im Leib des Menschen als Ganzes. Sie ist mehr als ein „Bewegungsapparat“.

Was bewegt Kinder und ErzieherInnen?

Überbehütung und Angst bedeuten für das Kind eine Einschränkung seiner kindlichen Vitalität. Es ist vielen erziehenden Erwachsenen oft kaum bewusst, dass sie mit einem „Nein“ Spiel- und Bewegungsräume des Kindes einengen und ihm seine Eigeninitiative nehmen. Jedes Kind ist fähig, sich eine eigene Meinung zu bilden und zu äußern (vgl. Art. 12, UN-Kinderrechtskonvention). Wenn Kindern die Bewegung und das freie Spiel verwehrt werden, hat das Konsequenzen. Sie können ihre soziale Anschlussfähigkeit im hautnahen Zusammenleben mit anderen verlieren. Kinder brauchen würdige Mitspieler,



die wissen, wie es ist, wenn man sich in seiner eigenen Haut unwohl fühlt oder sich selbst kaum mehr in der Eigenaktivität spüren kann. Der Spruch: „Das Gras wächst nicht schneller, wenn man daran zieht“, sei leicht gesagt, meint eine Erzieherin. Die Herausforderung ist, „sich danach zu verhalten und sich im Vertrauen zu üben“. „Das schnelle Eingreifen ist der Glaube, so will es der andere. Dabei habe ich beobachtet, es war meine Vorstellung“, sagt eine andere. „Wenn ich mehr beobachte, werde ich selbst ruhiger, und dann kann ich eher erkennen, was andere Kinder schaffen“, und: „Wir Erwachsenen sind zu dominant und übernehmen Verantwortung an der falschen Stelle.“ Das sind Äußerungen von Erzieherinnen im Rahmen von Seminaren. Die Wurzel der Verantwortung liegt in der Wachheit und Aufmerksamkeit für sensible Reize, auf die der Mensch mit seinem Verhalten reagiert. Es beschreibt einen unsichtbaren Raum, in dem sich das Zwischenmenschliche bewegt, was den Menschen zum Menschen werden lässt. Sich Wohlfühlen in der eigenen Haut ist ein menschliches Bedürfnis.

Kreativität und Macht in der Bewegung

Wie wird eine Bewegung gelernt? Indem man eine mathematische Formel auswendig lernt und trainiert, oder ist das Bewegungsgeschehen etwas Selbstständiges? Hat es Ähnlichkeiten mit einem Denkvorgang, durch den man mathematische Formeln ableitet, und sie also denkend neu findet? Auf der Bilderserie sehen Sie einen gemeinsamen Lernprozess, den der zweijährige Henry anders erlebt als seine Erzieherin, die ihn bei seinem Versuch und Erfolg begleitet. Auf den ersten Blick will Henry auf eine Leiter hinaufklettern (→ Bild 1). Er will mit dem rechten Fuß auf die oberste Sprosse steigen (→ Bild 2) und stellt den Fuß wieder auf die zweite Sprosse zurück. Er will mit dem linken Fuß auf die oberste Sprosse steigen. Wo will Henry hin? Voller Aufmerksamkeit ist er ganz bei der Sache. Der Tastsinn be-

fähigt zum Selbstbewusstsein, da nur durch diesen Sinn der eigene Körper in Abgrenzung zu anderen Körpern wahrgenommen werden kann.

Die Erzieherin fragt sich vielleicht auch, wo Henry hin will. (→ Bild 3) Sie kommt näher zur Leiter; sie bemerkt eine Gefahr. Ihre Hand und ihr Blick signalisieren Reaktionsbereitschaft, um im Notfall helfen zu können (→ Bild 4). Vielleicht spürt auch Henry ihre Nähe und Aufmerksamkeit, die ihm wiederum Sicherheit und Vertrauen geben.

Für beide ist es ein Risiko. Sie sammeln Erfahrung miteinander, wo jeder sich seiner selbst sicher wird. Die Erzieherin wartet ab und erspürt, ob Hilfe notwendig ist oder nicht. Ihr Verhalten signalisiert Vertrauen. Dem Kind gibt sie Raum und Zeit für eigene Entscheidungen. Sie lernt, Fähigkeiten und Fertigkeiten des Kindes einzuschätzen. Die Anpassungsleistung und das Zusammenspiel von Hand, Fuß, Verstand und Herz scheint Henry zu gelingen. Er kann innere und äußere Grenzen spüren und klettert die Leiter herunter. Das ist ein komplexer Vorgang, mit Gefahren umgehen zu lernen. Es erfordert Übung und Wiederholung. Die Erzieherin und das Kind lernen beide auf andere Weise, was Risiko bedeutet: Aufmerksamkeit, Bewusstheit und Verantwortung für das, was jeder tut oder nicht tut.

Bewegungsprozesse kann man nicht planen

Im Vorfeld kann man diese Lernprozesse nicht planen, noch einer Erzieherin oder einem Kind vorschreiben. Sie erwachsen aus der Beziehung. Sie geschehen aus Neugierde, Offenheit und am Interesse des Menschen. Bildung wird hier als die Verknüpfung gemeinsamer Lernprozesse gesehen, die es dem Kind anders, als den Erziehenden ermöglichen, dass sie an ihren individuellen und gemeinsamen Erziehungs- und Bildungsbedingungen aktiv mitwirken. ErzieherInnen sind der Meinung, sie müssten „wieder lernen, aus Kindersicht wahrzunehmen“; „Kinder können sich gut einschätzen, was ihnen zuviel ist, sie spüren ihre Grenze“. Welche Wirkung

die Körpersprache von ErzieherInnen auf Kinder hat, wird von ihnen kaum bewusst wahrgenommen. Doch die Sprache der Bewegung vermag eine direkte ausdrucksstarke Geste vermitteln. Eine stille Geste, statt des Wortes, kann dem Kind eher erlauben, den Zwischenraum von „ich kann“ und „ich kann noch nicht“ zu erkunden. Es wird seine Art, sich sicher zu bewegen, selbstbestimmt entfalten.

Dieser Weg beschreibt, das eigene Wissen zu entdecken und die Sprache der Bewegung verstehen zu lernen. Erziehende und Kinder sammeln persönliche und gemeinsame Erfahrungen im Zusammenspiel. Jeder be-

gnet seinen Grenzen auf andere Weise, um gemeinsam neue Wege im Umgang miteinander zu finden. Nur durch die leibhaftige und sinnliche Bewegung kann der Mensch immer bewusster sowohl seine Möglichkeiten nutzen und Grenzen entdecken, als auch Bewegungsabläufe selbstbestimmt gestalten. Mit und durch das „Instrument Körper“ – Leib, Seele und Verstand – sprechen Menschen, ihre Lebensmelodie kommt zum Ausdruck. Bewegung ist Sprache und dadurch auch eine Form der Kommunikation. Sie lässt den Eigensinn des Menschen zum Vorschein kommen. ■

Risiko und Prävention – ein Widerspruch?

Drei Filme auf einer DVD von Gerburg Fuchs herausgegeben von der Unfallkasse Nord und der DAK, 2014

- „Risiko und Prävention – ein Widerspruch?“ 8 Minuten
 - „Kinder sich bewegen lassen“ 20 Minuten
 - „Sich bewegen, aber wie?“ 17 Minuten
- zu beziehen über die Herausgeber:

www.uk-nord.de/kita

www.dak.de/gesundekita

