

Monika Aly

Täglich etwas Neues
Vom Baby zum Kleinkind

Pikler®-Pädagogik
für Eltern und Erziehende

Mit Fotografien von Josefine Bieler

Pikler Gesellschaft Berlin

Copyright © 2021 Monika Aly

Umschlaggestaltung: © Andrea Janas | andreajanas.com
unter Verwendung zweier Fotografien von © Lioba Keuck

Projektmanagement: Bernhard Suchy

Fotografien Innenteil – siehe Bildnachweis Seite 159
Illustrationen: pfau-design, Baldham

Postadresse und Vertrieb:
Pikler Gesellschaft Berlin e.V.
Wartburgstr. 18
10825 Berlin
info@pikler.de

Weitere Publikationen der Pikler Gesellschaft Berlin
finden Sie unter www.pikler.de

Druck und Bindung: Livonia, Riga

ISBN 978-3-9822887-1-0

Inhaltsverzeichnis

Vorwort • 9

Die Grundbedürfnisse des Neugeborenen • 15

Wärmeregulation und geeignete Kleidung 16

Die räumliche Umgebung: überschaubar und geborgen 18

Kinderwagen, Tragetuch und Spaziergehen 22

Das Baby und seine Eltern lernen sich kennen • 27

Die ersten Wochen 27

Das Stillen kann Geduld erfordern 30

Die Beziehung zwischen Kind und Eltern 34

Fütterzeiten, Tagesablauf und Nachtschlaf 37

Missbehagen und Weinen 39

Rücken- oder Bauchlage? 42

Bewegen heißt, das Gleichgewicht finden 44

Die ersten Monate und täglich etwas Neues • 49

Das Baby schaut, entdeckt, begreift 49

Erste einfache Spielgegenstände 52

Elterliche Umsicht, kindliches Vertrauen	54
Strampeln, Abstemmen, Drehen	63
Babygruppen, Babyschwimmen, Babymassage	66

Die Zeit vom Krabbeln zum Sitzen • 71

Ungleiche Entwicklungsfortschritte	71
Von der Brust oder Flasche zum Löffel	72
Freude am Kriechen und Krabbeln	77
Die Spielumgebung – eine Aufgabe der Erwachsenen	83
Wie das Kind sitzen lernt	89

Vom Aufrichten bis zum freien Gehen • 95

Klettern, Schieben und Hochziehen	95
Die Bewegungsfreude fördern	104
Der Reiz verschiedener Spielobjekte	106
Das Spielen und die Rolle der Betreuenden	108
Vom ersten Schritt bis zum Gehen	109
Kommunikation und Sprache	115

Ausblick bis zum dritten Lebensjahr • 119

Eigenständig und geborgen	119
Sammeln, Nachahmen, Rollenspiel	121
Treppen, Spielplätze, Laufrad	126
Selbstständigkeit, Regeln, Rituale	128

Entwicklungsbogen nach Judit Falk • 135

Anleitung zum Führen der Tabelle	136
Begriffe und Definitionen	139
Entwicklungsbogen zum eigenen Gebrauch	148
Kopiervorlage	152

Anhang • 153

Literaturempfehlungen	153
Register	156
Bildnachweis	159





Ein Kind braucht Geborgenheit und die Möglichkeit zur Eigenaktivität.

Vorwort

Wie können Eltern und das Baby entspannt und glücklich miteinander leben? Wie schenken Eltern ihrem Kind genügend Zuwendung und gleichzeitig das rechte Maß an Freiheit? Wie können sie ohne Stress, mit Umsicht und ohne den Verzicht auf das eigene Leben gute Eltern sein? Das sind einfache Fragen. Dieses Buch soll Ihnen dabei helfen, sie zu beantworten. Denn je entspannter Mutter und Vater ihre pflegerischen, emotionalen und erzieherischen Aufgaben wahrnehmen, desto eher fühlt sich das Baby geborgen.

Im Mutterleib war alles dunkel, warm und leise, alles funktionierte von selbst. Das neugeborene Kind sieht sich dagegen erheblichen Reizen und Anforderungen ausgesetzt. Auf den folgenden Seiten erfahren Sie, wie Vertrautheit, Kooperation, verbale und nonverbale Zwiegespräche mit dem Erwachsenen entstehen. Das geschieht nämlich nicht, indem das Kind »bespielt« oder eng am Körper getragen wird, sondern in der täglichen Pflege: beim Füttern, Wickeln und Baden. Dafür sollten sich Eltern viel Zeit nehmen, denn ihr Neugeborenes lernt so ihre Stimmen, Hände und Gesten kennen und die Ruhe und Verlässlichkeit der Eltern schätzen.

In diesen sich regelmäßig wiederholenden, existenziell wichtigen Situationen baut sich zwischen Kind und Eltern ein Vertrauensverhältnis auf: Der Erwachsene ist physisch und psychisch anwesend, er kündigt sich und seine Tätigkeiten an, er begleitet das Geschehen mit einfachen Worten und gibt dem Kind die Möglichkeit

zur »Mitarbeit«. Während der pflegerischen Tätigkeiten können Eltern ihr Kind beobachten und bemerken, wie es sich über seine kleinen täglichen Fortschritttchen freut, und sich selbst darüber freuen. Zudem bedarf das Neugeborene der räumlichen Orientierung, eines überschaubaren Tagesrhythmus und der richtigen Kleidung sowie nach einiger Zeit weniger, aber geeigneter Spielzeuge.

Das vorausgesetzt, wird das Baby die Fülle seiner Fähigkeiten von selbst erproben und entfalten. Je genauer Eltern die vielen kleinen Zwischenstufen der körperlichen und geistigen Entwicklung erkennen, desto besser werden sie sich in die Persönlichkeit und die Bedürfnisse ihres Babys hineindenken können. Dafür ist es wichtig, das Zusammenwirken von Eigenmotivation, Entdeckungslust und Entwicklungsfortschritten zu verstehen.

Eltern können beobachten, wie lange die Aufmerksamkeitsphasen ihres wenige Tage alten Säuglings dauern, wie sie länger werden, wie sich seine Blicke an einen interessanten Gegenstand heften, wie er allmählich seine Hände entdeckt. Später werden die Eltern bemerken, wie intensiv sich das Kind einzelnen Objekten zuwendet, wie es ein Hindernis überwindet, wie gerne es beim Ankleiden kooperiert. Eltern sollten wissen, warum das erste Bad Irritationen auslösen kann, wie und wann etwa sich das Kind vom Rücken auf die Seite und später auf den Bauch dreht. Aufmerksamkeit verdient der Tag, an dem das Kind beginnt, mit zwei Gegenständen gleichzeitig zu spielen. Andere Fragen lauten: Wann kann das Kind aus einem Becher trinken? Wann braucht es den Kontakt mit anderen Kindern?

Ich möchte in diesem Buch ein Prinzip erklären und anhand von Text und Fotos zeigen, wie leicht sich gute Lebens- und Entwicklungsbedingungen herstellen lassen. Weil es um ein Prinzip geht, lege ich die Hinweise für die ersten Lebenswochen und -monate breiter an als für die spätere Zeit. Ich gebe keine Antworten, die der Klarheit eines Kochbuches entsprechen. Jedes Kind ist anders, die Eltern haben ihre eigenen Lebensgewohnheiten. Sie sollen die Bedürfnisse des Kindes kennenlernen, seine individuellen Besonderheiten erkennen, einige Grundlagen der körperlichen, geistigen und physischen Entwicklung des Babys beherzigen – vor allem aber soll dieses Buch ihnen dabei helfen, sich in ihr Kind hineinzuversetzen, und ihren Blick für die kleinen Veränderungen schärfen.

Viele dieser Prinzipien erscheinen unmittelbar einleuchtend, doch ist es hierzulande nicht immer selbstverständlich, natürlich und entspannt mit Kindern umzugehen. Weil verhältnismäßig wenige Kinder geboren werden und viele davon ohne Geschwister und großfamiliäre Verwandtschaft aufwachsen, werden die Traditionen der Kinderpflege und -erziehung kaum noch als allgemeine Lebenserfahrung



Im Mittelpunkt der Pikler-Pädagogik steht das Zusammenspiel von Interesse, Experimentierlust, ungestörter Eigenaktivität und Bewegung. Für das Kind kommt es nicht auf das Erreichen sogenannter Meilensteine wie Drehen, Sitzen oder Laufen an, sondern auf das harmonische und sichere Beherrschen der vielen kleinen Übergangsbewegungen.

vermittelt. Das macht einige Eltern unsicher. Nicht selten folgt daraus die Überversorgung kleiner Kinder, die deren Möglichkeiten einschränkt, sich in der Bewegung und im Spiel genügend auszuprobieren. Die Babys brauchen entwicklungsphysiologisch genaue, kleine Anregungen, jedoch keinen Alltag, der aus Terminen für Babyschwimmen, Babymassage und Ähnlichem besteht. Oft trauen Eltern den Kinderausstattern und Anbietern von angeblich nützlichen Lern- oder Übungsprogrammen für Kleinstkinder mehr als der eigenständigen Aktivität ihres Kindes. In einem solchen Klima gewinnt die irrige Meinung die Oberhand, Kinder müssten möglichst früh zu »Erfolgen« und »Leistungen« stimuliert werden.

Wer sich umschaute, wird sehen, dass das Zuviel an gut gemeinten Interventionen und Angeboten den Kindern ihr wichtigstes Kapital nimmt: die Möglichkeit, eigene Fähigkeiten und Lösungswege selbst zu entdecken. Demgegenüber erfahren Sie hier, wie eng Bewegung, Spiel, Neugier, Ruhe, Wohlbefinden und Lernen miteinander verknüpft sind.

Ein Wort an Krippenerzieherinnen und Tagespflegepersonen

Das vorliegende Buch zeichnet die Entwicklung kleiner Menschen von der Geburt bis etwa 18 Monaten nach und beschreibt, wie Betreuende ein geborgenes und aktives Aufwachsen ermöglichen können. In Gruppensituationen kann sich das Kind nur dann zufrieden seinen selbständigen Spiel- und Bewegungsaktivitäten zuwenden, wenn es sich in der Beziehung zum Erwachsenen gesehen und geborgen fühlt. Der Schlüssel dafür liegt zum einen in den Pflegesituationen, wie dem Windelwechseln oder Füttern, in denen Erwachsener und Kind sich einander zuwenden, in denen sie Zeit haben, sich gegenseitig immer besser kennen lernen und sich das Band zwischen ihnen stärkt. Zum anderen in der optimal an der Entwicklung des Kindes orientierten Umgebungsvorbereitung: Welche Spielzeuge, welche Bewegungsmaterialien braucht es genau, damit das Baby in Sicherheit und mit Freude aktiv sein kann?

Die Pädagogik Emmi Piklers gibt klare Antworten auf die Frage, in welchem Rahmen Betreuende jungen Kindern in Gruppen gerecht werden können. Von organisatorischen Fragen, die das Gruppenleben betreffen, soll hier nicht die Rede sein. Diese wichtigen Fragen werden in der Pikler-Literatur andernorts erörtert. Im vorliegenden Buch gehe ich auf die Grundbedürfnisse und die Entwicklungsschritte des Säuglings und Kleinkindes ein. Die genaue Kenntnis dieser Bedürf-

nisse, zusammen mit sorgfältiger Beobachtung der anvertrauten Kinder, ermöglicht es, ein entwicklungsförderndes Umfeld zu schaffen, in dem Kind und Erwachsener freudig zusammen den Tag verbringen können.

Das Lebenswerk von Emmi Pikler

Grundlagen dieses Buches sind meine jahrzehntelangen Erfahrungen als Kindertherapeutin und die Erkenntnisse der ungarischen Kinderärztin Emmi Pikler (1902–1984). Ihre praktische, wissenschaftliche und publizistische Arbeit fand seit 1989 verstärkt Eingang in die Kleinkinderpädagogik westlicher Länder.

Emmi Pikler studierte in Wien und praktizierte in den 1930er-Jahren als Familienärztin in Budapest. Nach dem Zweiten Weltkrieg gründete sie dort das Budapester Säuglings- und Kinderheim Lóczy, das sie bis 1978 leitete. Ihre Nachfolgerinnen waren bis 1991 die Kinderärztinnen Judit Falk und Maria Vincze, dann folgte die Kinderpsychologin Anna Tardos. Seit 1982 arbeite ich eng mit dem Budapester Pikler-Institut zusammen. Judit Falk und Maria Vincze haben die Arbeit an diesem Buch begleitet und bis in einzelne Formulierungen hinein auf Genauigkeit geachtet. Ihnen gilt mein besonderer Dank.

Emmi Pikler verband die praktische Arbeit mit wissenschaftlichen Forschungen zur körperlichen und geistigen Entwicklung der Kinder. Im Zusammenspiel von Theorie und Praxis konnte sie gemeinsam mit ihren Mitarbeiterinnen Prinzipien entwickeln, die Kindern dabei helfen, emotional gesund heranzuwachsen. Dazu gehört in erster Linie der Respekt der Erwachsenen vor den Eigenaktivitäten des Kindes.

Um diese wirklich zu verstehen, wurden am Pikler-Institut einfache, aber bedeutsame Fragen untersucht, zum Beispiel wie häufig ein kleines Kind seine neuesten Fertigkeiten im Vergleich zu schon länger eingeübten nutzt. Das Ergebnis zeigte, dass kleine Kinder ihre vertrauten und für sie sicheren Spiel- und Bewegungsmöglichkeiten manchmal wochenlang den neu erworbenen vorziehen und letztere nur langsam integrieren.

Ähnliches gilt für die Auswahl der Spielobjekte: Neu angebotene Gegenstände werden von Säuglingen nur für kurze Zeit genutzt, überwiegend wählen sie schon bekanntes Spielzeug. Das bedeutet: Das Kind verfeinert Erprobtes gründlich und mutet sich neue Herausforderungen nur in kleinem Umfang zu. Will man also erreichen, dass ein Säugling mehr und vertieft spielt, bietet man ihm einige bekannte



Für ausgeglichene Wärme und gute Beweglichkeit am besten: der Wickelsack

und ein oder zwei neue Spielobjekte an. So führten die wissenschaftlichen Beobachtungen von Emmi Pikler und ihrem Team zu ganz konkreten Erkenntnissen, die sowohl für Eltern als auch für Krippenerzieherinnen hilfreich sind.

Um die vielen kleinen Fortschritte in den unterschiedlichen Entwicklungsbereichen leichter erkennen und dokumentieren zu können, entwickelte Judit Falk einen Beobachtungsbogen, der auf den Seiten 135–152 gezeigt und erläutert wird. Mit ihm lässt sich leicht einschätzen, welche Fähigkeiten in welchem Alter zu erwarten sind, ohne zu enge Grenzen zu ziehen.

Ergänzend zum Text mögen der Beobachtungsbogen und die Fotos in diesem Buch dabei helfen, auf die vielen wichtigen Kleinigkeiten auf dem Weg vom Baby zum Kleinkind aufmerksam zu werden und sich an ihnen zu erfreuen.

Die Grundbedürfnisse des Neugeborenen

Werdende Eltern können mit guten Gründen gelassen in die Zukunft schauen. Sie freuen sich auf das kommende Kind, suchen eine Geburtsklinik aus oder – alternativ dazu – ein Geburtshaus bzw. eine erfahrene Hebamme für die Hausgeburt. Abgesehen von einem Kurs zur Geburtsvorbereitung und der Namenssuche geht es in den letzten Wochen der Schwangerschaft um die Dinge, die für das Neugeborene anzuschaffen sind. Statt vom Überangebot des Handels können sich die Eltern jedoch auch einfach von den elementaren Bedürfnissen des Kindes leiten lassen. Wie sie diese erkennen, respektieren und unterstützen können, davon handelt dieses Buch.

Ebenso wichtig ist es, zu wissen, was ein neugeborenes Kind nicht braucht. Statt Spielzeug bereitzulegen, ist es wichtiger, seine künftige Umgebung so einzurichten, dass sie seinem Bedürfnis nach Ruhe und Geborgenheit entspricht: das Körbchen oder Kinderbettchen, die Wickelkommode, den Kinderwagen und einen festen Platz in der Wohnung, an dem es gestillt wird oder sein Milchfläschchen bekommt.

Das Kind benötigt zum Anfang seines Lebens nur wenige Dinge. Entscheidend ist, dass sich die Eltern eine zutreffende Vorstellung davon machen, was ihr Neugeborenes von ihnen erwartet: Zuwendung, kein Überangebot an Reizen, Hilfe dabei, Tag und Nacht unterscheiden zu lernen, den Rhythmus zwischen den einzelnen Mahlzeiten, den Phasen des Wachseins, später des Spiels, und des Ausruhens zu finden.