

pickup

Samy Molcho

Das 1x1 der Körpersprache der Kinder



Samy Molcho

Das 1x1 der
Körpersprache
der Kinder

pickup

Samy Molcho

Das 1x1 der
Körpersprache
der Kinder

Mit Fotografien von Nomi Baumgartl

Bibliografische Information der Deutschen Bibliothek

Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet unter <http://dnb.ddb.de> abrufbar.

© Heinrich Hugendubel Verlag, Kreuzlingen/München 2008
Alle Rechte vorbehalten

Umschlaggestaltung: ZERO Werbeagentur, München
Satz: EDV-Fotosatz Huber/Verlagsservice G. Pfeifer, Germering
Druck und Bindung: Alcione, Lavis
Printed in Italy

ISBN 978-3-7205-4059-9

Inhalt

Vorwort	9
Einführung: Die 1:1 Formel	10
Die Stufen der Entwicklung	12
Die Geburt	15
Die Aktiven und die Bequemen	15
Nach der Geburt	18
Im Säuglingsalter	21
Vom Wechsel der Empfindungen	21
Das »Eiszapfen-Syndrom« und andere Reaktionen auf die Begegnung mit der Welt ..	22
Von Nähe und Distanz	23
Das ganze Gesicht muss es sein	25
Berühren heißt erfahren	26
Die Entdeckung durch das Auge	28
Tödliche Langeweile	30
Nachahmung stärkt den Lernprozess	33
Kindliche Signale und was darauf folgt	34
Gefühle zeigen – auch wenn sie gespielt sind	35

Rückmeldung	37
Die Grundlagen der Zärtlichkeit	39
Zärtlichkeit und frühkindliche Sexualität	41
Die Spielregeln des Kindes	43
Frühkindliche Bewegungen als Ausdruck von Körpersprache in der Zusammenfassung	47
Vom Sitzen, Krabbeln und Aufrechtgehen oder: Die Kinder wachsen heran	53
Entfernung auf Blickweite	54
Erwünschte und unerwünschte Hilfestellungen	56
Gestörter Entdeckungseifer kann lebenslange Folgen haben	57
Essen und Spiel	59
Geben und Nehmen	62
Kompetenzgefühle	64
Standpunkt und Wechsel: Standpunktwechsel	65
Konfrontationen	66
Keine Aggressionen?	69
Das Gesetz der Anpassung	72
Kindliche Signale wecken den Beschützerinstinkt	73

Kampf oder Flucht	74
Territorialverhalten	75
Hierarchie und Status	77
Status und Besitz	79
Ausgangspunkte für Karrieren	81
Annäherungen	82
Provokationen	83
Fünf Reaktionen auf unfreundliche Reize ...	85
Schulzeit	89
Die gemalten Buchstaben und die geschriebenen	89
Die beiden Pole der Autorität	91
Achtung: Körpersprache	95
Wann dürfen Kinder reden?	96
Nein, meine Suppe ess ich nicht!	97
Die Last der Erwartungen	98
Zu schwer für junge Schultern	99
Der Preis der Eitelkeit	101
Digitales Denken kontra Kreativität	103
Nachwort	109
Über den Autor	111



Vorwort

Große Augen blicken von unten herauf, der Kopf ist leicht geneigt, die Lippen sind schmolend verzogen. Eine Sekunde dauert es, bis die Wirkung einsetzt. Wir werden weicher. Unser Mund verzieht sich zu einem Lächeln. Die Lippen des Kindes werden weich und lächeln, die Augen strahlen. Eine Kommunikation ohne Worte findet statt. Gefühle und Bedürfnisse werden auf diese Art vermittelt. Wer von uns kennt diese Situation nicht?

Körpersprache spricht in uns direkt unsere Empfindungswelt an und löst so direkt unsere Taten aus. Babys und kleine Kinder sind abhängig von ihren erwachsenen Eltern oder ihren Versorgern. Sie haben nur eine Chance, ihre Bedürfnisse zu befriedigen: Kommunikation. Dafür steht ihnen, außer Schreien, nur ein Kanal zur Verfügung – die Körpersprache. Das Kind erwartet von seinen Eltern, dass sie seine eigene Körpersprache verstehen. Es geht davon aus, dass es seine Bedürfnisse und Gefühle klar ausgedrückt hat, aber die Eltern diese nicht wahrnehmen wollen. Das Kind versteht sich als Ganzes und will auch so wahrgenommen werden. Die Welt der Erwachsenen ist überwiegend eine ver-

bale Welt mit sachlichen Informationen, und so übersehen wir oft die Aussagen und Bedürfnisse unserer geliebten Kinder.

Babys und Kinder haben eine vollkommene Persönlichkeit in jeder Phase und in jedem Stadium ihres Lebens, und zwar mit Bedürfnissen, Gefühlen und Wünschen. Ihr Selbstbewusstsein ist abhängig davon, wie gut sie mit ihrer Umwelt kommunizieren können. Das Feedback auf ihre Signale ist der Beweis für »Du bist da, und wir nehmen dich wahr!«.

Wenn Kinder eine Umgebung erleben, die sie versteht, sind sie selbstbewusst und ausgeglichen. Nur das garantiert uns eine harmonische und gesunde Zukunft. Dieses Buch soll ein Licht im Labyrinth der komplexen Beziehungswelt zwischen uns und unseren Kindern sein.

Verständnis ist der erste Schritt zur Liebe.

Einführung: Die 1:1-Formel

Die Körpersprache von Kindern ist nicht, wie man meinen könnte, reicher als die von Erwachsenen. Im Gegenteil, sie ist elementar, einfacher und damit auch ärmer. Kinder brauchen auch keinen komplizierten Wortschatz, um ihre alltäglichen Bedürfnisse auszudrücken.

Das Kind folgt noch den fünf Grundverhaltensformen: Nach vorne rennen oder attackieren, wegrennen (Flucht), verstecken, Hilfe suchen oder sich unterordnen.

Bevor Kinder von Verboten und Geboten geprägt werden, gilt die 1:1-Formel. Wollen sie etwas nicht, rennen sie weg. Fühlen sie sich bedroht, verstecken sie sich unter dem Stuhl, dem Tisch oder unter Mutters Rock. Ort und Situation haben keinen Einfluss auf das Verhalten, ob zu Hause, im Lokal, bei fremden Leuten, die Reaktion ist stets die gleiche. Kinder folgen 1:1 ihrem inneren Impuls. Insofern ist es leicht, ihre Körpersprache zu dechiffrieren und zu verstehen. Kompliziert ist allein die Beziehung zwischen Kindern und Erwachsenen, die in die simple Empfindung Verwirrung bringen. Erwachsene geben oft nicht das richtige Feedback auf kindliche Signale.

Wenn wir unmittelbar auf die elementaren Bewegungen unserer Kinder, auf ihre Bedürfnisse antworten, so schaffen wir ihnen beinahe so etwas wie eine heile Welt. Kinder, die sich sicher fühlen können, die offen mit ihrer Umgebung kommunizieren, weil sie Antwort erhalten auf ihre Signale, werden später die Widersprüche, die sie erfahren, besser bewältigen können.

Die Stufen der Entwicklung

Der Unterschied zwischen der Körpersprache von Erwachsenen und der kindlichen Körpersprache liegt zunächst einmal darin, dass der Körper dem erwachsenen Menschen als Instrument voll ausgebildet zur Verfügung steht, dem Kind jedoch nicht. Der Erwachsene ist in der Lage, damit umzugehen, hat gelernt, mit dem Körper zu agieren.

Es lassen sich verschiedene Entwicklungsstufen ausmachen, über die der Weg zur Beherrschung des Körpers geht. Mit der Entwicklung seines Körpers und der wachsenden Fähigkeit, mit ihm umzugehen, ihn zu benutzen, erfährt das Kind, dass es etwas bewirken kann in der Welt durch seine Bewegungen, den Signalen seines Körpers. Die pränatale Phase ist in dieser Beziehung noch zu wenig erforscht, doch kann man von ihr sagen, dass sie Signal und Gegen-signal, eine Zwiesprache zwischen Mutter und Kind kennt. Es ist zugleich die Phase, in der alles Kommunikative sich ausschließlich körpersprachlich – im engsten Sinne des Wortes – vollzieht.

Jede Phase, die des Sitzens, Krabbelns, Gehens, bringt neue Bewegungserfahrungen und damit neue Möglichkeiten der Kommunikation, das heißt des Signal-Gebens und des Signal-Tauschs. Es sei darauf hingewiesen, dass sich die Darstellungen dieses

Buches auf gesunde Kinder beziehen, die in Familien leben, die man als intakt bezeichnen kann. Es ist mir bewusst, dass viele Kinder in weniger glücklichen Verhältnissen ihr Dasein beginnen und weniger gute Ausgangspositionen hinnehmen müssen.



Die Geburt

Während der Geburt hat das Kind eine eindeutige Aufgabe, die genetisch programmiert ist und einer Erwartung der Mutter gegenüber ihrem Kind entspricht: Es muss mithelfen, aus dem Mutterleib herauszukommen. Ich spreche auch hier von einem Signalaustausch zwischen Mutter und Kind. Das erste Signal empfängt es von der Mutter, erteilt durch die ersten Wehen. Durch die Kontraktionen signalisiert sie dem Kind: Jetzt dränge dich hinaus! Das Kind empfängt das Signal und beginnt sogleich – wenn es nicht besonders faul ist –, die ihm zugewiesene Aufgabe zu übernehmen. Es bewegt sich langsam zum Gebärmutterhals und beantwortet die Signale der Mutter durch die Tat. Damit das Ungeborene nicht gedrängt wird, hat die Natur Zeitabschnitte zwischen die Wehen gelegt.

Die Aktiven und die Bequemen

Viele Mütter können darüber berichten, wie sich Charaktereigenschaften der Neugeborenen in dieser Phase zu enthüllen scheinen: Das Kind hilft aktiv

mit, es ist etwas bequem und braucht Hilfe von außen, es hält sich ganz zurück, will sich nicht bewegen, will überhaupt nicht herauskommen – massive Nachhilfe wird nötig.

Solche frühen Äußerungen des Charakters konnten wir, meine Frau und ich, auch bei unseren vier Söhnen beobachten. Ich habe ihre Geburt gefilmt und es ist sehr aufschlussreich, im Vergleich zwischen dieser ersten Beobachtung und der weiteren Entwicklung festzustellen, dass die Grundzüge von Charaktereigenschaften sich tatsächlich wieder bemerkbar machen. Der erste unserer Söhne kam schnell, wie von einer Kanone geschossen. Es schien ihm wichtig, schnell ans Licht zu kommen. Er war groß und kräftig. Unser Ältester ist heute genauso wie bei seiner Geburt; er ist ein Blitz. Er ist schnell, er ist dynamisch, alles muss bei ihm sofort und ohne Verzögerung geschehen. Der zweite Sohn war etwas ruhiger, es ging bei der Geburt etwas langsamer, aber er erwies sich als selbstständig. So hat er bei der Geburt einen Arm selbst herausgebracht, nachdem sein Köpfchen draußen war. Er hat sich selbst geholfen. Er ist auch heute so, viel selbstständiger als die Brüder; er braucht wenig Hilfe von anderen, er arrangiert sich selbst mit der Welt.

Immerhin lässt sich nach unseren Erfahrungen sagen, dass der Prozess der Geburt, für den das Kind



Das Kind breitet die Arme aus und seine Zunge schiebt etwas fort. So nimmt es das unangenehme Gefühl des Nach-hinten-Fallens vorweg.

von der Natur programmiert ist, und zwar im Sinne seiner aktiven Mithilfe, als aussagekräftig angesehen werden kann für Grundzüge des sich nun herausbildenden Charakters; denn ein Kind gibt durch sein Verhalten, ob aktiv, selbstständig, passiv, sanft, schnell usw., Antworten auf erste Anforderungen, die an es gestellt werden.

Nach der Geburt

Das Neugeborene erlebt völlig neue Reize, ist ihnen zum ersten Mal ausgesetzt. Es ist von seiner Mutter getrennt. Zum ersten Mal spürt das Kind Hunger und der Hunger wird nicht auf der Stelle gestillt durch eine stets Nahrung spendende Leitung wie im Mutterleib, sondern es werden Signale notwendig. Licht fällt auf die Netzhaut seiner Augen, Lichtunterschiede werden wahrnehmbar, seine Ohren empfangen Geräusche.

Kurz gesagt:

Eine Menge neuer Reize stürmt während und nach der Geburt auf das Kind ein, ein Chaos zunächst, das von dem Neugeborenen organisiert, zugeordnet werden muss. Noch ist es ihnen versagt, zwischen Ich und Nicht-Ich zu unterscheiden. Das Kind versteht noch nicht auseinanderzuhalten, ob die Hand, die vor seinen Augen auftaucht, seine eigene ist oder eine fremde. Alles, was es sieht, was es erlebt, gehört noch zu einem großen Ich. Von dem Augenblick an, in dem das Kind die Dinge berühren kann, unterscheidet es zwischen zwei Phänomenen. Packt es den eigenen Fuß, fühlt es die Berührung doppelt: einmal mit der Hand, die zupackt, zum anderen am Fuß, der gepackt wird. Ergreift es die Hand seiner Mutter, spürt es nur von einer Seite die Berührung,

nämlich in seiner zugreifenden Hand. Nach und nach teilt sich die Welt, die anfänglich ein großes Ich-Wesen darstellte. Das Bewusstsein stellt sich ein, dass nicht nur ein einziges Ich existiert, sondern ein Ich und ein Nicht-Ich.



Im Säuglingsalter

Die Entdeckung von Ich und Nicht-Ich weckt nachdrücklich den Wunsch, zu erfahren, was mich von dem oder den anderen unterscheidet, ruft die uns angeborene Neugier auf den Plan. Sobald das Kind in der Lage ist, das andere zu ergreifen, Objekte zu berühren, an sich zu nehmen, in den Mund zu stecken, erhöht sich sein Kompetenzgefühl: Ich selbst kann anderes erfahren!

Vom Wechsel der Empfindungen

Das Hungergefühl gehört, wie schon erwähnt, zu den ersten neuen Erfahrungen nach der Geburt, und zwar zu den unangenehmen. Das Kind, noch nicht in der Lage, sich selbst zu helfen, gerät in Panik und beginnt zu schreien. Früher oder später kommt die Mutter und bemüht sich, den Hunger zu stillen. Das Kind beginnt zu lernen: Bringt es seine unangenehme Empfindung, sein Unbehagen zum Ausdruck, gibt es eine Antwort darauf. Die Antwort besteht aus einer ganzen Reihe von Informationen: Die Mutter kommt, sie nimmt das Kind auf, drückt es an sich.



Samy Molcho

Das 1x1 der Körpersprache der Kinder

eBook

ISBN: 978-3-641-03434-4

Ariston

Erscheinungstermin: November 2009

Das Pickup zum Bestseller

Bestseller-Autor und Körpersprache-Experte Samy Molcho zeigt, wie vielfältig sich Kinder auch ohne Worte allein durch ihre Gesten, ihre Körpersprache ausdrücken. Ein unerlässliches Buch für Eltern, Erzieher und alle, die Kinder besser verstehen wollen – mit wunderschönen Fotos von Nomi Baumgartl.



Der Titel im Katalog