

Die gesunde Entwicklung des Kindes begleiten und stärken

geschrieben von Redakteur | Februar 24, 2023



Gesundheit als Zustand, in dem Leib, Seele und Geist selbstregulierend zusammenwirken

Gesundheit ist nicht unbedingt nur eine Frage der naturwissenschaftlichen Definition, sondern unter anderem im anthroposophischen Sinne ein Zustand des einzelnen Menschen, in dem Leib, Seele und Geist in individueller Weise selbstregulierend zusammenwirken. Diesen Zustand kann jeder in sich finden und für sich selber gewinnen. Gesundheit ist höchst individuell wie das Erleben von Zufriedenheit, von innerer Übereinstimmung mit sich selbst und mit der Welt. Ein gesundes Leben ist nicht ein Leben ohne Krankheit, sondern vielmehr ein Leben mit den „Fähigkeiten, die Hindernisse, Störungen und Gefährdungen im Leben bewältigen zu können; die eigenen Werte und Ziele zu kennen und ihnen entsprechend zu leben“ (Treichler 2020, S. 44).

Zur gesunden Entwicklung in den ersten Jahren

Die waldorfpädagogische Methode betrachtet das sich entwickelnde Kind im Zusammenwirken von Körper, Seele und Geist (geistiger Individualität): das Leiblich-Physiologische und das Geistig-Seelische dürfen nicht getrennt gesehen werden, denn sie gehen ineinander über und bilden das Ganze der sich frei entwickelnden Individualität. Dies erfordert ein sensibles, ein feinführendes Wahrnehmen der individuell einzigartigen Entwicklung des Kindes, auf das die Waldorferzieherin situationsorientiert antwortet.

Für die ersten Lebensjahre bis zum Schuleintritt stehen ein gesundes körperliches Wachsen, also Leibbildung, im Zentrum, die grundlegend für die spätere Entwicklung der Vorstellungen und des Gedächtnisses ist. Eine Vorverlegung schulischer Lernprozesse in das Kindergartenalter würde diese ganzheitliche Entwicklung der Leibeskräfte beeinträchtigen. Der lebendige Organismus, der als Urphänomen des Lebendigen zu verstehen ist, entwickelt sich als Ganzheit, entfaltet eigenständig seine Potenziale und bringt so aus eigener Kraft seine leiblich-seelische Gestalt in rhythmisch gestalteter Selbstregulation hervor, die durch vorzeitiges Eingreifen und gezieltes einseitiges Fördern bestimmter Fähigkeiten und Fertigkeiten nicht gestört werden darf. Wird dies nicht beachtet, dann kann es zu gesundheitlichen Fehlentwicklungen bis hin zu einer Vielzahl chronischen Erkrankungen führen (Soldner 2020, S. 45 ff.).

Die Waldorferzieherin folgt dem integrierten pädagogisch-medizinischen Konzept, das im gesundheitsfördernden (salutogenetischen) Ansatz zu finden ist und für die „resiliente Erziehung in Familie, Krippe, Kita und Grundschule“ näher erläutert wurde (Neuhäuser/Klein 2019, S. 111 ff.): Es geht um eine bewusste Gesundheits- und Resilienzförderung, um Entfaltungsspielräume für die

Entwicklung eines gesunden Gedanken-, Gefühls- und Willenslebens, das am Beispiel des von der Waldorferzieherin Gabriele Scholz gestalteten integrativen Kindergartens in allen Einzelheiten veranschaulicht wird: Sie zeigt, wie das Wahrnehmen und Tätigsein des Kindes in überschaubare Lebenszusammenhänge einzubetten ist, damit es die Welt zunehmend als verstehbar, handhabbar und sinnhaft erlebt und sein Kohärenzgefühl stärkt (Kapitel 4).

Zur Gesundheitserziehung

Das moderne Konzept der Salutogenese (Salus, lat.: Heil, Ganz, Unversehrtheit, Glück; Genese, griech.: Entstehung, Entwicklung) geht nicht der Frage nach, warum Menschen krank werden. Es setzt positiv an, wechselt die Perspektive, fragt nach den Quellen der Gesundheit und zeigt, wie eine Stärkung der autonomen Kraft erfolgen kann. Salutogenese lässt das Krankheitsmodell, das pathogene, d. h. krankmachende Faktoren beschreibt, hinter sich und fragt nach den gesundheitserhaltenden und -fördernden Faktoren, nach den positiven personalen Ressourcen. Es versteht Gesundheit als Fähigkeit, sich mit Problemen sinnvoll auseinanderzusetzen und zur Lebenstüchtigkeit beizutragen (Glöckler 2003, S. 22).

Im salutogenetischen Verständnis ist also Gesundheit mehr als Abwesenheit von Krankheit. Gesundheit ist ein dynamisches Geschehen, das mit folgenden Merkmalen beschrieben werden kann, die eng miteinander zusammenhängen und nur theoretisch unterschieden werden:

- Körperliches Wohlbefinden,
- eine positive Grundhaltung zur Welt,
- ein hohes Selbstwertgefühl, das sich selbst akzeptiert und achtet, sich selbst als wertvoll erlebt,
- Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten und Selbstwirksamkeit, sich zutrauen gestellte Aufgaben zu lösen, weil man sich der eigenen Kompetenz sicher ist,

- sich bewusst sein, die gegebene und aufgegebenen Situation durch eigenes Handeln beeinflussen zu können und in problematischen Situationen sich selbst helfen können oder bei anderen Menschen Hilfe suchen. Vertrauen in die eigene Belastbarkeit, sich zutrauen auftretende Probleme, Schwierigkeiten oder Belastungen auszuhalten. Dieses Selbstvertrauen geht mit dem Gefühl einher, die Ereignisse selbst kontrollieren zu können und die Bedrohungen als Herausforderungen zu betrachten.

Neben diesen Merkmalen steht das Kohärenzgefühl im Zentrum des salutogenetischen Prinzips, das als innere Einstellung und Haltung gegenüber der Welt und dem eigenen Leben beschrieben werden kann. Es entwickelt sich weitgehend in der frühen Kindheit. Daher kommt dieser Zeit die entscheidende Bedeutung für die Gesundheit im späteren Leben zu. Die Ausbildung des Kohärenzgefühls hängt im hohen Maße von Faktoren der Umgebung ab. Der entscheidende Protektivfaktor für eine gesunde Entwicklung ist das Befriedigen elementarer Bedürfnisse in den sozialen Beziehungen.

Die gesundheitserzieherische Aufgabe in der frühen Kindheit besteht darin, dem Kind sein individuelles Gefühl von Verstehbarkeit, Sinnhaftigkeit/Bedeutsamkeit sowie Handhabbarkeit/Bewältigbarkeit durch sensibles Begleiten entwickeln zu helfen (Neuhäuser/Klein 2019, S. 115).

Zu dieser Unterstützung gehören im Hinblick auf

- Verstehbarkeit: Ein Gefühl von Verstehbarkeit bringt zum Ausdruck, dass der Mensch fähig ist, Reize als geordnete und strukturierte Informationen verarbeiten zu können und nicht mit Reizen konfrontiert zu sein, die chaotisch, willkürlich und unerklärlich sind.
- Deshalb darf das Kind nicht mit Angeboten und Reizen überflutet und im „Reizchaos“ nicht allein gelassen

werden. Vielmehr ist es einfühlsam und behutsam zu begleiten und die neuen Lernangebote sind situationsorientiert zu strukturieren und durchschaubar zu machen.

- **Sinnhaftigkeit/Bedeutsamkeit:** Im Gefühl des Sinnhaften und Bedeutsamen drückt sich das Ausmaß aus, in dem der Mensch das Leben als emotional sinnvoll empfindet und sich den Anforderungen des Lebens als willkommenen Herausforderungen stellt. Das Kind erfahren lassen, dass eine positiv gestimmte Einstellung und Haltung zum Leben seine Kräfte und Energien zur Bewältigung der Aufgaben freisetzt. Es macht in den Übungs- und Lernfeldern die Grunderfahrung, dass sich Anstrengung lohnt und entdeckt den Sinn der anstrengenden und herausfordernden Arbeit. Hier übt und lernt das Kind gesundheitsbewusst.
- **Handhabbarkeit/Bewältigbarkeit:** Dieses Gefühl entspricht der Überzeugung des Menschen, dass Schwierigkeiten und Probleme lösbar sind. Das Kind Selbstwirksamkeit erfahren lassen, es fühlen lassen, dass sich Mühen und Anstrengungen lohnen, damit es selbst durch sein Tun zur Lösung (Ergebnis, Ziel) kommt. Hier erlebt es seine eigenen Kompetenzen und Ressourcen. Und es erkennt, wenn es an seine Grenzen stößt und nicht weiterkann, dass es vertrauensvoll die Erzieherin um Hilfe bitten kann – ganz im Sinne von Montessoris Leitsatz „Hilf mir, es selbst zu tun“.

Das Kind ist als „ganzes Sinnesorgan“ mit der Welt verbunden

Die Waldorferzieherin achtet das körperliche, soziale und seelische Wohlbefinden in den ersten sieben Jahren (erstes Jahrsiebt), das für die individuellen Entwicklungs- und Lernprozesse in den folgenden Jahren entscheidend ist. Sie gestaltet die Umgebung so, dass jedes Kind seine Körperkräfte

durch Pflege der leiblich-sinnlichen Wahrnehmungen und schöpferische Bewegungen stabilisiert und dadurch sein Ich stärkt.

Die Pflege beachtet vier grundlegende körperbezogene Sinne (Tastsinn, Lebens- und Vitalsinn, Bewegungssinn, Gleichgewichtssinn) durch die es seine bewegungserfüllten Sinnes- und Naturerfahrungen machen kann, die zu bleibenden Verknüpfungen (Synapsen) zwischen Nervenzellen und Gehirn führen. Durch diese ganzheitlichen Welterfahrungen, mit denen sich das Kind eng verbunden fühlt, formt es sein Ich, das nicht zwischen dem Innen- und Außenraum trennt.

Das Kind ist als „ganzes Sinnesorgan“ mit der Welt verbunden und befragt diese in immer wieder neuen Versuchen neugierig. Dadurch übt es auf seine ganz persönliche Art seine logische Denkweise aus und entwickelt sein Denken (kognitive Schemata) sinnbezogen weiter, was aber nichts mit dem Anstreben von Lernzielen zu tun hat. Es lebt in seinem Körper und bildet sein Selbst- und Welterleben.

Von diesen vielfältigen und phantasievollen Welt- und Selbsterfahrungen lässt sich die Waldorferzieherin inspirieren und antwortet dem Kind wie ein Spiegel auf Augenhöhe. Sie ist dem Kind nahe, lässt sich vom ihm führen, überwindet durch intuitives Mitgehen mit dem Kind das Herrschaftsverhältnis und wandelt es zu einem Dienstverhältnis. Dienst war der ursprüngliche Sinn von Erziehung: Erziehung ist dienen und nicht herrschen.

In diesem feinführend und vertrauensvoll gestalteten Erziehungsraum wird das Kind Subjekt seiner Bildung: Es kann das tun, was es will, und es kann auch in schier unlösbaren Situationen die Erzieherin fragen und um Hilfe bitten. Als autonom handelnde Persönlichkeit wird es „Baumeister seiner Selbst“ (Montessori) und die Erzieherin kann seinen Impulsen intuitiv nachspüren: Es erlebt sich in Freiheit mit der Umgebung und gestaltet sein phantasiereiches Handeln und

Spielen (Freispiel).

Der Schlüsselbegriff der gesunden Entwicklung ist die Selbsttätigkeit des Kindes, das sich durch eigenes Handeln das aneignet, was in der Welt wirkt. Seine Sinneseindrücke werden nicht passiv aufgenommen, sondern innerlich nacherlebt (nachgebildet). Beim aufmerksamen Wahrnehmen (Sehen und Hören) macht sich das Kind sein Bild von der erlebten Welt und gestaltet diese auf seine Weise nach und beim Hören von Märchen, Liedern oder Reimen übt es das Gehörte ganz individuell.

Bei diesem Selbstaneignen der Welt kommt es nicht auf bereits schöne und eindeutige vorgefertigte Gegenstände an. Eine Puppe, die in voller Pracht da ist, gibt dem Kind keinen Spielraum mehr für eigenes schöpferisches Tun und es kann mit seiner Phantasie nicht mehr das gestalten, was es will. Sie ist ja bereits fertig. Hingegen eine Puppe, die mit einfachen Mitteln gefertigt ist, regt die „Bildungstätigkeit des Gehirns lebendig an“ (Steiner, zit. n. Ostkämper 2020, S. 23). Das Kind ergänzt durch „nachahmende Seelentätigkeit“ das Fehlende und belebt es mit seiner Phantasie. Es hat hier viel Spielraum. Je unstrukturierter, funktionsfreier und einfacher das Spielmaterial ist, desto kreativer kann es selbstbestimmend sein freies Spiel gestalten.

Weiterführung durch den „Situationsorientierten Ansatz“

Dieser nachhaltige Bildungsauftrag des Waldorfkindergartens schließt an die Klassiker der Pädagogik (Pestalozzi, Fröbel, Montessori, Korczak) an, wird heute besonders im Situationsorientierten Ansatz von Armin Krenz vertreten und durch die neurobiologische sowie kognitionspsychologische Forschung bestätigt

(Neuhäuser/Klein 2019, S. 149 ff.).

Für den Kindheitsforscher Armin Krenz entsteht die nachhaltige

Bildung als Entwicklungsprozess im selbstaktiven Kind – und nicht durch programmierte Inhalte. Das Kind will selbstkonstruierend aus eigener Initiative am Werk sein. Es erwartet bei diesem Selbstbildungsprozess eine wertschätzende und Sicherheit gebende Unterstützung in einem einladenden Bildungsraum. Um diese „Kommunikationskultur und Entwicklungsatmosphäre“ auch wirklich zu pflegen, hat die Erzieherin durch Reflexionsbetrachtung ihre Biografie auf eigene Verhaltensmuster „zu analysieren, um entwicklungshinderliche Ausdrucksformen in entwicklungsförderliche Verhaltensweisen zu wandeln“ (Krenz 2021, S. 3).

Zur gefährdeten gesunden Entwicklung durch digitale Bildung

Doch diese Selbstwirksamkeit ist durch die so genannte „digitale Bildung“ gefährdet (Klein 2018, S. 128). Zwischen Computer und Mensch entstehen vielfältige Wechselbeziehungen. Wer immer die Software programmiert, greift direkt in unser Leben ein. Und wir werden schön eingebettet, wenn uns die Algorithmen die Entscheidungen abnehmen. Dieses perfekte System arbeitet ohne Gefühle, seine Ergebnisse sind alle mathematisch abgesichert. Hier bleibt kein Raum für persönliche Begegnungen, für eigene Erfahrungen, für phantasievolles Beschreiten neuer Wege, für das Gestalten des Lebens durch Versuch und Irrtum. Durch diese „digitale Bildung“, die im Grunde Selbstentmündigung ist, geht das freie Gestalten des Lebens und Lernens, das Selbstwirksamwerden verloren. Wie auch der Neurobiologe Gerald Hüther betont, hören die Kinder auf, selbst etwas zu entdecken, „sie spielen nicht mehr frei, hängen der Mama am Rockzipfel oder heute eher dem Handy am Knopf“. Ihre veranlagte Weltoffenheit, Entdeckerfreude und Gestaltungskunst schwinden und können das Unvorhersehbare ihres Lebens nicht mehr annehmen.

Die Kinder werden ängstlich und „verlieren ihren inneren Wegweiser in die Freiheit“

(Hüther 2020, S. 4).

Die Beziehung zwischen Erzieherin und Kind lässt sich nicht über den Bildschirm, der Informationen präsentiert, herstellen, denn der gestaltete Beziehungsraum hat immer eine leibliche-seelische Dimension (Körperhaltung, Begegnungen, Interaktionen). Geboten ist die Selbstwirksamkeit als Moment wechselseitigen geistigen Berührens und Berührtwerdens zu erfahren, etwa dann, wenn es der Erzieherin gelingt, die Neugier der Kinder zu wecken und ihre Aufmerksamkeit zu fesseln. Geboten ist, die Kinder rechtzeitig zur Medienkompetenz zu führen, die Eltern und Erzieherinnen im offenen Dialog herausfinden

(siehe <http://www.medienratgeber-fuer-eltern.de>).

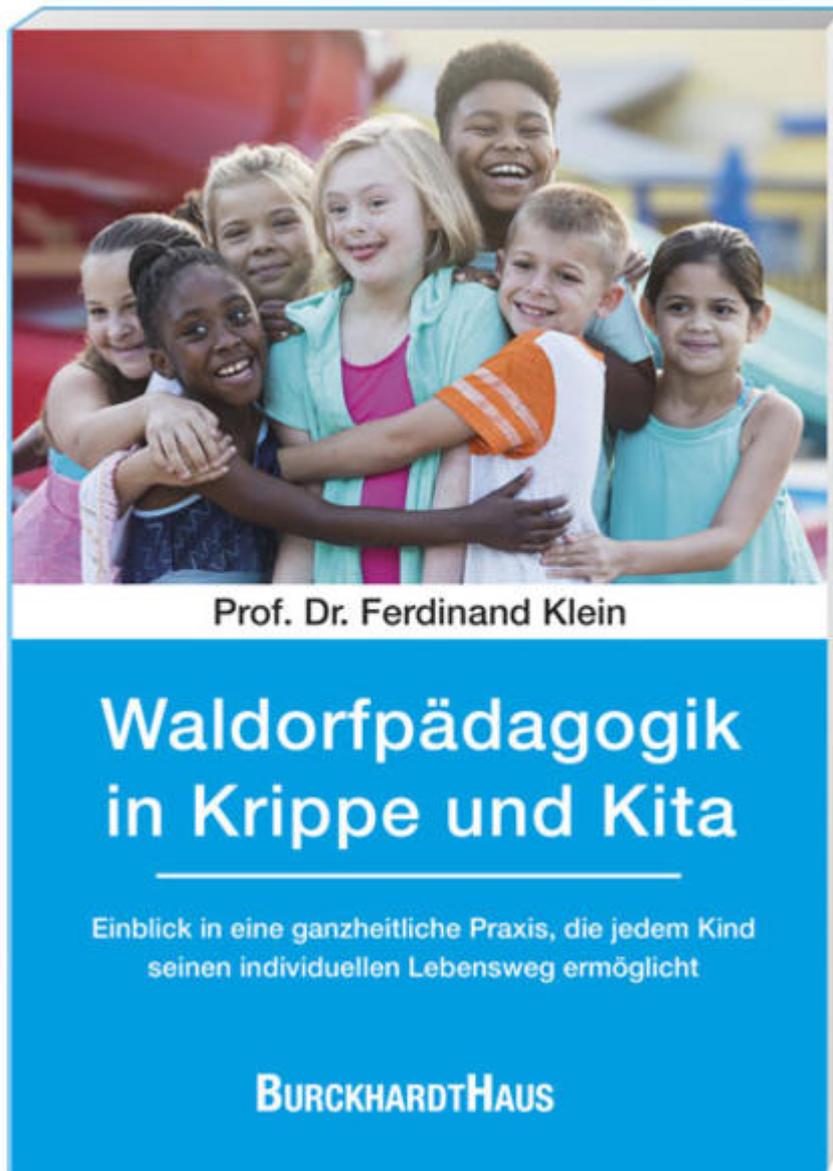
Fazit

- Nach den Erkenntnissen der Neurobiologie und Psychiatrie will sich das „Beziehungsorgan Gehirn“ von Beginn an in der Beziehung mit anderen Menschen und mit der Umwelt in geordneten Bahnen entwickeln und aus eigener Kraft sinnvolle Strukturen der Welt aneignen (Fuchs 2012). Notwendig ist ein Lebens- und Beziehungsraum, der von wechselseitiger Empathie geprägt ist (Klein 2018b, S. 90).
- Kinder brauchen eine von der Erzieherin feinfühlernd gestaltete Spiel- und Lernumgebung, in der sie mit allen Sinnen, vor allem mit den Händen, ihre authentischen Erfahrungen machen können, die ihnen helfen, selbstständig, unabhängig und sozial beteiligt das Leben zu spüren und zu erleben. Das kann aber nur gelingen, wenn die Erwachsenen sich der Perspektive des Kindes situationsorientiert zuwenden und damit aufhören, Kinder

in die eigene Perspektive hineinzuziehen (Krenz 2014).

- Waldorfpädagogik geht vom Menschen und seinem schöpferischen Potenzial aus. Der Einzelne kann aus der Tiefe seines Bewusstseins sein Ich hier und heute wahrnehmen und als Repräsentant des Göttlichen, das in der Welt wirkt, verstehen. Hier lernt er sich wirklich zu erkennen, was auch in Krisenzeiten den öffnenden Weg findet (Maturana 1994, Fuchs 2012).
- Das grundlegende Element der waldorfpädagogischen Professionalität ist die Haltung der Erzieherin, die dem sich entwickelnden Kind die Entfaltung seiner Potenziale ermöglicht und seine geistige Individualität achtet. Gefragt ist die Qualität des Vorbildes, denn „das Kind gestaltet sein Wesen nach unserer Gesinnung, nach unserer Gedankenhaltung, Gefühlshaltung“ (Steiner, zit. n. Ostkämper 2020, S. 26).
- Über diese Kernfrage hat die Erzieherin immer wieder bewusst zu reflektieren, denn im Handeln tritt ihre innere Haltung hervor, die ein Nachdenken über den Umgang mit sich selbst, mit dem Kind, mit den Mitmenschen und mit der Mitwelt vorurteilsbewusst einfordert.
- Durch diese Erziehungskunst, die Theorie und Praxis als Einheit sieht, macht sich die Erzieherin auf ihren individuellen Weg der Selbsterziehung, von der auch der Begründer des Kindergartens Friedrich Fröbel sprach. Fröbel erkannte: „Erziehung ist Beispiel und Liebe, sonst nichts“ (zit. n. Klein 2017, S. 18). Und heute schreibt uns das der vielgefragte Neurobiologie Gerald Hüther ins Stammbuch „Jeder und jede kann mit dem Wandel bei sich selbst ganz einfach damit beginnen, indem er oder sie fortan etwas liebevoller mit sich umgeht“ (Hüther 2020, S. 40). So wird der Mensch wieder zum Subjekt, zum freien Gestalter seines Lebens, gewinnt seine Würde zurück und macht deshalb auch andere nicht mehr zum Objekt.

Diesen Artikel haben wir aus folgendem Buch:



Ferdinand Klein bringt Rudolf Steiners Gedanken über die Erziehungs- und Bildungspraxis ins Gespräch. Dabei geht es auch um Humanisierung und die Entschulung der Schulen und Kindergärten, um grundlegende Orientierung am sich entwickelnden Kinder in der Lebenswirklichkeit hier und heute. Denn alles Forschen, Lehren, Erziehen und Bilden dient einer Aufgabe: Das (auf)gegebene individuelle Kind auf seinem Entwicklungsweg mit Herz und Tatkraft zu begleiten und zu leiten.

[Waldorfpädagogik in Krippe und Kita](#)

Einblick in eine ganzheitliche Praxis, die jedem Kind seinen individuellen Lebensweg ermöglicht

Klein, Ferdinand

BurckhardtHaus

ISBN: 9783963046100

208 Seiten, 25 Euro

[Empfohlen vom Internationalen Archiv für Heilpädagogik](#)

[Mehr dazu auf oberstebrink.de](http://www.oberstebrink.de)

Literaturhinweise:

Fuchs, T. (2012): Das Gehirn als Beziehungsorgan. 4. Auflage. Stuttgart, Kohlhammer

Glöckler, M. (2003): Kindsein heute. Schicksalslandschaft aktiv gestalten. Umgang mit Widerständen – ein salutogenetischer Ansatz. Stuttgart/Berlin, Johannes M. Mayer

Hüther, G. (2020): Wege aus der Angst. Göttingen, Ruprecht & Vandenhoeck

Klein, F. (2017): Heilpädagogik im Dialog. Berlin, BHP

Klein, F. (2018b): Inklusive Erziehung in Krippe, Kita und Grundschule. Heilpädagogische Grundlagen und praktische Tipps im Geiste Janusz Korczaks. München, BurckhardtHaus

Krenz, A. (2014): Der Situationsorientierte Ansatz – Auf einen Blick. Konkrete Praxishinweise zur Umsetzung. München, BurckhardtHaus

Krenz, A. (2021): Basale Grundlagen für eine nachhaltige Bildungsarbeit. In: Kita-Contest – kreative Ideenbörse. Kulmbach, Fachverlag, S. 1-6

Neuhäuser, G./Klein, F. (2019): Therapeutische Erziehung. Resiliente Erziehung in Familie, Krippe, Kita und Grundschule. München, BurckhardtHaus

Ostkämper, F. (2020): Bildungsverständnis der

Elementarpädagogik im Elementarbereich. In: Wiehl, A. (Hrsg.): Studienbuch Waldorf-Kindheitspädagogik. Bad Heilbrunn, Klinkhardt, S. 17-28

Soldner, G. (2020): Resilienz in der Waldorf-Kindheitspädagogik. In: Wiehl, A. (Hrsg.) (2020): Studienbuch Waldorf-Kindheitspädagogik. Bad Heilbrunn, Klinkhardt, S. 45-57

Treichler, M. (2020): Gesundheit ist keine Frage der Definition. In: info3, 45. Jg. September, S. 43-44