

GEHEN - FREIES HANDELN - SCHICKSALSGESTALTUNG

Wie begleiten und nötigenfalls fördern wir das Gehenlernen am besten?

Das Kind nimmt über den tastenden Blick des Auges zuerst den Impuls zum Aufrichten wahr. Vom ersten Kopfheben kurz nach der Geburt an hat es in Bauchlage das Bestreben sich aufzurichten. Es muss seinen Körper aber erst auf das aufrechte Stehen vorbereiten – deswegen beginnt das Gehenlernen mit dem Stehenlernen. Und so ist ein ganz entscheidendes Zwischenstadium zwischen dem Liegen und dem Gehenlernen eine ausgedehnte Krabbelphase. Denn beim Vierfüßlergang in der Krabbelphase wird die Wirbelsäule in bester Position entspannt und beweglich gemacht, sodass sie sich an die Gewichtsbelastung beim aufrechten Stand gut anpassen kann. Als Nächstes ziehen sich Kinder an einem Stuhl oder an einem niedrigen Tisch hoch. Das Krabbeln und das Hochziehen müssen sich möglichst viel abwechseln in dieser ersten Zeit, damit die Rückenmuskulatur stark genug ausgebildet wird, um dem ständigen Gleichgewicht halten im Stehen gewachsen zu sein.

Am Stehen und Gehen sind alle Muskeln beteiligt, nicht etwa nur die der Beine. Das sollte man wissen. Deswegen bedeutet Stehen- und Gehenlernen den ganzen Menschen in die Vertikale zu bringen, aber so, dass er elastisch schwingt. Wir Menschen halten immer ein labiles Gleichgewicht, wir stehen nicht stabil wie ein Tier auf seinen vier Beinen. Um unser Gleichgewicht zu halten, müssen wir uns immer aktiv in die Vertikale bringen. Das geschieht nicht von selbst. Das können wir schon daran erkennen, dass Betrunkene oder sehr müde Menschen leichter hinfallen – und zwar nach vorne. Beim Stehen müssen wir im wahrsten Sinne des Wortes „Zurückhaltung“ üben, weil unser natürlicher Schwerpunkt etwas nach vorn gelagert ist.

Dieses Sich-zurück-Nehmen ist nicht nur eine körpersprachliche Geste, sondern eine eminent wichtige moralische Kraft. Ein Mensch, der sich nicht zurückhalten kann, „steht nicht auf eigenen Füßen“. Er ist öfter seinen Emotionen ausgeliefert als ein Mensch, der aufrecht oder in Zurückhaltung steht. Wenn wir als Erwachsene üben, das Ich im Fühlen zwischen dem denkenden und wollenden Teil zu halten, können wir das unmittelbar nachempfinden.

Bewegungsentwicklung und Freiheit

Nun noch ein Gedanke zur Freiheit: Jedes Gelenk, Kniegelenk, Handgelenk usw. hat Freiheitsgrade. Wir bewegen uns in der Regel aus einem spontanen Bedürfnis heraus, uns irgendwohin zu bewegen, etwas zu erreichen. Nirgendwo wird Freiheit so unmittelbar erlebbar wie in der Bewegung. Spielraum-Geben und freies Ausleben-Lassen des Bewegungsdranges sind die wichtigsten Fördermaßnahmen, um bei einem Kind das Erleben von Freiheit zu veranlassen.

In dem Zusammenhang ist es wichtig, den Tageslauf und die Umgebung so zu gestalten, dass man möglichst wenig in die spontanen Bewegungsabläufe und Aktivitäten der Kinder eingreifen muss. Das Gehen- und Bewegenerlernen sollte mit einem elementaren Freiheitserleben verbunden sein.

Wenn der Mensch gelernt hat zu gehen, ist er in der Lage, auf andere Menschen zuzugehen. Damit ist die Voraussetzung geschaffen, Schicksal anzunehmen, auf Schicksal zuzugehen. Wenn wir auf etwas zugehen, gestalten wir über die Bewegung Beziehung im Raum. Wir stellen über die Aufrichte die Beziehung her zwischen unten und oben, zwischen rechts und links, zwischen vorn und hinten. Nach hinten zur Vergangenheit hin sind wir wie abgeschlossen. Nach vorne hin sind wir offen – wir orientieren uns dorthin, wo es weitergeht. Wir zeigen der Vergangenheit, dass wir sie abgeschlossen haben, und gehen auf die Zukunft zu.

Gehenlernen bedeutet also auch, Beziehung im Raum sinnvoll zu gestalten und weiterzuentwickeln. Deswegen ist es so wichtig, dass die Dinge im Raum sinnvoll angeordnet sind und dass die Menschen auf sinnstiftende Art miteinander in Beziehung treten.

Vgl. „Die Würde des kleinen Kindes – Was erhält das kleine Kind gesund?“, Persephone 2012, Vereinigung der Waldorfkindergärten e.V. in Deutschland