

Bewegung – eine „Schatztruhe“ für das kindliche Gehirn

Sabine Bahnemann

1. Inspirationen aus der Hirnforschung

Moderne Hirnforschung ist nicht nur etwas für Spezialisten, sondern für jeden Menschen. Schließlich haben wir alle ein Gehirn.

Die zentrale Botschaft der Hirnforschung lautet: Das Gehirn wird so, wie man es *mit Begeisterung* benutzt: „Wer sich mit großer Begeisterung über längere Zeit mit etwas beschäftigt, was ihn fasziniert, der fängt irgendwann an, selbst so zu denken, wie es zu dem Gegenstand seiner Begeisterung passt. So werden nicht nur Hundehalter ihren Vierbeinern immer ähnlicher, sondern auch Computerfreaks ihren virtuellen Gestalten, die Fans von Popstars ihren Idolen, Kinder und Jugendliche ihren (medialen) Vorbildern und was es sonst noch für bemerkenswerte Anpassungserscheinungen des Gehirns an seine Lieblingsbeschäftigungen geben mag“ (HÜTHER 2009, 9).

Mit diesen und anderen Erkenntnissen habe ich mich schon seit einigen Jahren auf den Weg gemacht, in meinem Vereinssport Ergebnisse aus der Hirnforschung stärker zu berücksichtigen. Dort unterrichte ich seit 20 Jahren Kinder im Alter zwischen ein und zehn Jahren im Breitensport Turnen. Inspirationen bekam ich u.a. durch Vorträge von dem Hirnforscher Prof. Dr. Gerald HÜTHER auf Fortbildungen meiner Sportverbände in Niedersachsen. Dazu gebe ich im Folgenden Hintergrundinformationen und schließe mit einigen Beispielen aus dem Sportunterricht ab.

1.1 Das Gehirn – was ist das?

Für dieses Organ gibt es je nach Vergleichsebene verschiedene Bezeichnungen oder Übersetzungen, so wie wir das auch vom Herz als „Pumpe“ oder vom Skelett als „Bewegungsapparat“ kennen. Verfolgt man aber die Wort-Entstehungsgeschichte des Hirns, so stand am Anfang der lebendige Körper Pate und nicht das Maschinenzeitalter: Es ist „das im Schädel, im Kopf Befindliche“ (KLUGE, 2002, 414). Dieser Bezug zum lebendigen Leib soll im Folgenden aufgegriffen werden.



1.2 Das Gehirn als „Lebensorganisator“

Maschinen bekommen keine Kinder. Ihre Entstehung geht immer auf jemand anderen, dessen Pläne oder Regeln umgesetzt werden, zurück. Im Unterschied dazu fühlen Lebewesen eine Sehnsucht zu sein und haben Interessen (vgl. WEBER 2007, 31 ff.) und sie bauen sich „im Lauf ihres Lebens selbst zusammen, was sie zu einem bestimmten Zeitpunkt ihres Lebens sind ... Autopoiesis wird dieser wunderbare Prozess der Selbstkonstruktion alles Lebendigen

genannt und genau diese Fähigkeit ist es, die ein Lebewesen von einer Maschine so grundsätzlich unterscheidet“ (HÜTHER 2009, 9/10).

Diese Selbsterschaffung des Lebendigen geht nicht ohne Bewegung. Für Pflanzen, die zwar nicht aktiv ihren Standort verlassen können, gilt das genauso wie für Tiere, zu denen wir Menschen evolutionsbiologisch gehören. Bei ihrem Stoffwechsel wechseln Stoffe ihren Platz in dem Organismus. Tiere können ihre Aufenthaltsorte ändern. Das „im Kopf Befindliche“ hat sich als das Organ bewährt, das die Bewegungen koordiniert und uns die Verbreitung über die ganze Erde und deren Umgestaltung ermöglichte. Wie wollen wir mit diesem, von der Natur zur Verfügung gestellten Bewegungs-Spiel-Raum in Zukunft umgehen?

Um diese Frage zu beantworten, kommen wir Menschen nicht umhin, unseren Entscheidungen Werte zugrunde zu legen, die sich unser Gehirn im Laufe des Lebens selbst „einbaut“. Für mich stellen *Neugier und Erhalt der Bedingungen, die den autopoietischen Prozess der Selbstkonstruktion ermöglichen*, einen Wert dar. Wir können uns also entscheiden, unser „Hirn zu benutzen, um zu verstehen, wie das Leben funktioniert“. Dann haben wir die Chance zu erleben, „wie schön und kostbar es ist, eine Zeit lang lebendig zu sein“ (HÜTHER 2006, 19).

Welche Rolle spielt dabei Bewegung? Schauen wir uns einige Einrichtungen und Fähigkeiten des Gehirns an, um Puzzleteile einer Antwort zu suchen.

1.3 Das Gehirn als Baustelle mit individueller Bedienungsanleitung

Das Gehirn ist ein Organ, das dafür sorgt, alle „Mitspieler“ der Mannschaft des Leibes so miteinander zu vernetzen und zu Tätigkeiten oder Ruhephasen anzuleiten, dass das Überleben des jeweiligen Körpers unter den gegebenen Umständen gewährleistet ist. Im Leib der Tiere ist es sozusagen die Verkörperung der Selbstempfindung.

Damit das Gehirn empfindet, wie es dem Leib geht, empfängt es einerseits Botschaften in Form von chemischen Molekülen aus dem Körperinneren und andererseits Eindrücke aus der Umwelt über die Sinnesorgane. Wie als Bauleiter/in fühlt es den Wert der eingegangenen Informationen, um daraus den Mitspielern Aufträge zu erteilen, damit sie ihren Beitrag zur Erhaltung des Leibes wahrnehmen. Zu diesen Mitspielern gehören Muskeln (WEBER 2007).

Der spannende Punkt an der Fähigkeit des Gehirns, das Überleben zu organisieren, ist: In der Stammesgeschichte der Tiere bekommt es immer weniger fertige Programme dafür mit. Das macht ja auch Sinn: Wenn eine Art so unbehaart und wenig angepasst an eine bestimmte Umgebung wie der Mensch ist, dann muss ihr Gehirn im Laufe des Lebens erst Strategien entwickeln = lernen, um durch den Anpassungsprozess an die Umwelt das Leben zu leben.

Während dieser *beim Bewegen* gemachten Lebenserfahrungen baut sich die Spezies Mensch ihre individuelle „Bedienungsanleitung für ein menschliches Gehirn“ dabei selbst ein (HÜTHER 2001). Diese ist ein Leben lang veränderbar! Das Verhaltens-Repertoire der Menschen ist diesbezüglich riesig, denn dazu gehört: Be-weg-ung. In ihr ist das Wort „Weg“ enthalten: Jeder Schritt bedeutet einen Ortswechsel – und eröffnet eine andere Perspektive. Beispiel: Sie stehen. Machen Sie einen Schritt nach links. Was sehen

Sie jetzt? Welchen Fuß haben Sie benutzt? Geht das auch mit dem anderen? Gibt es noch andere Bewegungsmöglichkeiten, um nach links zu schauen?

1.4 Das Gehirn verfügt über Filter für Regeln

Eine Fähigkeit des Gehirns ist es, bei der Installation der Bedienungsanleitung Regeln herauszufiltern, die sich aus dem Umgang in der sozialen Gemeinschaft in der Umwelt ergeben. So lernen wir z.B. die Regeln der jeweiligen Sprache, wenn wir nur genügend Möglichkeit haben, uns durch Sprache in Beziehung zu bringen.

Regeln im Sport sind nicht nur die eines Spiels oder einer Turnübung, sondern auch die bei diesen Bewegungen gemachten regelmäßigen sozialen Erfahrungen. Ist der Erfahrungsraum so angelegt, dass das Gehirn Werte und Fähigkeiten entwickeln kann, die die Grundlagen der Lebensorganisation erhalten?

Hirnforscher bezeichnen diese erfahrungsabhängigen Fähigkeiten als „Metakompetenzen“: Sollen Kinder z.B. den „Wettbewerbsgedanken“ als Wert ihrer Erfahrungen herausfiltern, dann muss man ihnen ständig Wettbewerbssituationen anbieten. Die meisten Kinder machen dann die Erfahrung: Es gibt viele Verlierer und entwickeln die für die Bewältigung des Verlierergefühls nötigen Fähigkeiten und Reaktionen.

Oder soll für sie erfahrbar werden, dass es sich lohnt, sich auf die „Schatzsuche“ nach den eigenen Potentialen und denen der anderen zu machen, die alle ihren Wert haben, und nicht nur das „Siegen“? In welchem Bewegungs-Umfeld können sich Werte und Kompetenzen entwickeln, die dem autopoietischen Prozess der Selbstkonstruktion dienen? Zu den Fähigkeiten zählen für mich: die Sinnhaftigkeit einer Situation zu verstehen, Selbsteinschätzung und Wahrnehmungsfähigkeit, Handlungsplanung, Frustrationstoleranz, Einfühlungsvermögen und als gelerntes Gefühl: Selbstvertrauen.

1.5 Das Gehirn als Repräsentationsorgan

Im Gehirn gibt es nun einen Ort, in den es sich diese regelhaften Erfahrungsauswertungen selbst einbaut: Es ist die Hirnregion hinter der Stirn, weshalb sie Stirnhirn oder „präfrontale Rinde“ heißt. Hirnforscher nennen das Ergebnis dieses Umwandlungsprozesses von einer durch äußere Umstände initiierten Erfahrung in das Innere des Gehirns „Repräsentierung“. Diese Repräsentanzen bestehen aus Nervenzellen, die langgestreckte Fortsätze haben und deshalb „Nervenwege“ heißen.

Um einen richtigen Weg handelt es sich aber erst dann, wenn der Spalt, der am Ende von bisher unbenutzten Nervenzellfortsätzen klappt, geschlossen wird. Das geschieht – wie sollte es anders sein – durch Bewegung! Chemische Moleküle werden von einem zum anderen Ende hinüber geschickt. Nach dem Repräsentationsprinzip stehen auch die unterschiedlichen Moleküle für verschiedene Botschaften, weshalb sie auch „Botenstoffe“ heißen. Diese Botschaften sind z.B. Begeisterung oder Angst, an die z.B. „Vokabeln lernen“ oder „Salto“ gekoppelt sind.

Neurobiologisch ist dieser chemische Vorgang, wenn Botenstoffe zwischen zwei Nervenzellen in Bewegung sind und somit eine Beziehung herstellen: *Lernen*. Je nachdem, wie oft eine Erfahrung wiederholt und vom Individuum als bedeutsam empfunden wird, werden die Nervenwege breiter. So ist bei den heutigen Jugendlichen die Daumenrepräsentation unter dem Schädeldach gewachsen, weil sie ihr Handy viel benutzen.

Fazit: Wir lernen tatsächlich immer – nur nicht unbedingt immer das, wovon andere meinen, dass wir es lernen sollen!

1.6 Lernen aus eigenem oder fremdem Antrieb?

Es kann passieren, dass die Bedeutung, die jemand einem zu vermittelnden Inhalt beimisst, für andere unerheblich ist. Die entscheidende

Frage für sie lautet daher: Welche Vorerfahrungen bringen sie mit und wie ist die Atmosphäre der neuen Situation?

Besteht die neue Situation in einer selbstentdeckenden, spielerischen „intrinsischen“ Weiterentwicklung oder im Beibringen, in der Schulung oder Anwendung eines von anderen herausgearbeiteten „extrinsischen“ Programms?

Ein Beispiel für ein solches von anderen Menschen entwickeltes Programm ist die ampelgesteuerte Bewegungsregelung an einer Kreuzung. Dort lernen man die Regel, dass „Grün“ ein Symbol für Weiterbewegen und „Rot“ eins für Anhalten ist. Andere, wesentlich komplexere Regeln und Fähigkeiten werden im Kreisverkehr gefordert. Der Verkehrsteilnehmer kann sich als Gestaltender des Verkehrsflusses erleben, während er an der Ampel nur „gehören“ muss. Wäre es wünschenswert, wenn auch Verkehrsplaner ihr Hirn dazu benutzen, Verkehrssysteme zu entwickeln, die allen Lebewesen die Autopoiesis offen halten (vgl. WEBER 2008)?

„Lernen ist eine Entdeckungsreise in das eigene Selbst“ (HÜTHER, 2010, Kap. 10, 21.05): So beginnt für Kinder das Abenteuer, wenn sie als Säuglinge ohne Lehrer einen Weg in die Aufrichtung suchen. Diese Bewegungsentwicklung folgt keinem genetischen Programm, braucht aber Bedingungen, unter denen sie eigenständig entdeckt werden kann.

Dieses entdeckende Lernen geschieht immer dann, wenn einen etwas interessiert: im Verwirklichen von Visionen und wenn sich jemand „autodidaktisch“ etwas beibringt, wie z.B. das Fahrplanlesen, wenn man kein Auto hat. Kinder empfinden Begeisterung, wenn sie merken, wie sie die in ihnen angelegten Potenziale zur Entfaltung bringen und an Aufgaben wachsen können (vgl. STERN 2009). Diese Empfindung geht mit der Ausschüttung des Botenstoffes Dopamin im eigenen Belohnungszentrum des Gehirns einher, dessen Botschaft ein „schönes Gefühl“ ist. Ein guter

Schutz vor Drogensucht ist somit die Freude an dieser Art zu lernen und den „Geschmacksverstärker“ selber im Hirn zu produzieren.

Je umfangreicher im Laufe der Geschichte die Erfindungen und deren Bedienung wurden, desto weniger hat die Gesellschaft darauf vertraut, jedes Kind langsam alles wieder von vorn entdeckend lernen zu lassen. Erwachsene schufen Werte und Gesetze, um Kinder durch von außen vorgegebene Lernprogramme gezielt an den Umgang mit Kulturtechniken oder Sportarten heranzuführen.

Wie müsste Unterricht angelegt sein, der die selbst entdeckenden Lernprozesse, wie das Leben funktioniert, fördert und schützt? Gibt es eine Arbeitsweise, in der es dem Hirn gelingt, die dazu notwendigen Werte und Fähigkeiten von selbst herauszufiltern?

1.7 Unterschiedliche Arbeitsweisen des Gehirns

Als Hirnforscher wissen wollten, wie jemand sein Gehirn benutzt, wenn er etwas „leisten“ soll, waren sie sehr überrascht: Auf den Aufnahmen A und B sind Aktivierungsbereiche zu sehen, wenn ein Mann eine Videobrille aufsetzt und mit Joystick ein Auto unter Wettbewerbsbedingungen so schnell wie möglich an ein Ziel lenken soll (Abb. 1). Es ist nicht viel

los. Dies ist ein Arbeitsmodus von „Aufmerksamkeit“. Die Aufnahmen C und D zeigen das Gehirn eines Beifahrers, bei dem viele Gehirnareale aktiv sind. Das ist ein entspannter, wahrnehmungsbereiter Modus, in dem „Achtsamkeit“ möglich wird und verschiedene Dinge miteinander kombiniert werden können.

Es ist die Arbeitsweise des Beifahrer-Modus, in dem es uns gelingen kann, uns besser zu spüren, etwas Neues auszuprobieren, Fehler zu entdecken, Nebenwirkungen des Handelns wahrzunehmen und die Folgen unseres Handelns abzuschätzen. Wie weit der Bezugsrahmen dabei gespannt wird – ob global oder national, gemeinsam oder allein, privat oder beruflich – das entscheiden die Hirnbenutzer/innen!

2. Vision: Bewegungsunterricht als Entdeckerwerkstatt

Da ich die „Schatztruhe Bewegung“ im Beifahrer-Modus durch Erfahrungen mit der Feldenkrais-Methode seit 10 Jahren kenne (MECKLENFELD 1997), begriff ich durch die bildliche Darstellung dieser unterschiedlichen Modi des Gehirns, wie auch jeder andere Bewegungsunterricht (und letztlich jede andere Situationsgestaltung) dazu beitragen könnte, mehr vom Leben verstehen zu lernen.

Das hieße, die Turnhallen, die Sportplätze, den Unterricht so zu gestalten, dass die Kinder in einem als Entdeckerwerkstatt angelegten Unterricht Gelegenheit bekommen, ihre eigenen Potenziale und die der sie umgebenden Natur, ohne die wir gar nicht überleben könnten, selbst zu entdecken (Abb. 2 u. 3).

Was dazu gehört, möchte ich an einigen Beispielen aus meinem Unterricht vorstellen:

2.1 Bewegungsentwicklung des Säuglings vom Liegen zum Stehen

Die Basis jeglichen Unterrichts ist das Verständnis um die bewegungsbegleitende

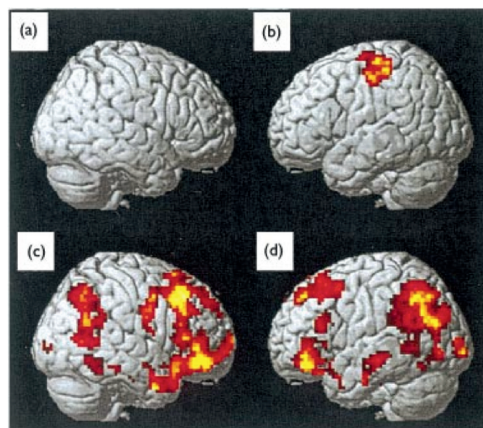


Abb. 1: Das Gehirn beim Autofahren. Abb. zuerst veröffentlicht in: SPITZER, M. (2002): *Denkende Autofahrer und andere Mythen*, in: *Gehirn & Geist* 2/2002, S. 57.



Abb. 2: Entdeckungsgerät Reckstange: Was können Mädchen am Reck alles machen?



Abb. 3: „Blindenspaziergang“ im Wald – einen Sinn ausschalten, um andere mehr zu entwickeln: Fühlst du, was das ist?

Hirnentwicklung des Säuglings vom Liegen zum Stehen (FELDENKRAIS 1977). Sie bedarf keiner Beschleunigung, denn auch Gras wächst nicht schneller, wenn man daran zieht. Sie braucht eher Bedingungen, in denen die Kleinen den Weg in die Aufrichtung von selbst finden. Hier werden Bewegungserfahrungen mit ersten Gefühlen von Selbstwirksamkeit oder erlernter Hilflosigkeit gekoppelt. Deswegen kommt dem Eltern-Kind-Turnen im Verein eine besondere



Abb. 4: Das „Krabbeln“ ist ein Baustein aus dem Aufrichteprozess. In wackeligen Situationen lässt sich die Schwerpunktsenkung beim Krabbeln nutzen, um eine Steigung zu meistern. „Helfende Hände“, die das Kind beim aufrechten Gehen anfassen, würden nur verhindern, dass das Kind sucht, wie es sich ein Sicherheitsgefühl selbst ins Gehirn „einbauen“ kann.

Bedeutung zu. Auch im späteren Alter dient die Rücksichtnahme auf diesen Entwicklungsabschnitt immer wieder einer guten Körperorientierung und Problemlösung durch Bewegung (Abb. 4).

2.2 „Verkörperteres“ Lernen

Das Springen auf dem großen Trampolin muss nicht gefährlich sein. Das Kind kann sich die Begrenzungen des Tuchs selbst in sein Hirn „einbauen“, indem es sich erst am Rand entlang und dann weiter auf spiralem Weg bis zur Mitte bewegt. Das Gehirn lernt im achtsamen Beifahrer-Modus den regelhaft gleich bleibenden Abstand von der Mitte bis zum Rand von selbst zu verkörpern (Abb. 5a u. 5b).

2.3 Die „Baustelle“

Aus der Hirnforschung habe ich die Inspiration genommen, eine „Baustelle“ einzurichten: Sie besteht aus unvollständig aufgebauten Geräten, deren Zusammensetzung die Kinder selbst gestalten können; das sind z.B. Kästen, Bänke, Seile und Matten. Ein Elternteil, das dabei ist, sorgt für Sicherheit (Abb. 6a–6c).

2.4 Selbsteinschätzung

Lebewesen sind subjektiv empfindende Wesen, die fühlen, was ihnen gut tut oder schadet (s. WEBER 2007, 12).



Abb. 5a u. 5b: Durch Bewegung am Rand entlang die Trampolinfläche verkörpern lernen.



Abb. 6a-c: Ausschnitt aus der „Baustelle“: das Brett als Waage oder Wippe entdecken.

In einer Atmosphäre, die ihnen zugeht, selbst Gefahren einschätzen zu lernen, dürfen sie sich ausprobieren und ohne Gesichtsverlust umkehren, wenn sie sich zu weit vorgewagt haben sollten.

Ein Beispiel ist die Mutprobe: An den Ringen hängt ein Kind, das von den anderen langsam hoch gezogen wird. Wenn das Kind fühlt, eine Höhe erreicht zu haben, von der es herunter springen möchte, sagt es: „Stopp!“. Die anderen hören auf zu ziehen. Wenn es merkt, es hat sich verschätzt, kann es ohne Gesichts-



Abb. 7a u. 7b: Selbsteinschätzung: Von welcher Höhe traue ich mich herabzuspringen?



Abb. 7c: Beim Hochziehen Einfühlungsvermögen für die da oben entwickeln – bald werde ich selbst hochgezogen...

verlust wieder entweder „höher“ oder „tiefer“ sagen, bis es ihm behagt. Das gleiche gilt für das Springen von der Kletterwand (Abb. 7a–7c).

3. Öffentlichkeitsarbeit

Zu der Arbeit nach Innen in den Unterricht habe ich weitere Möglichkeiten der Öffentlichkeitsarbeit entwickelt: Interessierten Eltern leihe ich als „Mini-Bibliothek“ Bücher über Hirnentwicklung aus, z.B. „Gehirnforschung für Kinder“ (HÜTHER 2009). In unserem Ort zeige ich zweimal im Jahr über den Sportverein oder Volkshochschulen auf Großbildleinwand DVD-Einspielungen von Vorträgen von Hirnforschern wie G. HÜTHER oder M. SPITZER (auditorium).

Aus dieser Beschäftigung sind weitere Bewegungs-Seminarangebote entstanden. Um dort anschaulich zu zeigen, wie die Umsetzung der Inspirationen aus der Hirnforschung aussieht, habe ich über den Alltag meines Sportunterrichts einen Film drehen lassen mit dem Titel: „Schatztruhe Bewegung für das kindliche Gehirn“¹⁾. Dort geht es in sechs ca. 10-minütigen Kapiteln um Themen wie „Betriebsklima“, „Knoten im Taschentuch“, „Laufen lernt Kind nur von Fall zu Fall“.

¹⁾ BAHNEMANN, S., mit Beiträgen von G. HÜTHER (2010): Schatztruhe Bewegung für das kindliche Gehirn, ab 2011: Müllheim: auditorium (DVD)

Diese fertigen Aufnahmen hat dann ein Publikum mit Prof. Dr. Gerald HÜTHER, Eltern und Kindern aus meinem Sportverein und anderen Interessierten gesehen. Anschließend wurde eine zweiteilige moderierte Gesprächsrunde (Abb. 8) aufgezeichnet, in denen der Hirnforscher Fragen zu Film- und anderen Themen beantwortet hat.



Abb. 8: Prof. Dr. Gerald Hüther (Zweiter von links) stellt sich in einer Gesprächsrunde den Fragen interessierter Teilnehmer

4. Fazit

Finden Bewegungen in einer Atmosphäre statt, in der Kinder das Lösen von Problemen mit Begeisterung lernen können, stellen sie eine „Schatztruhe“ dar. Im Sportunterricht findet naturgemäß viel Bewegung statt. Jede andere Situation würde sich genauso eignen, das Gehirn in eine Schatztruhe zu verwandeln: indem es sich aus den dabei gemachten positiven Erfahrungen eine entsprechende Bedienungsanleitung einbaut. Dafür gibt es schon ermutigende Beispiele (S. DEGGERICH 2010, KUTSCH 2006, STERN 2009, WEBER 2008).

Literatur

Deggerich, M. (2010): Fehler sind wie Freunde, in: Wissen Nr. 2, S. 102-105: Die Pubertät, Hamburg, Spiegel-Verlag

Feldenkrais, M. (1977): Abenteuer im Dschungel des Gehirns, Frankfurt/M.: Suhrkamp

Hüther, G. (2001): Bedienungsanleitung für ein menschliches Gehirn, Göttingen: Vandenhoeck Ruprecht

Hüther, G. (2004): Die Macht der Inneren Bilder, Göttingen: V&R

Hüther, G. (2009): Männer. Das schwache Geschlecht und sein Gehirn, Göttingen: V&R

Kluge (2002): Etymologisches Wörterbuch der deutschen Sprache, Berlin: De Gruyter

Kollegger, M. (1997): Körpererfahrung im Gerätturnen, Wiesbaden: Limpert

Kutsch, A. (2006): Die Pferdeflüsterin erzählt, Bergisch Gladbach: Lübbe

Mecklenfeld, D. (1997): Spürend leben lernen, Dortmund: verlag modernes lernen

Spitzer, M. (2002): Denkende Autofahrer und andere Mythen, in: Gehirn & Geist 02 /02, S. 54-58

Stern, A. (2009): ...und ich war nie in der Schule; Geschichte eines glücklichen Kindes, Gütersloh: Zabert Sandmann

Weber, A. (2007): Alles fühlt, Berlin: Berlin-Verlag

Weber, A. (2008): Biokapital, Berlin: Berlin-Verlag

Internet-Adressen:

www.auditorium-netzwerk.de
www.feldenkraishannover.de
www.gerald-hüther.de
www.jokers.de
www.klavier-kreativ.de
www.nelecom.de
www.sinn-stiftung.eu

Copyright der Fotos: Bis auf Abb. 1 und Abb. 3 (Inken Schmersow) alle: Götz Friedrich

Anschrift der Autorin:

Sabine Bahnemann
Sieben-Trappen-Str. 31
30952 Ronnenberg
Tel.: 05108 – 2410
sbahne@t-online.de

Stichworte:

- Hirnforschung
- Bewegungsunterricht
- Entdeckerwerkstatt

Buchbesprechung

Shiatsu für Babys und Kleinkinder

Energetische Entwicklung, Förderung und Behandlung

Karin KALBANTNER-WERNICKE

2010, 336 S., 309 farb. Abb., ISBN 978-3-437-58510-4, Euro 72,95, Fr. 112,00 (CH), Urban & Fischer, München

Bei dem Buch von Karin Kalbantner-Wernicke handelt es sich um ein Fachbuch für Shiatsu-Behandler/innen, interessierte Eltern und Psychomotoriker, die einen umfassenden Einblick in eine Nachbardisziplin bekommen wollen.

Die Sprache der Hände eröffnet den Dialog zwischen Mutter und Kind. Berührungen, die über Druck den Energiefluss verändern.

Der Autorin ist es wieder einmal gelungen, das fernöstliche Wissen mit dem westlichen Denken in eine fruchtbare Verbindung zu bringen. Das vorliegende Er-

gebnis ist ein umfassendes Fachbuch, das einen Überblick über Shiatsu, im Speziellen für Babys und Kinder, gibt. Ein zentrales Thema ist die Entwicklung des Kindes, zusätzlich – und das ist das Besondere (Alleinstellungsmerkmal) – im Kontext der energetischen Entwicklung und der Beachtung der fünf Wandlungsphasen.

Des Weiteren gelingt es der Autorin, im ausführlichen praktischen Teil durch sehr einfühlsame Bilder die Behandlung lebendig werden zu lassen. Dem/der Leser/in ist es möglich, die Behandlungsabläufe exakt nachzuvollziehen.



Kein anderes Buch ist meiner Meinung nach so schlüssig in Bezug auf die Verknüpfung des neurophysiologischen Wissens mit Shiatsu der chinesisch-japanischen Therapieform.

In der Elterngruppe werden, unter sachkundiger Anleitung der Baby-Shiatsu-Kursleiterin, die Theorie, die Selbstbehandlung und die Behandlung des Kindes vermittelt. Ziel ist die Harmonisierung der Lebensenergie unter besonderer Berücksichtigung des

Energiesystems zwischen Mutter und Kind.

Shiatsu, ausgeführt durch eine/n Shiatsu-Behandler/ in wird zur Unterstützung von Kindern mit Entwicklungsverzögerungen und Entwicklungsstörungen angewandt. Fallbeispiele vermitteln sehr deutlich, dass Karin Kalbantner-Wernicke mit Shiatsu für Babys und Kleinkinder einen sehr erfolgreichen Weg im Hinblick auf die Förderung der Kinder verfolgt.

Als Lehrtherapeutin (der Fachakademie aceki) leistet die Autorin in der Vermittlung ihrer Behandlungsmethode für alle, die sich im Praxisfeld der Bewegungstherapie und Energiearbeit zu Hause fühlen, einen zentralen und qualifizierten Beitrag.

Gerlinde Meeth

Redaktionsschluss für Heft 1/2011
ist am 11.01.2011

Anzeigenschluss für Heft 1/2011
ist am 20.01.2011