

... aber bitte mit Taktgefühl!

„Dieses Kind gibt in der Gruppe den Ton an.“, „Jetzt sei doch nicht so taktlos!“, „Schau mal, wie harmonisch die miteinander spielen!“, „Puh – das hat mich jetzt aber total aus dem Rhythmus gebracht!“. Rhythmus und Takt sind in vielen Facetten unserer Alltagssprache verankert, ohne dass wir genau darüber nachdenken. Rhythmen begegnen uns nicht nur in Augenblicken, in denen wir musizieren oder Musik hören. Rhythmen umgeben uns überall in unserem Alltag und sind von grundlegender Bedeutung für die menschliche Entwicklung.

wichtig innere körperliche Rhythmen für den Bewegungsablauf sind.

Tipp: Rhythmische Wiederholungen von einzelnen Bewegungen (wie „wackeln“, „hopsen“ und „klatschen“) sind nicht nur „lustiges Spiel“ sondern auch hilfreiche Entwicklungsförderung.

Rhythmus für die Entwicklung von Kommunikation

Wenn Babys lautieren, sind sehr häufig rhythmische Wiederholungen von einzelnen Lauten zu hören. Wir Erwachsenen werden schnell beobachten, wie gerne und nahezu automatisch wir diese rhythmischen Laute des Kindes wiederholen. Oft entstehen daraus schon kleine Tonfolgen, die sich zwischen Baby und

AUTORIN



Sonja Eiden ist Psychologin, Supervisorin und Dozentin. Ihre Seminare zum Thema „Grundlagen der Entwicklungspsychologie“ und zu anderen spannenden Themen finden Sie unter: www.basislager-wissen.de.

Die ersten Wahrnehmungen des Menschen im Mutterleib sind Rhythmen: der rhythmische Herzschlag der Mutter, das rhythmische Heben und Senken des Körpers durch die mütterliche Atmung sowie der Wechsel von Aktivität und Ruhe (Schlaf-Wach-Rhythmus) der Mutter. Da Rhythmen ein ganz natürlicher Teil von nahezu allen Entwicklungsprozessen sind, können wir Kinder durch das Ermöglichen von Rhythmuserfahrungen auf vielfältige Weise in ihrer Entwicklung unterstützen.

Rhythmus für Bewegungsabläufe

Kurz nach der Geburt ist bei Säuglingen schon bald ein rhythmisches Bewegen von Beinen und Armen beobachtbar. Diese Rhythmen erfüllen das Kind nicht einfach „nur“ mit sichtbarer Freude, sie erfüllen auch wichtige Funktionen in der Entwicklung. Durch rhythmische Bewegungen werden spätere Bewegungsabläufe vorbereitet. Beim freien Gehen beispielsweise spielt der Rhythmus eine wichtige Rolle. In unserer Kindheit war ein Spiel sehr beliebt, bei dem man einem Ahnungslosen, der vor einem geht, mit einem gezielten Tritt gegen den Fuß ganz leicht ins Straucheln bringen konnte. Diese „Kunst“ erforderte genaues Timing, denn nur, wenn man unvorbereitet und zum richtigen Zeitpunkt des Bewegungsablaufes aus dem Geh-Rhythmus gebracht wird, funktioniert der Trick. Bei diesem Kinderspiel wird besonders deutlich, wie



© SZ. - Fotolia

Erwachsenen abspielen. Nicht ohne Grund vermuten Evolutionsforscher, dass die Musik als Form der Kommunikation vor der menschlichen Sprache entstanden ist. Unsere Kommunikation ist auch ohne Worte entscheidend durch rhythmische Wechselseitigkeit geprägt. Dies bemerken wir insbesondere, wenn ein Schweigen einmal ein paar Sekunden länger dauert und dann schon als unangenehm empfunden wird oder wenn in einem Telefonat das regelmäßig erwartete „mhm“ auf einmal ausbleibt.

Sprache und Kommunikation sind in hohem Maße von Rhythmus beeinflusst. Das Erkunden von Rhythmen durch Lautieren, Klatschen, Singen, Trommeln auf Tischen und Kartons ist dabei eine ganz natürliche

und wichtige Erfahrung in der Sprachentwicklung.

Tipp: Erwachsene können die Sprachentwicklung der Kinder fördern, indem sie auf die Rhythmen und Laute von Kindern eingehen, diese wiederholen und somit die „Wechselseitigkeit“ von Kommunikation auch ohne Worte erfahrbar machen.

Rhythmus für Selbstregulation

Beruhigungsstrategien und Emotionsregulation sind ebenfalls eng mit dem Erleben von Rhythmus verbunden. Wir Erwachsenen reagieren auf ein weinendes Kind instinktiv mit rhythmischen Interaktionen. Wir nehmen das Kind auf den Arm – und zwar in die Nähe unseres Herzschlages, wir wiegen das Kind rhythmisch auf dem Arm, wir singen oder summen beruhigende Tonfolgen. Säuglinge reagieren bereits von Geburt an mit einer veränderten Saugfrequenz auf ungewohnte Reize (Studie von DeCasper & Spence, 1986) und der Schnuller als Instrument zur Selbstberuhigung, an dem meist sehr rhythmisch „genuckelt“ wird, ist weit verbreitet. Später entwickeln Kinder komplexere Selbstberuhigungs-Strategien, die jedoch bei genauerem Hinsehen meist mit rhythmischen Bewegungen verbunden sind: Sei es das „Löckchen drehen am Hinterkopf“, das „Nase rubbeln mit Daumen im Mund“ oder das gleichförmige Befühlen des Lieblings-Stofftieres.

Tipp: Zur Schnullerentwöhnung ist es hilfreich, zunächst mit dem Kind eine gleichförmige und rhythmische Bewegungsalternative zu finden (z.B. mit einem weichen Tuch, Stofftier, etc.), die es statt „schnullern“ zur Selbstberuhigung nutzen kann. Ist eine solche Alternative gefunden, kann der Schnuller zunächst nur für „Notfälle“ kurzfristig genutzt werden und für die „leichteren“ Situationen die Alternative geübt werden. Mit ein bisschen Übung kann die rhythmische Bewegungsalternative später den Schnuller vollständig ersetzen.

Rhythmus für Selbstwirksamkeit

Alle Kinder trommeln mit Begeisterung auf etwas herum. Sei es auf dem Windelkarton, auf dem Tisch, mit dem Löffel auf dem Teller oder gerne auch auf Spielzeugtrommeln (letztere verschwinden erstaunlicherweise bei sehr intensiver Nutzung ganz plötzlich wieder, wie von Geisterhand ... oder eher von Elternhand?). So anstrengend diese rhythmischen „Konzerte“ für das erwachsene Nervenkostüm auch sein mögen – für die Entwicklung der Selbstwirksamkeit sind sie äußerst hilfreich. Kinder erfahren durch das Trommeln, dass sie in der Welt etwas bewirken können. Dass ihre Aktion einen Ton hervorruft und vielleicht sogar eine Reaktion in der Umwelt. Je intensiver dieser Effekt ist, den sie auslösen (z.B. weil der Karton einen besonders lauten Ton ergibt oder weil die Erwachsenen sogar genervt darauf reagieren), desto stärker ist die erlebte Selbstwirksamkeit. Für Kinder ist die Erfahrung, etwas in der Umwelt bewirken zu können und nicht einfach nur hilflos ausgeliefert, sondern auch Gestalter und Auslöser zu sein, eine der wichtigsten Erfahrungen für die Entwicklung von Autonomie, Leistungsmotivation, Selbstschutz, Stressmanagement, Beziehungsfähigkeit und Selbstverwirklichung.

Tipp: Geben Sie Kindern die Gelegenheit zu trommeln (worauf auch immer) und mit Rhythmen auch durchaus mal Lärm zu verursachen. Helfen Sie Kindern dabei wahrzunehmen, welchen Effekt sie damit auch auf die Menschen in ihrer Umgebung erzielen (z.B. „Das macht Spaß – ich trommele mit dir.“, „Das ist mir zu laut – ich halte mir die Ohren zu.“). Sie unterstützen damit die Erfahrung von Selbstwirksamkeit.

Rhythmus für soziales Miteinander

In kaum einer Tätigkeit findet man mehr Elemente, die für ein

soziales Miteinander wichtig sind, als beim gemeinsamen Musizieren. Kinder, die die Gelegenheit haben mit anderen zusammen zu singen oder auf Instrumenten zu spielen, werden bis auf neurobiologischer Ebene (vgl. Hüther, 2008) auf soziale Prozesse vorbereitet. Im „taktvollen“ Miteinander übt man automatisch, sich den Rhythmen der Anderen anzupassen, einmal selber den Ton anzugeben und zu erfahren, dass die anderen folgen, gemeinsam mit anderen einmal lauter oder leiser zu werden und eigene Emotionen auch ohne Worte zu kommunizieren. „Taktvoll sein“ ist aus diesem Grund in unserer Alltagssprache ein Synonym für ein einfühlsames Verhalten. Gemeinsames Musikmachen ist somit ein hilfreiches Übungsfeld für das Erkunden von Einfühlungsvermögen, Emotionsausdruck und Teamwork.

Tipp: Geben Sie Kindern in Kleingruppen die Gelegenheit mithilfe von Rhythmusinstrumenten selbst erfundene Geschichten zu erzählen.

Variante 1: Kinder erzählen gemeinsam eine Geschichte und untermalen mit den Instrumenten das Geschehen in der Geschichte.

Variante 2: Die Kinder spielen etwas Erfundenes auf den Rhythmusinstrumenten und überlegen dann, was für eine Geschichte sich dahinter verbergen könnte („Was glaubt ihr, ist denn in der Musikgeschichte gerade passiert?“).

Rhythmen begegnen uns in unserem gesamten menschlichen Dasein und sind ein wichtiger Teil in vielen Facetten unserer Entwicklung. Erkunden Sie mit Kindern die Rhythmen dieser Welt – wir finden sie an jeder Ecke, sie haben Einfluss auf unsere Emotionen, sind Teil der Entwicklung von Bewegung, Kommunikation und vielen anderen Entwicklungsbereichen, helfen uns ein angemessenes „Taktgefühl“ im Umgang mit Anderen zu erkunden und machen ganz oft einfach nur Spaß.

• Sonja Eiden