



ANGELIKA SCHRETTER

## Wie die Kindheitserfahrung ihren körperlichen Ausdruck findet

### Ziele

- Frühkindliche Erfahrungen prägen das ganze Leben
- Der Sozialisationsprozess hat enormes Gewicht
- Hohe Verantwortung von Eltern und ErzieherInnen für das gesunde Aufwachsen von Kindern

### Inhalt

Einführung

1. Neurobiologie und Ergebnisse der Hirnforschung
2. Erkenntnisse aus der Säuglings- und Kleinkindforschung
3. Der Ansatz der Körperpsychotherapie
4. Entwicklungspsychologie – Charakterliche Prägungen
5. Konsequenzen für die pädagogische Arbeit

Literaturhinweise

---

*Angelika Schretter*, Diplom-Soziologin, arbeitet seit 1985 selbstständig als psychologische Beraterin (Körpertherapie und Familientherapie) sowie als Trainerin für Moderation, Gesprächsführung, Konfliktmanagement, Körperarbeit und Teamentwicklung.



## Einführung

Körper und Seele wurden lange Zeit als etwas Getrenntes betrachtet. Man behandelte organische Beschwerden einerseits und psychische Störungen andererseits. Säuglingsforschung, Neurobiologie und Körper-Psychotherapie haben in den letzten Jahren erfolgreiche Integrationsversuche unternommen.

**Psyche und Soma  
sind eine Einheit**

Wilhelm Reich, ein Schüler Freuds, war einer der ersten, der systematisch versucht hat, körperliches und seelisches Geschehen ganzheitlich zu erforschen. Aber es gelang erst im letzten Jahrzehnt – dank bahnbrechender Ergebnisse der Hirnforschung – diese Annahme zu untermauern. Heute wird das, was noch vor 50 Jahren in das Reich des Mystischen verbannt wurde, wissenschaftlich bestätigt: die unabdingbare Einheit von Psyche und Soma, von körperlichen und seelischen Abläufen.

### 1. Neurobiologie und Ergebnisse der Hirnforschung

Die Neurobiologie hat mittlerweile erkannt, dass alles, was wir geistiges und seelisches Erleben nennen, ein beständiger kommunikativer Austausch zwischen Gehirn und anderen körperlichen Organen, insbesondere den Muskeln, ist. Dies gibt uns nun wenigstens ansatzweise die Chance, das zu untermauern, was wir in der Körperpsychotherapie seit mehr als 50 Jahren praktizieren.

**Fühlen und Denken  
wirken immer  
zusammen**

Luc Ciompi, ein Schweizer Psychiater, hat für uns die Ergebnisse der Neurobiologie sehr schlüssig in einen theoretischen Bezugsrahmen gesetzt. Er macht klar, dass Fühlen und Denken, oder Affekte und Logik, wie er sagt, „in sämtlichen psychischen Prozessen zusammenwirken“. Die menschliche Psyche sei daher eine „komplexe Hierarchie von Systemen von FDV-Programmen“, von Fühl-Denk-Verhaltensprogrammen, die sich im Verlaufe des kindlichen Sozialisationsprozesses herausbilden.

Ciompi geht davon aus, dass basale, so genannte „sensomotorische“ Schemata bereits zum Zeitpunkt der Geburt existieren und sich dann im Verlauf der kindlichen Entwicklung immer weiter ausdifferenzieren. Sie verfestigen sich, werden verinnerlicht, aber dennoch durch menschliches Handeln in der Interaktion lebenslang auch umgebaut. Das hat Piaget bereits beschrieben. Erst durch den Sozialisationsprozess kommt es also zur Ausdifferenzierung von Wahrnehmung, zur Zuordnung von Emotionen und zur Ausbildung bestimmter Interpretationen, kurz: zu einer bestimmten Weltsicht, die dann die Matrix für unser Verhalten als Erwachsene darstellt.

**Affekte bestimmen,  
ob eine Kommuni-  
kation gelingt**

Dabei spielen die Affekte eine ganz zentrale Rolle. Affekte bestimmen, ob eine Kommunikation gelingt, Affekte bestimmen, ob und in welcher Form wir uns auf eine Interaktion überhaupt einlassen. Ob wir überhaupt ein Gespräch mit jemandem anfangen, hängt u. a. davon ab, ob uns das Gegenüber sympathisch ist. Affekte bestimmen, wie wir unser Gegenüber wahrnehmen bzw. wie wir darauf reagieren. Das wissen wir auch aus der Double-Bind-Theorie, den so genannten Doppelbotschaften: Wenn verbaler und emotionaler Teil einer Botschaft nicht kongruent sind, dann *reagieren* wir in erster Linie auf den emotionalen Teil der Botschaft.

Affekte sind für Ciompi so genannte Fundamentalbotschaften, das heißt, sie sind wesentlich wichtiger als die verbalen Botschaften. Was affektiv abläuft, wird zur grundlegenden Matrix der Interaktion zwischen Menschen.

**WICHTIG:** Jedem Denken gehen emotionale Regungen voraus, egal ob sie uns bewusst sind oder nicht. Daraus entsteht dann erst die Interpretation der Situation, zum Beispiel: „Ich habe Angst, weil ..., ich bin wütend, weil ...“

**„Gefühle sitzen  
im Körper“**

Affekte gehen also der Interpretation voraus – und sind gleichzeitig unmittelbar mit körperlichen Reaktionen verknüpft. „Gefühle sitzen im Körper“, sagt Ciompi. Gefühle und



Stimmungen teilen sich nonverbal mit über Gestik, Mimik, Körperhaltung und werden weitgehend – zunächst unbewusst – vom Gegenüber aufgenommen.

Die Hirnforschung kann heute beweisen, dass mit der Geburt sämtliche Nervenbahnen, die neurologische „Hardware“, bereits vorhanden sind, aber erst nach der Geburt die Verschaltungen beginnen – sozusagen die „Software“ installiert wird –, die jeweils individuellen Prägungen.

Sicherlich spielen ererbte genetische Faktoren auch eine Rolle, aber sie scheinen mehr die Funktion des Potenzials zu haben, das in der frühkindlichen Sozialisation genützt, erweitert, geformt wird – oder eben nicht. Genetische Prägungen und Sozialisationserfahrung arbeiten Hand in Hand.

**WICHTIG:** Man geht heute davon aus, dass der Prozess der Entstehung von grundlegenden Verhaltensstrukturen, von Dispositionen, mit ca. 4–6 Jahren abgeschlossen ist. Das bedeutet jedoch nicht, dass Verhaltensmuster unwiderruflich festgelegt sind. Je jünger ein Kind ist, umso leichter lassen sich offenbar noch Veränderungen und Korrekturen erreichen.

Grundlegende motorische Fähigkeiten sind bereits vorgeburtlich festgelegt. Neben den basalen Bewegungsmustern bilden sich aber auch bereits die Sinnesorgane vorgeburtlich aus. Gesicherte Erkenntnisse gibt es bislang jedoch nur vom Gehörsinn, der sich etwa in der 24. Woche bildet, und vom Tastsinn, der bei der Geburt am besten ausgeprägt ist. Alle anderen Sinnesorgane müssen noch weiter erforscht werden. Es entstehen bereits vorgeburtlich so genannte „sensomotorische“ Bewegungsmuster, Bewegungsimpulse also, die sich im Laufe der postnatalen Entwicklung immer mehr ausdifferenzieren, aber auch mit anderen Mustern und Erfahrungen koordiniert und schließlich verinnerlicht werden. So wird heute das Entstehen von kognitiven Strukturen und Verhaltensmustern definiert.

Die stärksten neuronalen Prozesse finden, wie eben erläutert, in den ersten sechs Lebensmonaten statt. Dies wird u. a. dadurch untermauert, dass man heute weiß, dass der Säugling, gleichwohl er täglich ca. 12–16 Stunden schläft, höchst aktiv ist. Man hat während dieser Schlafphasen ca. 50 % neuronale Aktivität (REM) nachgewiesen – zum Vergleich sind es beim erwachsenen Menschen nur noch 20 %. Wie wir auf Situationen reagieren, wie wir sie bewerten, welches Reaktionsrepertoire wir überhaupt haben – ob wir rein affektiv oder sprachlich reflektiert auf bestimmte Herausforderungen reagieren – all dies wird offenbar in Grundzügen in diesem Zeitraum festgelegt.

**WICHTIG:** Die Erfahrungen während der ersten sechs Lebensmonate entscheiden, welche Grundeinstellung wir zum Leben haben, ob und wie wir unsere Gefühle wahrnehmen und ausdrücken können, mit welcher Einstellung wir anderen Menschen begegnen, kurz: unsere charakterliche Grundmatrix.

Man weiß heute auch, dass die grundlegenden Emotionen bis zum 4. Lebensmonat so ausgebildet sind, dass der Säugling sie ausdrücken kann. Diese grundlegenden Gefühlszustände sind: Interesse, Neugierde, Freude, Wut, Ärger, Trauer und Angst. Sie bilden sich in der angegebenen Reihenfolge aus.

## **2. Erkenntnisse aus der Säuglings- und Kleinkindforschung**

In den letzten Jahren wurde viel in Säuglings- und Kleinkindforschung investiert. Dies führte zu bahnbrechenden Ergebnissen, die einige der bislang gültigen psychoanalytischen Annahmen bestätigten, einige aber auch entkräfteten. So geht man heute zum Beispiel nicht mehr nur von einer symbiotischen Mutter-Kind-Phase der ersten Lebensmonate aus. Man hat erkannt, dass der Säugling von Anfang an eine eigenständige Persönlichkeit hat.

**Bewegungsmuster und Sinnesorgane sind bereits vorgeburtlich festgelegt**

**Reaktionsrepertoire wird in den ersten sechs Lebensmonaten festgelegt**

**Säugling hat von Anfang an eine eigenständige Persönlichkeit**



## VIII. 10

### Kindheitserfahrung / Körperlicher Ausdruck

### Allianz für Kindheit

Die Säuglingsforschung kann heute mittels Videobeobachtungen beweisen: Die Beziehung zwischen Mutter und Säugling ist ein wechselseitiger Prozess muskulär-motorischen Ausdrucksgeschehens, das heißt, beide kommunizieren miteinander, indem sie aufeinander mit Gestik, Mimik und Körperhaltung reagieren. Videobeobachtungen zeigen sehr deutlich: Das Kind agiert und reagiert in der Kommunikation mit der Mutter und zeigt dabei durchaus ein eigenständiges Verhaltensrepertoire.

#### Sprachaneignung

Beim Säugling differenzieren sich in den ersten vier Wochen vor allem die vegetativen Funktionen aus. Bis zum 8. Lebensmonat werden die Grundlagen für die kognitiven Strukturen gelegt. Damit werden einfache Kommandos verstanden. Ab dem 5. Lebensmonat entwickelt sich das passive Sprachverständnis. Die Sprachaneignung ist mit ca. 4 Jahren weitgehend abgeschlossen. Mit 6 Jahren hat das Kind im Durchschnitt bereits einen passiven Wortschatz von 13 000 Wörtern. Es versteht also schon sehr viel, wenngleich es noch nicht alles ausdrücken kann.

**WICHTIG:** Zwischen dem 12. und 18. Monat bilden sich die für die emotionale Verarbeitung wesentlichen („limbofrontalen“) Hirnverbindungen heraus. Das heißt, während dieser Zeitspanne werden wesentliche emotionale Verhaltensprogramme entwickelt. Entsprechend stark wirkt sich jegliche Störung auf die emotionale Reaktionsfähigkeit aus. Das bedeutet, dass gerade in dieser Zeit eine positive Grundstimmung zwischen Mutter und Kind entscheidend ist. Die so genannte Borderline-Symptomatik, ein äußerst schwieriges klinisches Krankheitsbild, fällt genau in diesen Zeitabschnitt.

Während das Kleinkind im 1. Lebensjahr seinen Empfindungen und Bedürfnissen in dem Sinne ausgeliefert ist, dass es keine Kontrolle über seine impulsiven Regungen hat, beginnt ab dem 18. Lebensmonat eine konstante Beziehung zu Eltern und Bezugspersonen. Das heißt, es entsteht allmählich ein festes Bild von den Eltern und ein zartes Ich-Empfinden. Damit lernt es schrittweise zwischen Ich und Du zu unterscheiden. Psychoanalytisch gesprochen haben sich die so genannten Selbst- und Objektrepräsentanzen gebildet. Mit ca. 2 Jahren sind Beziehungsmatrizen entstanden, auf die alle weiteren Erfahrungen der Auseinandersetzung mit der Umwelt, den Eltern, den Bezugspersonen, bezogen werden: „Fühl-Denk-Verhaltensprogramme“ der menschlichen Interaktion, wie sie die Neuropsychologie nennt. Diese Phase ist durch entsprechend ambivalente und konfliktgeladene Interaktionen charakterisiert. Das zeigt sich auf sehr deutliche Weise im klassischen „Grenzaustesten“, das im Alter von 1 1/2 bis 2 1/2 Jahren seinen Höhepunkt hat.

#### Charakterliche Prägungen entstehen in der Interaktion

So wie sich die motorische und kognitive Entwicklung des Kindes nach der Geburt kontinuierlich weiter entwickelt, so wachsen auch die psychischen Fähigkeiten und Muster. Entscheidend ist nicht nur, welche Erfahrungen gemacht werden, sondern insbesondere, *wie* die Eltern, *wie* die Mutter, reagieren, wie sie agieren, welche Signale sie senden, kurz, wie Eltern und Kind sich aufeinander einspielen in der Interaktion. Diese individuellen Prägungen machen unsere Individualität aus – unseren Charakter.

**WICHTIG:** Die Verhaltensprogramme des Kindes bilden sich so aus, *wie* es die Beziehung zu den Eltern erlebt. Je kleiner das Kind ist, umso stärker vollzieht sich dieses Lernen über nichtsprachliche – akustische, kinästhetische – Signale, über Empfindungen, über Schwingungen, über das, *wie* die Erwachsenen mit dem Kind sprechen und viel weniger über das, was gesagt wird. Dies zu verstehen ist wichtig, denn es gibt viele Eltern, die ihre Kinder hier überfordern!

#### Energetische Bindung

Auch konnte ich im Laufe meiner langjährigen Arbeit mit Eltern-Kind-Gruppen immer wieder die Beobachtung machen, dass Kleinkinder so sehr „energetisch“ an ihre Eltern gebunden sind, dass sie starke emotionale Reaktionen der Eltern durch geschlossene Türen hindurch wahrnahmen, ja sogar über Stockwerke hinweg und außerhalb des Hauses, in dem sich die Eltern aufhielten.



**WICHTIG:** In den ersten beiden Lebensjahren geht es um die Etablierung von grundlegenden Wahrnehmungs- und Verhaltensstrukturen – Matrizen. Eine Störung in dieser Phase bedeutet zwangsläufig eine Störung der emotional-motorischen Ausdrucksfähigkeit, höchstwahrscheinlich auch eine Störung der grundlegenden Beziehungsfähigkeit – und bedeutet zwangsläufig auch eine Beeinflussung der kognitiven Entwicklung.

Langzeituntersuchungen mit Kindern, die schon als Säuglinge und Kleinkinder beobachtet wurden, zeigten im Kindergarten und in der Schule ziemlich eindeutig, dass die Qualität der frühkindlichen Interaktionen deutliche Auswirkungen auf Sprachverhalten, Konzentration und ebenso auf soziale Kompetenzen wie Integrationsfähigkeit und Kooperationsfähigkeit hatten.

Wir wissen ferner aus Videoaufzeichnungen, dass ein Kleinkind seine emotionalen Äußerungen unterbindet, wenn die Mutter nicht positiv reagiert oder gar nicht reagiert. Es bildet sich dann schon sehr früh ein Selbstkonzept von: „Ich bin nicht wichtig“ – ein charakteristisches Merkmal für fehlendes Selbstwertgefühl. Das hat Auswirkungen im sensomotorischen System. Es entstehen (neuromuskuläre) Bewegungsmuster, die bestimmte natürliche körperliche Impulse unterbinden.

Die Bindungsforschung bestätigt diese Reaktionsschemata bei den so genannten „sicher“ bzw. „unsicher“ gebundenen Kindern. Videoaufnahmen zeigen, dass die sicher gebundenen Kinder sofort reagieren unter Umständen zu schreien anfangen, sobald die Mutter den Raum verlässt. Die unsicher Gebundenen nehmen es teilweise lange Zeit schweigend hin, bis sie schließlich entweder doch zu schreien anfangen oder sich in sich zurückziehen. Solche Ergebnisse verändern teilweise unsere pädagogische Sicht der Dinge: Im Alltagsverständnis gehen wir nur allzu leicht davon aus, dass die sicher gebundenen Kinder ruhig bleiben, sobald die Mutter aus dem Raum geht. Genau das Umgekehrte ist aber der Fall. Jene Kinder, die bereits eine unsichere Bindung zur Mutter internalisiert haben, reagieren gar nicht mehr mit Schrecken – sie sind schon „abgebrüht“ – und das schlägt sich im Verhalten nieder: Sie schreien nicht mehr, machen sich nicht mehr bemerkbar, machen es mit sich aus. Elementare Selbstbehauptungsimpulse sind bereits blockiert. Es ist also nicht gesagt, dass die stillen, „braven“ Kinder unbedingt die psychisch stabilsten sind. Sie haben möglicherweise schon einen Teil ihrer natürlichen Aggression unterdrückt.

### 3. Der Ansatz der Körperpsychotherapie

Wilhelm Reich, der große Pionier auf dem Gebiet der Körperpsychotherapie, hat schon in den 30er Jahren versucht nachzuweisen, dass psychische Prozesse, die ganz wesentlich mit Emotionen zu tun haben, ein körperliches Korrelat haben. Er hatte erkannt, dass diese „blockierten Affekte“ sich in Form von Spannungen im vegetativen und motorischen System niederschlagen. Somit waren bereits für Reich und noch mehr für Alexander Lowen (dem Begründer der Bioenergetischen Analyse) Affekt und Impuls unmittelbar miteinander verbunden. Anders ausgedrückt: Blockierte Impulse und unterdrückte Emotionen gehören zusammen und zeigen sich immer in körperlichen Spannungsmustern.

Alexander Lowen beschreibt, dass chronische muskuläre Verspannungen immer dann auftreten, wenn das Individuum, also das Kind, in seinem lebendigen Ausdruck behindert wird. Die somatischen Spannungen sind auf der körperlichen Ebene das, was wir auf der psychischen Ebene die charakterliche Prägung nennen. Lowen spricht von grundsätzlich gestauter Lebensenergie, wenn der emotionale Ausdruck eingeschränkt wurde. Daher sagt die charakterliche Prägung auch viel darüber aus, welches Energiepotenzial ein Mensch hat – und wie er es nutzen kann.

**WICHTIG:** Die „Charakterstruktur“ ist eine Art Lebenskonzept, ein Überlebensmechanismus, die Art und Weise, wie ein Mensch gelernt hat, sein Leben zu organisieren – und dies gibt ihm seine Identität. In der Körperpsychotherapie können wir mittels körperlicher Inter-

**Frühkindliche Interaktionen beeinflussen soziale Kompetenzen**

**Sicher und unsicher gebundene Kinder**

**Blockierte Emotionen führen zu körperlichen Spannungsmustern**

**Gestaute Lebensenergie**



## VIII. 10

### Kindheitserfahrung / Körperlicher Ausdruck

### Allianz für Kindheit

ventionen Zugang finden zu solchermaßen „eingefleischten“ Spannungsmustern, diese aktivieren und die darin gebundenen Energien freisetzen: Der Mensch findet zurück zu seiner Lebendigkeit.

#### 4. Entwicklungspsychologie – Charakterliche Prägungen

Es ist nachweisbar, dass die in der frühen Kindheit entwickelten Interaktionsmuster sich immer mehr verfestigen und so lebenslang wirksame Verhaltensprogramme bilden. Die „Blockierung“ von grundlegenden Lebensäußerungen des Kindes kann auf jeder Entwicklungsstufe entstehen.

##### **Expansionsdrang und Sicherheitsbedürfnis**

Wie wir gesehen haben, müssen wir uns das Wachstum des Kindes als einen schrittweisen Entfaltungsprozess der Lebensenergie vorstellen. Die körperlichen „Blockaden“ resultieren aus einem Konflikt zwischen dem instinktiven Expansionsdrang des Kindes auf der einen Seite und einem existenziell notwendigen Sicherheitsbedürfnis andererseits. Im Zweifelsfall wird es seine Expansionsbedürfnisse zurückstellen zugunsten von Sicherheit. Dies geschieht dann, wenn das Kind nicht genügend genährt oder nicht genügend unterstützt wird, wenn es in seinem Selbstbehauptungsbestreben missverstanden oder beschnitten wird – oder wenn es in seinen Liebesgefühlen zurückgewiesen oder gar missbraucht wird. Es verzichtet dann auf weitere Selbstbehauptungsversuche, es blockiert seine lebendigen Impulse. Die Fähigkeit zur gesunden Selbstbehauptung (z. B. Schreien, Strampeln, Weinen) hängt also davon ab, in welchem Ausmaß, welche Kern-Bedürfnisse entwickelt werden konnten bzw. unterdrückt, blockiert wurden.

##### **Chronische muskuläre Verspannungen**

Wir sprechen in der Körperpsychotherapie davon, dass diese psychischen Blockaden körperlich in Form von so genannten „Energieblockaden“ auftreten, welche wir vor allem als chronische muskuläre Verspannungen erkennen. Im Grunde handelt es sich um körperliche Reaktionen, die das gesamte vegetative System betreffen. Was hierbei aber im Einzelnen abläuft, ist bei weitem noch nicht erforscht. Die Stressforschung kann uns hierbei mittlerweile einige Hinweise liefern, denn die emotionalen Beeinträchtigungen, die im Laufe der kindlichen Entwicklung zu Blockaden führen, sind nichts anderes als Stressreaktionen. Es kommt zu Beeinträchtigungen der emotionalen Entwicklung, gegebenenfalls zu Fehlregulationen auch der kognitiven Entwicklung, insbesondere in Bezug auf die menschliche Interaktion.

##### **Psychophysische Energie**

Die Nutzung des individuellen Energiepotenzials hängt unter anderem auch davon ab, welche spezifischen energetischen Blockierungen der Körper entwickelt hat. Alexander Lowen sagt: „Was ein Mensch ist, was er ausstrahlt, wie viel Kraft er zur Verfügung hat, wie lebendig er ist, hängt davon ab, wie viel psychophysische Energie er zur Verfügung hat“.

Die motorische Kontrolle und die sprachliche Entwicklung sind am Ende des 5. Lebensjahres mehr oder weniger abgeschlossen, kognitiv-emotionale Basisstrukturen sind entwickelt. Kontakte und Kommunikation mit anderen, mit Spielkameraden werden jetzt besonders wichtig und emotional besetzt. So kann es zum Beispiel durchaus sein, dass für Momente Kindergartenfreunde wichtiger werden als Vater und Mutter. Ich erinnere mich an eine hierfür ganz typische Reaktion eines 5-jährigen Mädchens: Während es mit den Eltern einen schönen Urlaub verbrachte, fing es plötzlich bitterlich zu weinen an. Auf die besorgte Nachfrage der Mutter antwortete es: „Ich vermisse meine Freunde vom Kindergarten, ich will zurück in den Kindergarten.“

Während es in den vorangegangenen Lebensjahren um die grundlegende Identitätsbildung als Person ging, geht es nun verstärkt um die geschlechtliche Identitätsbildung und das entsprechende Rollenverhalten. Das bewirkt oftmals einen sehr bewussten Rückzug nach innen.

Die Rolle des Erwachsenen ist in dieser Phase nicht einfach: Einerseits sollte die kindliche sexuelle Energie angenommen werden, andererseits muss dem Kind aber auch klargemacht werden, dass es diese Energie nicht mit Erwachsenen ausleben kann.



## 5. Konsequenzen für die pädagogische Arbeit

Wir haben im vorangegangenen Kapitel gesehen, wie innere Prägungen unser Verhalten steuern. Diese Prägungen entstehen im Laufe der ersten Lebensjahre und machen unsere psychische Individualität – unseren Charakter aus.

Die Art und Weise des sozialen Kontaktes, den das Kleinkind in den ersten Lebensjahren erfährt, bestimmt nicht nur, welche Verhaltensmuster es entwickelt, es scheint sogar weitgehend die Intelligenzentwicklung des Kindes zu beeinflussen: Ob sich Hirnstrukturen ausdifferenzieren, ob sie die Fähigkeit zur (geistigen) Flexibilität entwickeln, ob ein Mensch emotional schwingungsfähig ist – all dies hängt von der Art und Weise des Kontaktes mit den primären Bezugspersonen ab. Ist dieser Kontakt ungenügend oder problematisch verlaufen, entstehen emotionale Stresssituationen – und diese lösen neurovegetative Fehlreaktionen aus: die Basis für spätere psychosomatische Krankheitsverläufe ist gelegt.

Es scheint ferner erwiesen zu sein, dass insbesondere die emotionalen Erlebnisse eine Schlüsselfunktion einnehmen bei der Programmierung, Ausprägung und Speicherung dieser Verhaltensmuster – und damit auch der so genannten Blockaden: Je stärker der emotionale Stress für das Kind ist bzw. je länger er anhält, umso wahrscheinlicher wird eine Blockierung der normalen Funktionskreisläufe eines gesunden Wachstums. Der Körper antwortet mit anhaltender Stressreaktion – und dies wiederum löst entsprechende chronische Fehlregulationen im vegetativen System des Körpers aus, welche wiederum langfristig die Basis für diverse chronische Krankheitsverläufe psychischer und/oder somatischer Art sein können. Dies ist natürlich eine extrem vereinfachte Darstellung, in Wirklichkeit gehen hoch komplexe Rückkopplungsprozesse vorstatten, die bei weitem noch nicht alle erforscht sind.

**WICHTIG:** Die 50-jährige Erfahrung der Körperpsychotherapie zeigt uns – die Ergebnisse der Psychosomatik bestätigen dies –, dass diese Fehlregulationen zumindest zu einem Teil wieder korrigiert werden können, je früher desto besser. Das unterstreicht die Rolle und die Verantwortung der primären Bezugspersonen, also auch der ErzieherInnen.

Ich habe in meiner langjährigen Tätigkeit als Familientherapeutin immer wieder erstaunt festgestellt, dass Kinder, deren Eltern in der Therapie grundlegende emotionale Programme veränderten, unmittelbar darauf reagierten. Sie reagierten oft mit starkem Weinen, aber auch mit plötzlicher Erschöpfung, die so unmittelbar in tiefen Schlaf fallen ließ.

Abschließend möchte ich die Erkenntnisse für die pädagogische Praxis nochmals zusammenfassen.

Wenn jene Fühl-Denk-Verhaltensprogramme, von denen Luc Ciompi spricht, veränderbar sind, dann kann die Pädagogik, insbesondere die Vorschulpädagogik, hier ganz wesentlich korrigierend eingreifen. Unter dem Gesichtspunkt, dass Erziehung in zunehmendem Maße von Eltern an Kindergarten und Schule delegiert wird, bekommt dieser Aspekt doppeltes Gewicht. Voraussetzung ist, dass PädagogInnen kompetent ausgebildet und die entsprechenden Rahmenbedingungen geschaffen werden.

Wir wissen heute, dass grundlegende Parameter wie Fürsorge, Einfühlungsvermögen, Gefühlsresonanz, Körperkontakt, Wahrgenommensein, Akzeptanz, Kommunikation für eine gesunde Entwicklung des Kindes unabdingbar sind und Kontinuität aufweisen müssen.

Weiß also die ErzieherIn um die Veränderbarkeit von bereits ausgeprägten Verhaltensmustern, so kann sie in begrenztem Maße gegensteuern. Die Psychotherapie weiß das seit langem: Emotionale Defizite können nachgenährt werden, traumatische Erfahrungen von Misshandlungen können korrigiert werden. Luc Ciompi sagt: „Ein gewisser Um- und Neubau von Gedächtnisinhalten findet ... unter dem Einfluss neuer Sichtweisen und Erlebnisse (sogar) bis ins hohe Alter statt.“

Die Interventionen müssen allerdings altersgemäß sein. Mit anderen Worten: „Halt geben“ ist nicht gleich „Halt geben“. Was an Stützung für ein zweijähriges Kind noch notwendig ist, würde von einem vierjährigen Kind als Eingrenzung und Beschneidung empfunden wer-

**Die Art des Kontaktes mit den primären Bezugspersonen ist prägend**

**Stress blockiert ein gesundes Wachstum**

**Nachnahrung**



## VIII. 10

### Kindheitserfahrung / Körperlicher Ausdruck

### Allianz für Kindheit

den. Was hingegen für ein Vierjähriges eine adäquate Herausforderung ist, ist für ein Zweijähriges eine absolute Überforderung, zum Beispiel die Frage nach Gründen (Warum hast du das getan?) oder die Forderung, Verantwortung zu übernehmen (Du bist doch schon so groß, du bist schon so vernünftig ...). Einem Zweijährigen muss man mit sprachlich einfachen Sätzen Aufgaben erläutern und ihn am besten noch unterstützend bei der Hand nehmen, während die Erläuterungen bei einem Fünfjährigen schon viel komplexer ausfallen – und im Allgemeinen körperliche Unterstützung nicht mehr nötig ist. Auch Körperkontakt ist ganz unterschiedlich zu handhaben.

**WICHTIG:** Die Körpersprache ist und bleibt bei Kindern das entscheidende Diagnostikum. Sie zeigt uns Widersprüche auf zu verbal Geäußertem, sie zeigt uns den roten Faden der pädagogischen Intervention. So gehören innere Klarheit, Sensibilität für Körpersignale und Einfühlungsvermögen zu den wichtigsten Kompetenzen von PädagogInnen.

**Adäquate Schulung  
der PädagogInnen  
ist notwendig**

Je mehr wir fachlich kompetent werden, je mehr wir erkennen, umso mehr wird auch deutlich, Erziehung ist ein sehr komplexes Unterfangen. Wir wissen heute sehr viel mehr als noch zu Freuds Zeiten. Andererseits erscheinen Eltern heute mehr verunsichert als je zuvor. Eltern delegieren in zunehmendem Maße Erziehung an die Erziehungsinstitutionen: Krippe, Kindergarten und Schule. Damit kommen ganz neue Anforderungen auf die PädagogInnen zu. Am Max-Planck-Institut für psychologische Forschung, München, wird seit einiger Zeit intensive Hirnforschung betrieben. Ein Forschungsschwerpunkt beschäftigt sich mit der Frage der Veränderbarkeit von Verhaltensmustern. Ich möchte Professor Singer, den Leiter des Instituts, abschließend zitieren: „Ich räume dieser Formbarkeit einen sehr großen Raum ein. Ich bin der festen Überzeugung, dass die wichtigsten Berufe in unserer Gesellschaft die von Eltern und ErzieherInnen sind, jenen, die die Aufgabe haben, Verhaltensweisen und kulturelle Weisheiten in die nächste Generation zu übertragen. Und die dafür sorgen, dass Erfahrungen, die zu Friedfertigkeit ermuntern und für humanes Zusammenleben notwendig sind, auch so (im Kind) installiert werden, dass sie handlungsrelevant werden. Nichts ist wichtiger als der erzieherische Prägungsprozess unserer Kinder.“ (Spektrum Wissenschaft 2.02)

### Literaturhinweise

- Ciampi, L.:* Die emotionalen Grundlagen des Denkens. Vandenhoeck & Ruprecht. Göttingen 1999
- Damasio, A.:* Descartes' Irrtum. List. München 1997
- Dornes, M.:* Der kompetente Säugling. Fischer. Frankfurt 1995
- Lowen, A.:* Körperausdruck und Persönlichkeit. Kösel. Stuttgart 1991
- Reich, W.:* Charakteranalyse. Kiepenheuer & Witsch. Köln-Berlin 1989
- Schretter, A.:* Zum Ansatz der Bioenergetischen Analyse. Unveröffentl. Vortragsmanuskript, EABP Kongress Berlin. Berlin 1998
- Schretter, A.:* Stressmanagement – Energiegewinn statt Energieverlust. In: Zukunftshandbuch KiTas. Walhalla Verlag, Regensburg 2002
- Schretter, A.:* Der Körper, der ich bin – Nachnähren aus körpertherapeutischer Sicht. Vortragsmanuskript Tagung des Musiktherapeutischen Zentrums München. München 2002
- Schretter, A.:* Reichs Vision des „befreiten Menschen“. In: Forum der Bioenergetischen Analyse 1/97
- Schretter, A.:* Das Kind wahrnehmen. Interview in der Zeitschrift *Television* 5/92
- Schretter, A.:* Was haben Familienprobleme mit der Kindheitsgeschichte zu tun? Sonderdruck Zeitschrift *Naturheilpraxis*, 12/89
- Singer, Wolf:* Bewusstsein und freier Wille. Interview mit Prof. Wolf Singer. In: *Spektrum der Wissenschaft* 2/2002
- Zeitschrift Geist und Gehirn*, 1/2002 und 2/2002