

Wenn das Wetter schön ist, heißt es bei uns: Ab aufs Bödele!

Die Reaktionen unserer 3 Kinder (13, 11 und 8 Jahre) fallen dann recht unterschiedlich aus: Während sich unsere Tochter voller Eifer bereit macht, braucht es bei unserem Ältesten doch ein bisschen Überzeugungsarbeit. Er könnte einem Sonntag mit Handy, Musikbrosen und Faulen-



zeden auch viel abgemwinnen, entschendet sich dann aber doch meistens dazu mitzugehen. Und Paul, unser Jüngster, hüpft voller Freude, sobald das Wort Schifahren gefallen ist, in den Abstellraum und zieht sich die Schischuhe an. Dass er noch die Pyramahose trägt, stört ihn dabei keineswegs. Paul ist ein Kind mit autistischer Wahrnehmung, da sind eben viele Dinge anders.

Wenn wir dann alle mit den notwendigen Utensilien bewaffnet im Auto sitzen, denke ich oft noch daran, wie anstrengend das noch vor ein paar Jahren war. Mittlerweile müssen wir nur noch für Paul denken, die beiden Großen haben ihre Sachen – meistens jedenfalls – selbst eingepackt.

Während sich meine Frau und die beiden Großen Richtung weiteres Schigebiet verabschieden, bleibe ich mit Paul beim Tellerift zurück. Ich binde Paul eine Schnur um, die er beim Schifahren immer trägt. Paul trägt die Schnur, obwohl er sicher auf den Schieren steht und das Liftelein in den letzten Jahren gut gelernt hat. Mittlerweile macht er auch einen Pflug oder ein Pizzastück, wie es neuerdings heißt, aber das mit dem Bremsen ist trotzdem so eine Sache, die Paul oft vergrisst oder für nicht notwendig hält. Und da er es liebt, möglichst schnell zu fahren, habe ich mich für die nervenberuhigende Schnur entschieden, mit der ich ihn unter Kontrolle habe. Es macht mir Freude, meinen Sohn beim Schifahren zu sehen. Wenn ich vor ein paar Jahren noch dachte, das schärfte ich nie, staune ich jetzt über seine Fortschritte und bin ich richtig stolz auf mich, was ich ihm schon alles beigebracht habe. Es freut mich zu sehen, wie glücklich

Dort braucht es dann zumindest eine Portion Pommes für ihn und einen Kaffee für mich, damit die Stimmung nicht in den Keller saust.

Wenn wir nach der Pause weiterfahren, ist Paul meistens nicht mehr mit dem Tellerift zufrieden. Wie selbstverständlich schlägt er den Weg zum Sessellift ein. Was ihm nun unglaublich viel Freude bereitet, nämlich die Fahrt mit dem Sessellift, ist für mich aber ein ordentlicher Stressfaktor. Zwar klappert das Einsteigen in den unsant herannahenden Liftkift, so wie das Aussteigen schon perfekt, auch der Weg nach oben bedeutet Erholung im Sitzen, aber auf der einmal Waldabfahrt wird es schon manchmal brenzlig. Besonders dann, wenn andere Schifahrerinnen ganz knapp an unserem Gespann vorbeizischen, als ob sie uns nichtsehen hätten. Nach spätestens drei Stunden haben nicht nur Paul und ich genug, auch der Rest der Familie findet sich zur finalen Schlussabfahrt ein. Dann geht es wieder heimwärts und bis auf Paul sind alle ziemlich müde und hungrig ...

Roland Beer, Vater von 3 Kindern, Dornbirn



Weniger ist mehr – spielend die Welt begreifen

Was wir als Spiel bezeichnen, ist die Fähigkeit des Gehirns, präzise und altersentsprechend die Welt wahrzunehmen und daran zu wachsen. Bereits kleine Babys nehmen ihre Umgebung wahr und „spielen“ mit den Dingen, die sie „begreifen“ können, nämlich mit Händen, Füßen und dem Mund.

Optische und akustische Reize führen leicht zu Überreizung, die eigenen Hände und das aufmerksame Gesicht des Gegenübers sind anfangs vollkommen ausreichend. Später beginnen die Babys, Gegenstände auf ihre Größe, auf Klang und Passform zu untersuchen. Anregend für das sinnliche Erleben sind gefüllte Schüsseln, beispielsweise mit Bohnen, Kastanien oder Holzklügeln. Grundsätzlich gilt, dass wenig Spielzeug in Sichtweite liegt und gute Qualität gewährleistet. Die Spielsachen sollen farbecht und ungiftig sein, keine scharfen Kanten haben und kleine, verschluckbare Teile dürfen nicht in die Nähe von Kleinkindern unter drei Jahren gelangen.

Vom Vorlesen und Nachspielen
Ab dem dritten Lebensjahr werden Rollenspiele immer wichtiger, damit verarbeiteten und integrieren die Kinder das, was sie in der Erwachsenenwelt beobachten. Wenn man weiß, wie lange ein Kind eine Situation

nachspielen muss, um beispielsweise einen erlebten Konflikt zu verarbeiten, dann wird man sehr vorsichtig mit dem Fernsehkonsum. Kinder können sich nicht abgrenzen. Es gibt für sie keinen Unterschied zwischen einer erzählten Figur und sich selbst. Kinder, denen viel vorgelesen wird, haben später mehr Fantasie und einen leichteren Zugang zum Wissen. Filme führen schnell zu Überreizung durch Musik, bewegte Bilder, Sprache und Licht – und das alles gleichzeitig. Da ist eine Kiste mit Kleidern viel besser, um alle möglichen Rollen auszuprobieren und erste Erfahrungen mit der Trennung von „Ich und der Welt“ zu machen.

INFOBOX

Das Angebot der somatischen Elternberatung können Sie von der Geburtsbis zum ersten Lebensjahr Ihres Kindes kostenlos im Anschluss nehmen. Die Elternberatung ist eine Dienstleistung der somatischen Elternberatung, die von der Elternberatung und der Elternberatung. Mehr Informationen erhalten Sie hier: Beate.Klein@somatische-elternberatung.de oder www.somatische-elternberatung.de