

Warum Huckleberry Finn kein Ritalin brauchte

Eckhard Schiffer

Mit dem Reizwort Ritalin in meinen Vortragstitel habe ich schon einen gewissen thematischen Schwerpunkt vorgegeben.* Aber, es geht mir nicht nur um die Prävention von Aufmerksamkeitsstörungen mit oder ohne Hyperaktivität, sondern auch um eine *universelle Prävention* von Krankheit im Kindes- und Jugendalter sowie um Gesundheitsförderung, sprich *Salutogenese!* Gesundheit ist etwas anderes als »Nicht-Krankheit«. Und Gesundheitsförderung ist etwas anderes als Krankheitsverhinderung. Kinder gesundheitlich fördern, d.h. sie in einem umfassenden Sinne stark sein zu lassen, heißt zugleich auch deren Individualität und Identität, sprich Eigen-Sinn, gelten zu lassen. Jedoch – halten wir das als Erwachsene in unserer Welt der Leit- und Richtlinien, der Evaluation und Kontrolle sowie der Ergebnisqualitätssicherung überhaupt noch aus?

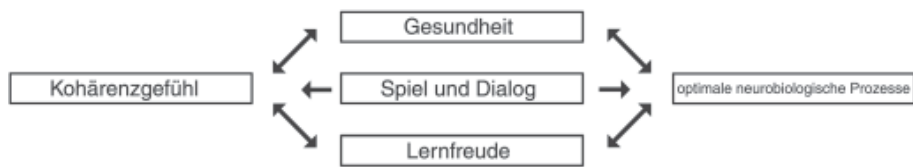
Was nun die Gesundheit unserer Kinder angeht, so stehen wir vor dem Paradox, dass in den letzten hundert Jahren die Kindersterblichkeit zwar deutlich zurückgegangen ist, in den letzten Jahrzehnten unsere Kinder und Jugendlichen aber immer mehr an Allergien, Asthma, Süchten, Essstörungen, Übergewichtigkeit und Verhaltensstörungen leiden. Auch scheint die von innen her kommende Lebensfreude vielen Kindern und Jugendlichen verloren gegangen zu sein. An deren Stelle ist der Anspruch auf *fun* getreten.

Lassen wir uns in die schönsten Räume der Welt, die ich kenne, entführen: Das sind die Räume von Huckleberry Finn, Pippi Langstrumpf und Momo. In der Fachsprache heißen diese Räume Intermediärräume.¹ Intermediärräume (wörtlich übersetzt: Zwischenräume) sind nicht sichtbar, aber erlebbar. Gemeint sind die Zwischenräume, die sich im Spielen wie im Dialog und natürlich auch im spielerischen Dialog oder dialogischen Spiel eröffnen. Es sind die Räume zwischen der Fantasie des Kindes und z.B. dem Sandhaufen vor dem Kind wie auch die Räume zwischen zwei Menschen, die im Dialog vertieft sind. In den Spielintermediärräumen wie in den dialogischen Intermediärräumen kann man sich verlieren – und bereichert aus ihnen zurückkehren.

Meine These, die ich Ihnen heute mitgebracht habe, ist kurz und lautet: Wer – in unseren Breiten – gut spielt und diese Spielerfahrungen dialogisch zur Sprache bringen kann, hat die besten Aussichten, über ein starkes »Kohärenzgefühl« bis ins hohe Alter körperlich und geistig gesund zu bleiben.

* Vortrag auf dem Kongress »Zukunft für Kinder, die aus dem Rahmen fallen« in Köln, 25.-27.6.2004, veranstaltet vom Freien Bildungswerk Rheinland und dem Janusz-Korczak-Institut Wolfschlugen in Zusammenarbeit mit der Fachhochschule Köln

1 D. W. Winnicott: Vom Spiel zur Kreativität. Stuttgart 1971/1979



Wie das geschieht, was das Kohärenzgefühl meint und wie das mit dem Eigen-Sinn zusammenhängt, ist Inhalt der folgenden Ausführungen.

Entdeckerlust, Spielfreude und Eigen-Sinn

In dem Buch »Der kompetente Säugling« fasst Martin Dornes die Ergebnisse der beobachtenden Säuglingsforschung der letzten drei Jahrzehnte zusammen. Dort heißt es: »Experimente lehren, dass nicht nur Trieb- und Körperlust, sondern auch Entdeckerlust und das Gefühl, in der Außenwelt sinnvolle Zusammenhänge bewirken und erkennen zu können, zentrale Motivatoren von Lebensbeginn an sind.« Das zweite Zitat sagt literarisch-pointiert das Gleiche und stammt aus der Autobiographie von Astrid Lindgren: »Als ich noch in die Vorschule ging, fragte die Lehrerin eines Tages, wozu Gott uns die Nase gegeben habe, und ein Knäblein antwortete treuherzig: ›um Rotz darin zu haben.‹ Ach, Albin, wie konntest du nur so etwas Dummes sagen, hast du denn wirklich nicht gewusst, dass die Nase dazu da ist, damit wir uns gleich jungen Hunden durch unser Kinderleben schnuppern und schnüffeln und Seligkeiten entdecken?«



Pieter Breughel: Kinderspiele (1560) – leibhaftige Welterfahrung

Und wie werden die Seligkeiten entdeckt? Spielend! Gemeint ist von Astrid Lindgren ein Spielen – wie auf dem Bild »Kinderspiele« von Pieter Breughel, 1560 – im Sinne von *paidia* (griechisch: kindliches Spielen) oder *play* (altsächsisch: plegan = pflegen), und das bedeutet leibhaftige Welterfahrung mit allen Sinnen, einschließlich des Bewegungssinnes sowie der Gefühle (wir sprechen von Affektus-Sensomotorik). Diese affektus-sensomotorische Erfahrung existiert als implizit-prozedurales Gedächtnis, unabhängig von unseren inneren Bildern und Begriffen, das heißt unseren Denksymbolen, mit deren Hilfe wir bewusst denken. Jedoch können diese affektus-sensomotorischen Erfahrungen sich mit den Denksymbolen verknüpfen und sind dann mehr oder minder bewusst erinnerbar. Sehr schön wird dies bei Marcel Proust in der »Suche nach der verlorenen Zeit« beschrieben. Hier geht es um das Aroma von einem Gebäck mit der Bezeichnung Madeleine, das in Tee getaucht wird und dessen Duft vergessene Bilder aus der Kindheit heraufruft. Denksymbole können also unterschiedlich erinnerbare und unterschiedlich intensive Gefühls- und Sinneserfahrungs-Vorgeschichten haben (affektus-sensomotorische Vorgeschichten). Als Beispiel hierfür dient uns das Denksymbol Heuhaufen. Wenn wir schon einmal in einen Heuhaufen gesprungen sind, dann verknüpfen wir mit dem inneren Bild den Duft in der Nase, den Spaß an der Bewegung, die stimulierenden sanften Piekser auf der Haut und vieles mehr ...

Und noch ein weiteres Beispiel zur Verknüpfung von Denksymbolen und Affektus-Sensomotorik: Das Suchen und Pflücken von Brombeeren, der Duft eines sonnigen Spätsommertages, die Kratzer an der Haut, das Getröstetwerden, die Freude ein halbes Eimerchen gepflückt, die andere Hälfte (einschließlich Wurm) »gefuttert« zu haben, der Duft beim Kochen, das Abschmecken, das bange Warten, ob die Marmelade nun auch fest wird, der Stolz beim Betrachten der gefüllten Gläser – all das meint ein sättigendes Ereignis für den Sinneshunger. Die Seele wird satt, indem die Denksymbole mit affektus-sensomotorischer Erfahrung reich beladen werden. In den Symbolen der Phantasie wird diese freudige sensomotorische Erfahrung aufgehoben und erhalten, um jedes Mal als Freude und Genuss bei dem Verzehr einer Schnitte mit Brombeermarmelade mitzuschwingen.

Leider ist eine solche Geschichte heute weitgehend Sozialromantik! Brombeermarmelade und andere Speisen entstehen kaum noch auf diese Art und Weise. Es fehlt die affektus-sensomotorische Vorerfahrung als implizit-prozedurales Gedächtnis. Die *Gesamtwahrnehmung* erscheint darum als verarmt. Deshalb bedürfen wir der Geschmacksverstärker in der Schokolade und des Fast food mit seinen voluminösen Mengen und den intensiv in dem Fett gelösten Aromastoffen. Das gleiche gilt für Horrorvideos und die Jahrmarktsmaschinen, die intensive Außenreize erzeugen ... Je weniger affektus-sensomotorische Erfahrungen sich in unsere *Innenwahrnehmung* einspeisen, desto mehr sind wir – um etwas zu spüren – auf *Außenreize* angewiesen. Die Nahrungsaufnahme dient dann nicht mehr allein zur Sättigung, sondern vor allem dazu, dass wir uns spüren – ebenso wie alle anderen Unternehmungen, die intensive Außenreize mit sich bringen, einschließlich der legalen und illegalen Genuss- und Suchtmittel. Gefordert ist der *kick*, zu Deutsch: Tritt.

Anders herum und salutogenetisch formuliert: Je mehr affektus-sensomotorische Erfahrungen spielerisch gemacht werden, je mehr unsere Denksymbole damit beladen werden, desto lebendiger wird unsere Phantasie und umso reicher unser *Innenleben*, das dann

keiner ständigen neuen *äußeren* Reize und Sensationen bedarf, »um etwas zu erleben«. Hierfür genügt dann ein einfaches Stück Holz, um daraus ein Auto, ein Schiff, ein Pferd, eine Puppe oder sonst etwas werden zu lassen. Phantasie lässt zaubern. Gleichzeitig vermittelt ein solches Spielen das Erleben von Identität, Eigenständigkeit (Autonomie) und innerer Beweglichkeit.

Ich bin unglaublich frei und eigenständig – vermöge einer lebendigen Phantasie, weil ich mir das, was ich für mein Vergnügen brauche, selber zaubern kann! Daher bin ich nicht auf einen Sponsor angewiesen, der mir Diddlkarten, Pokemons oder was sonst gerade dran ist, zu meinem *fun* finanziert. Fun ist auf ständig neue Reize in der *Außen*-wahrnehmung angewiesen. *Freude*, auch als Lebensfreude, speist sich aus der uner-schöpflichen Phantasie in die *Innen*wahrnehmung hinein.

Vom Spiel zum Fairplay und Kohärenzgefühl

Und Kinder, die sich so fabelhaft frei fühlen, können von dieser Freiheit auch besser ein Stück abgeben und sich in sinnvolle Regeln einfügen, ohne sich dabei in ihrer Lebensfreude eingeengt zu fühlen. Diesen Kindern fällt dann der Schritt von der Autonomie zur *verantworteten* Autonomie, das heißt vom play zum *fair play* nicht schwer. Fairplay meint, *den anderen wahrnehmen, sich nach seinen Möglichkeiten entfalten lassen*, ihn nicht zur Seite schubsen oder ausschalten müssen. Dann kann sich etwas entfalten, das die gegenwärtig immer mehr überwuchernde Konkurrenzmentalität, die auch schon die Jugendgruppen in den Sportvereinen erfasst, mildern könnte. Im Fairplay ist mein Gegenüber zwar mein spielerischer Gegner, mein Konkurrent, trotzdem verliere ich dessen – das sei etwas altmodisch ausgedrückt – *Antlitzhaftigkeit* nicht aus den Augen. Er bleibt, trotz aller Rauferei, mein Spielkamerad. Erinnert sei an die Spiele von Pippi Langstrumpf oder von Tom Sawyer, Huckleberry Finn und ihren Freunden. In diesen Spielen ging es oftmals wild zu, es gab Gehässigkeiten, Gemeinheiten, aber keiner wurde ausgeschaltet. Der freundschaftlich-tragende Zusammenhalt wurde nicht zerstört. Solch ein Zusammenhalt ist Grundlage des *Kohärenzgefühles* einer Gruppe.

Kohärenz kommt aus dem Lateinischen und das bedeutet ebenso viel wie Zusammenhang, Zusammenhalt oder auch inneren und äußeren Halt haben.

In dem Modell zur Gesundheitsentstehung von Aaron Antonovsky kommt dem Kohärenzgefühl eine besondere Bedeutung zu. Dieses Kohärenzgefühl ist mit wenigen Worten nicht so einfach zu beschreiben. Als weitere Annäherung hierzu ein Text, in dem es um meinen Lieblingshelden Huckleberry Finn geht und in dem das Kohärenzgefühl narrativ vermittelt wird:

»Wir nahmen noch'n paar Fische von den Haken, die inzwischen angebissen hatten, und warfen die Angelschnüre wieder aus. Dann machten wir alles zum Mittagessen (in unserer Höhle) fertig. (...)

Sehr bald wurde es dunkel, und es fing an zu donnern und zu blitzen. (...) Gleich hinterher fing es an zu regnen, und bald goss es wie mit Eimern. Der Wind heulte, wie ich's noch nie gehört hatte. Es war ein richtiges Sommergewitter. Es wurde so duster, dass draußen alles wie in Tinte getaucht aussah (...). Dann tauchte ein Blitz alles in helles,

goldenes Licht und man konnte für einen Moment Baumkronen erkennen, die ganz weit weg waren.

›Jim, ist das nicht schön?‹ fragte ich. ›Ich möchte nirgendwo anders sein als hier.

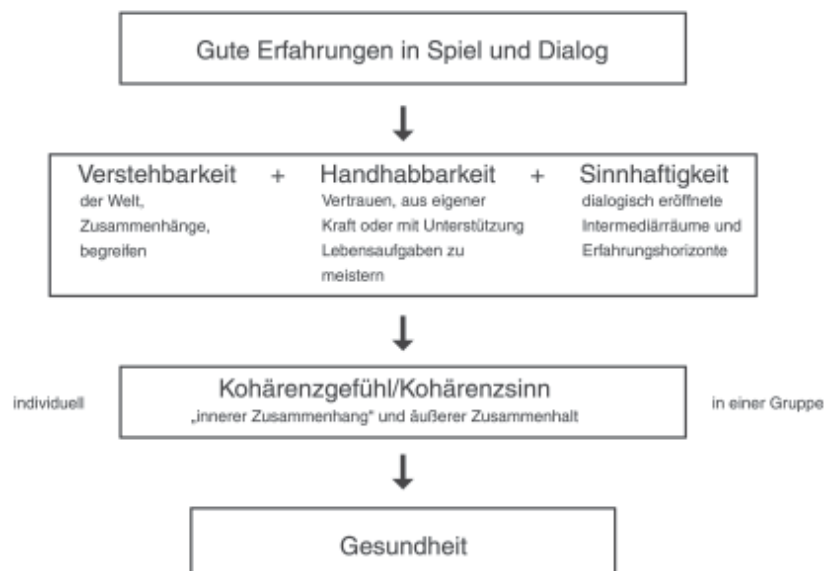
Gib mir noch mal'n Stück Fisch und 'nen heißen Maiskuchen.‹«

Auf dem Bild zu dieser Textpassage aus dem »Huckleberry Finn« fühlen sich die beiden offensichtlich wohl. Ihnen schmeckt es ausgezeichnet, obwohl ihr Mahl – Fisch und Maiskuchen – relativ bescheiden ist und draußen die Welt unterzugehen scheint. Kohärenzgefühl pur ...

Das Kohärenzgefühl kann sich – wie eben schon erwähnt – in einer Gruppe, so zum Beispiel einer Familie, einstellen, aber ebenso auch das Lebensgrundgefühl eines Paares sowie eines jeden *einzelnen* Menschen ausmachen.

Das Kohärenzgefühl meint damit auch für den Einzelnen, also individuell, eine Grundstimmung oder Grundsicherheit, innerlich zusammengehalten zu werden, nicht zu zerbrechen und gleichzeitig auch äußeren Halt und äußere Unterstützung zu finden. Der Kohärenzsinn beschreibt eine mit diesem Gefühl einhergehende und an gedankliche Aktivitäten geknüpfte Weltsicht: Meine Welt ist verständlich, stimmig, und leidlich geordnet; auch Probleme und Belastungen, die ich erlebe, kann ich in einem größeren Zusammenhang begreifen (Dimension der Verstehbarkeit). Das Leben stellt mir Aufgaben, die ich lösen kann. Ich verfüge auch über innere und äußere Ressourcen, die ich, um mein Leben zu meistern, einsetzen kann (Dimension der Handhabbarkeit). Für meine Lebensführung ist Anstrengung sinnvoll. Es gibt Ziele und Projekte, für die es sich zu engagieren lohnt (Sinndimension).

In dem spontanen Spielen mit seinen zunehmenden Anforderungsstrukturen (es sind immer höhere Bäume, auf die ich klettere, immer mehr will ich selber Materialien und Werkzeuge in die Hand nehmen und erproben) entfalten sich Verstehbarkeit und Handhabbarkeit und im Dialog mein Eigen-Sinn.

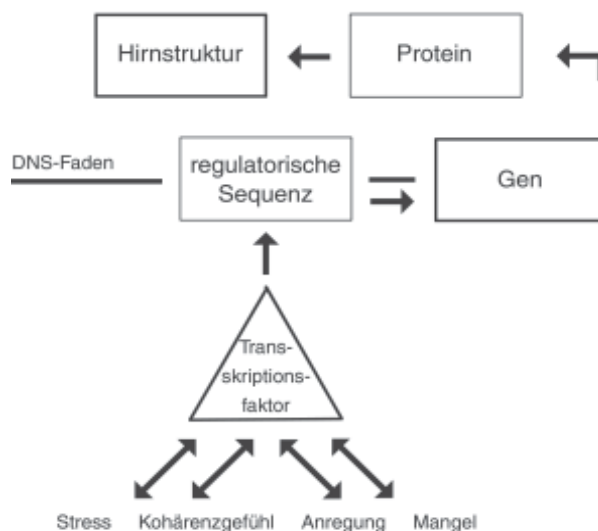


Das Kohärenzgefühl ist entscheidend für unsere körperliche und seelische Gesundheit – gerade auch unter Belastung und Krankheit. Und das Kohärenzgefühl ist eine entscheidende Kraft z.B. auch gegen Hyperaktivität und Sucht.

Gerade in der aktuellen Diskussion um das Aufmerksamkeitsdefizitsyndrom mit oder ohne Hyperaktivität (AD(H)S), aber auch bei anderen Krankheiten und Störungen wie Sucht, Gewalt und manchen Lernstörungen, wird immer wieder angeführt, dass diese vererbt, d.h. genetisch begründet seien und damit schicksalhaft sich früher oder später zeigen müssten. Vorbeugende und gesundheitsförderliche Bemühungen seien deswegen zwecklos. Wenn sich das Krankheitsbild dann zeige, könnten wie z.B. bei AD(H)S nur Medikamente und ergänzend eine Verhaltenstherapie helfen.

Jedoch: »Gene steuern nicht nur, sie werden auch gesteuert. Die Vorstellung, dass Gene auf eine starr festgelegte Weise funktionieren und danach das gesamte Leben programmieren, ist nicht zutreffend. Vielmehr unterliegen Gene zahlreichen Einflüssen, die ihre Aktivität in hohem Maße regulieren.«² Hierzu gehören geistige Tätigkeiten, Gefühle und Erlebnisse in zwischenmenschlichen Beziehungen, Panik und Katastrophenerlebnisse, aber auch Freude, Geborgenheit und Gelassenheit. Daher kann mit großer Wahrscheinlichkeit davon ausgegangen werden, dass das Kohärenzgefühl auch entscheidend für eine positive Entwicklung des kindlichen Gehirnes ist:

- 35.000 Gene produzieren 35.000 Proteine, die für Struktur und Funktion des menschlichen Organismus die entscheidenden Bausteine sind.
- Jedes Gen hat als »Ingenieur« Kenntnisse für die Produktion eines speziellen Proteins.
- Die Aufträge für die Produktion dieses jeweiligen Proteins durch sein Gen nehmen die *regulativen Sequenzen* entgegen, die in der Nähe der Gene ebenfalls auf dem zwei Meter langen *DNS-Faden* angesiedelt sind.



2 J. Bauer: Das Gedächtnis des Körpers. Wie Beziehungen und Lebensstile unsere Gene steuern. Frankfurt/M. 2002



*Gemeinschafts-
produktion:
Jedes Kind hat
seine Blume gemalt*

- Auftragsüberbringer sind die *Transskriptionsfaktoren*, die an den regulativen Sequenzen andocken.
- Die Transskriptionsfaktoren werden wiederum von aktuellen inner- und außerzellulären Prozessen beeinflusst.

Wie ein Kohärenzgefühl in der Gruppe auch im Schulunterricht gefördert werden kann, zeigt folgendes Beispiel aus dem Kunstunterricht eines zweiten Schuljahres. Anlässlich der van Gogh-Ausstellung »Felder« in Bremen schufen die Kinder ein Gemeinschaftsbild in der Größe von 1 m x 1 m. Jedes Kind konnte *seine* Blume auf dem Bild anbringen, ohne dass diese von anderen übermalt wurde. Die Kinder erlebten, dass ihre jeweils individuelle Blume von dem Eindruck, den das Gemeinschaftsbild erzeugte, noch mehr profitierte, als wenn diese Blume allein auf der großen Fläche zu sehen gewesen wäre. Die Freude der Kinder über das gelungene Werk, mit dem sie sich identifizierten, ist, glaube ich, ohne Schwierigkeiten zu erkennen. Die Identität des Einzelnen geht in dieser Gemeinschaftsproduktion nicht verloren, sondern ist gut aufgehoben, sogar erhöht. Und jedes Kind weiß auch, wer welche Blume gemalt hat – die jeweils anderen wurden also mit ihren Produktionen gleichfalls wahrgenommen.

Eine lebendige Phantasie, die aus einem Spielen mit allen Sinnen heraus resultiert, lässt, wie erwähnt, eine innere Freiheit und Beweglichkeit entstehen, die es mir ermöglicht, im regelorientierten Fairplay einen Teil meiner Freiheit abzugeben, um Freiräume für meine Mitspieler zu schaffen und diese sich entfalten zu lassen.

Fairplay ermöglicht ein Klima, in dem der andere nicht ständig mein Konkurrent ist und auch mein Gegenüber mich nicht ständig als Konkurrenten erlebt, den es zu bekämpfen und zu entwerten gilt. Andauernde Entwertung zerstört das Selbstwertgefühl und macht krank.

Die sechsjährige Anja, die sich im ersten Schuljahr meiner Frau noch spontan meldet, um das Lied, das gerade einstudiert wird, vorzusingen – da sie es schon aus dem Kinder-

garten kennt –, wird sich zehn oder zwölf Jahre später kaum noch spontan melden, um vor einer größeren Menschenversammlung alleine etwas vorzusingen.

Die unangenehmen Gefühle, die man bei dieser Vorstellung vermutlich entwickelt, haben etwas damit zu tun, dass wir alle, wie die meisten Kinder, mit unseren schöpferischen Produktionen im Laufe der Zeit den grauen Herren mit ihren Noten, Leitlinien und Qualitätssicherungszertifikaten in die Hände gefallen sind.

Wichtig ist daher, dass die Kinder Freiräume vorfinden, in denen sie sich ohne Gängelung, aber mit reichhaltiger affektu-sensomotorischer Erfahrung frei entfalten, dabei auch dialogisch wechselseitig wahrnehmen können. Kinder können darüber ihren Eigen-Sinn – und der hat auch etwas mit einer sicheren Identität zu tun – entwickeln, der dann ein starkes Kohärenzgefühl begründet.

Gemeint ist also ein Spielen sowohl im Sinne von play als auch Fairplay. Dies ist übrigens auch in allen schöpferischen bzw. schöpferisch gestalteten Schulfächern möglich. Hierfür ein Beispiel:



Die »Hexe aus dem Weihnachtsmärchen« wird zum Ratespiel

In der sonst eher unruhigen zweiten Grundschulklasse ist es mucksmäuschenstill. Die Lehrerin spielt zusammen mit der Klasse: »Ich sehe was, was Du nicht siehst!« Gemeint ist damit, dass die Kinder in der auf den Kunstunterricht folgenden Stunde alle ihre Bilder aufgehängt haben und nun die Lehrerin in unsystematischer Folge jedes Bild in seinen

Einzelheiten beschreibt. Die Kinder sind dabei aufgefordert, herauszufinden, welches Bild denn jeweils von der Lehrerin beschrieben wird. Das Thema war: Wir malen die Hexe aus dem Weihnachtsmärchen. Vierundzwanzig *verschiedene* Hexen sind dabei entstanden, die sich alle deutlich voneinander unterscheiden, so dass es den Kindern früher oder später gelingt herauszufinden, welche Hexe von der Lehrerin jeweils beschrieben wird. Die Kinder sind von dem Spiel fasziniert und möchten es am nächsten Tag gleich noch mal spielen. Und wieder ist es in dieser Klasse mucksmäuschenstill.

Schöpferische Freiheit und Identitätsbildung

Hintergrund dessen ist zunächst, dass jedes Kind mit seinem schöpferischen Produkt – gleich ob Bild, Bastelei, Lied oder Aufsatz – identifiziert ist. Die Bilder, die vorn in der Klasse von der Lehrerin beschrieben werden, *sind* die Kinder. Es werden also in dem Spiel nicht nur die Bilder, sondern auch die *Kinder* in ihrer Identität und Unterscheidbarkeit beschrieben. Und das Bedürfnis nach Identität und Unterscheidbarkeit ist genauso existenziell wie das nach Liebe und Anerkennung. (Unbeschadet dessen, dass es zu dem Bedürfnis nach Identität und Unterscheidbarkeit auch das polare Bedürfnis gibt, nämlich einer Gruppe anzugehören.) *Voraussetzung für die Unterscheidbarkeit und Identitätsbildung der Schüler über ihre Bilder ist die Freiheit im Kunstunterricht, dass jedes schöpferische Produkt in der Intention gilt, in der es vom Schüler geschaffen wird.* Es gab also keine normierte Hexe, die gemalt werden musste. Die Vorgaben des Unterrichtes bestanden in den Materialien, dem Thema und in der Mindest- beziehungsweise Maximalzeit, über die die Kinder verfügen konnten beziehungsweise sollten.

Die Kinder schauen vom Anfang bis zum Ende des Spieles gebannt auf die Bilder. Diejenigen, deren Bild, beziehungsweise Identität noch nicht beschrieben worden ist, sind natürlich interessiert zu wissen, ob sie jetzt »dran sind«. Die anderen, die es bereits im wortwörtlichen Sinne genossen haben, vor aller Augen und Ohren in ihrer Identität und Unterscheidbarkeit wahrgenommen zu werden, können nun zufrieden und entspannt die fortschreitende Identifizierung der Bilder verfolgen. Es gilt das einfache Motto: Wenn ich in meiner Identität wahrgenommen und anerkannt werde, dann kann ich auch entspannt die Identität meines Nachbarn wahrnehmen und gelten lassen. Und die erkennbar anders gestaltete Identität meines Nachbarn lässt meine eigene Identität wiederum desto deutlicher hervortreten.

Bemerkenswert an der zuvor genannten Klasse war, dass deren Unruhe, die sich anfänglich auch im Kunstunterricht zeigte, besonders in diesem Fach gegen Ende des Schuljahres immer mehr zurückging. Auch die hypermotorischen und unaufmerksamen Kinder konnten im Verlaufe des Schuljahres eine immer größere Werktreue zeigen, das heißt, dass sie immer länger und konzentrierter an ihren Bildern arbeiten konnten.

Fazit: Wird das Bild (Bastelarbeit, Lied, Aufsatz, körperliche Übung, neu erworbene Kompetenz ...) gesehen, so wird auch das Kind gesehen und in seiner Identität wahrgenommen. Es kann aber nur die Identität des Kindes sein, wenn in dessen schöpferischer Eigendarstellung sich auch die Absicht und die Kompetenz des Kindes widerspiegeln und nicht durch eine Schablone prä- oder deformiert worden sind. Eine eigene sichere Identität

tät bildet sich also nicht aus Schablonen, sondern in der schöpferischen Darstellung meines Eigen-Sinnes.

Identität beginnt jenseits der Schablone. Als literarische Gestalten sind es gerade die unangepassten Kinder zum Beispiel in den Geschichten Astrid Lindgrens, die eine sichere Identität und damit zugleich ein starkes Kohärenzgefühl vermuten lassen. Man denke an Pippi Langstrumpf und Michel von Lönneberga, mit deren schöpferischem Eigen-Sinn wir uns auch als Erwachsene immer noch gerne identifizieren. Diese Kinder – von Huckleberry Finn bis Pippi Langstrumpf – verfügen über ein starkes Kohärenzgefühl, das sie über alle Schwierigkeiten hinwegträgt. Pippi Langstrumpf ist unerschütterlich in ihrem Wissen, dass ihr Vater, der Kapitän, bei dem Sturm nicht untergegangen ist: »Der ist so dick und dicke Leute gehen bekanntlich nicht unter.«

Typisch ist für diese Kinder, dass sie eine unglaubliche Spielwelt um sich herum haben, zugleich ein Spielen im Sinne von Fairplay praktizieren und immer dialogische Ansprechpartner haben. Diese Kinder sprechen auch uns – im doppelten Sinne des Wortes – immer noch an.

Erzählen und Singen, Zuhören und Gefühlswelt

Anders herum können diese Kinder etwas, – denken Sie an Momo – was unsere hyperaktive Zeit auch nur schwer kann, nämlich *gut zuhören*. Das Kriterium für gutes Zuhören sind eigene innere Bilder, die ich in meiner Phantasie zu dem entwickle, was mir mein Gegenüber erzählt. Und ob ich gut zuhören kann, merkt mein Gegenüber – gleich ob Kind, Patient, Schüler, Nachbar, Freund, Ehefrau – ziemlich schnell. Wir haben uns allerdings schon sehr daran gewöhnt, meistens auf Zuhörer zu treffen, die nicht mehr gut zuhören, eben keine inneren Bilder mehr zu dem entwickeln können, was wir ihnen erzählen.

Ob wir schon als Kinder – und das ist wie immer die beste Zeit – lernen, gut zuzuhören, hängt von zweierlei ab. Nämlich:

1. Ob uns selber zugehört wird, oder ob wir mit einem stumpfsinnigen Medium konkurrieren müssen, wenn wir das erzählen wollen, was wir Wichtiges am Tag erlebt haben.
2. Sind die Bilder, die wir zu dem entwickeln, was wir hören, interessant, lebendig, spannend? Ähneln sie also in vielem der Wirklichkeit, weil sie affektus-sensomotorisch aufgeladen sind (wie Heuhaufen oder die Brombeermarmelade)? Oder sind die Bilder schlaff, öd und kaum realitätsnah, wie der Ball vom Videospiel.

Wenn wir uns also wünschen, dass unsere Kinder gut zuhören können und nicht ständig herumzappeln und herumfummeln, dann sollten wir ihnen selber gut zuhören und darauf achten, dass wir eigene innere Bilder zu dem entwickeln, was die Kinder erzählen (und dabei nicht auf den Computer oder in die Glotze gucken). Gleichzeitig sollten wir ein Spielen mit allen Sinnen fördern, über das unsere Kinder eine lebendige Phantasie entwickeln, die ihnen zugleich lebendige innere Bilder ermöglicht.

Was entdeckt man auf diesem Bild? Es geht hier um das Zuhören bei der Gutenacht-Geschichte und bei der Therapie.

In *beiden* Situationen geht es um das Erzählen und Zuhören. Und wenn einer erzählt, der andere gut zuhört – auch wechselseitig im Dialog – dann geschieht Folgendes:

1. Da beide die gleiche Geschichte hören, entwickeln sie auch ähnliche eigene innere Bilder und auch dazugehörige ähnliche Stimmungen. Und wenn zwei ähnliche Stimmungen haben, dann sind sie aufeinander eingestimmt.
2. In dieser Übereinstimmung kann die Gelassenheit der Mutter/des Therapeuten auf das Kind abfärben. Gelassenheit meint nun nicht Gleichgültigkeit, sondern einen »ausreichend großen inneren Topf« für heftige Gefühle und Impulse.
3. Wenn wir innere Bilder beim Zuhören entwickeln, dann können unsere Gefühle über diese eigenen inneren Bilder »vom Gefühlsufer zum Sprachufer kommen« und dort verarbeitet werden. Gelangen diese Gefühle nicht vom Gefühlsufer zum Sprachufer, dann können sie uns »Löcher in den Magen brennen« oder unseren Blutdruck »auf 180« bringen. Alternativ dazu können die Gefühle durchbrechen, wenn wir sie gerade überhaupt nicht brauchen – z.B. wenn wir im Straßenverkehr gelassen bleiben sollten. Insbesondere dann, wenn wir, wie unsere hyperaktiven Kinder, uns vordrängeln, unbedingt *jetzt* überholen müssen.
4. Die inneren Bilder, die sich beim guten Zuhören einstellen, ermöglichen aber noch einen weiteren wichtigen Schritt: Diese Bilder stellen sich dann nicht nur ein, wenn wir etwas vorgelesen bekommen, sondern auch wenn wir selbst etwas lesen, so dass der Text – auch ohne äußere Bilder – uns nicht mehr zutextet. Zugleich stellt sich, oft unbewusst, die gemütliche Stimmung von der Gutenacht-



*Zweimal Zuhören bei der Gutenacht-Geschichte:
Wo kommt sie besser an?*

schichte ein, wenn wir uns mit einem Buch zurückziehen. Für die nächste PISA-Studie ist die Gutenacht-Geschichte also ein heißer Tipp.

Über die Gelassenheit und Geborgenheit, als Grundelemente des Kohärenzgefühles – die z.B. in der Situation um die Gutenachtgeschichte herum (aber auch schon früher) möglich sind – kommt es zu einer optimalen Entwicklung wichtiger Abschnitte im Gehirn, so des Hippocampus, der für unser Kurzzeitgedächtnis zuständig ist, und der präfrontalen Hirnabschnitte, die für die Steuerung unserer Impulse wichtig sind. Gerade die präfrontalen Hirnabschnitte sind bei hyperaktiven Kindern unterentwickelt.

Man kann für diese Kinder noch ein Übriges tun: indem man z.B. beim Gutenacht-Ritual singt. Über das Singen werden Dopamin und Endorphine ausgeschüttet, und gerade diese Neurotransmitter sind notwendig, damit die Zappelphilippe zur Ruhe kommen.

Wenn man also jemanden kennt, der gerne eine Gutenacht-Geschichte hört, dann sollte man noch heute Abend zu ihm hingehen und ihm eine erzählen. Man tut auf diese Art und Weise auch etwas für sein eigenes Wohlbefinden, denn man bringt damit über seine inneren Bilder seine Gefühle vom Gefühlsufer zum Sprachufer. Wie gut das tut, das wussten noch unsere Großeltern, wenn die sich im Winter vor das Herdfeuer setzten, Geschichten erzählten und sangen.

Zum Autor: Dr. Eckhard Schiffer, Jahrgang 1944, studierte neben Medizin auch Philosophie mit Schwerpunkt Ästhetik. Er ist Chefarzt der Abteilung psychotherapeutische Medizin und Psychosomatik, die er am Christlichen Krankenhaus Quakenbrück aufgebaut hat. Arbeitsschwerpunkt (u.a.): Integration schöpferischer und Leib-orientierter Therapieverfahren in ein tiefenpsychologisch orientiertes Gesamtkonzept. Veröffentlichungen zusammen mit Ehefrau Heidrun, Lehrerin, zum Thema Salutogenese in der Pädagogik.

Literatur:

- J. Bauer: Das Gedächtnis des Körpers. Wie Beziehungen und Lebensstile unsere Gene steuern. Frankfurt/M. 2002
- M. Dornes: Der kompetente Säugling. Die präverbale Entwicklung des Menschen. Frankfurt/M. 1993
- A. Lindgren: Das entschwundene Land. Hamburg 1977
- M. Proust, M.: Auf der Suche nach der verlorenen Zeit. In: Swanns Welt I. Frankfurt/M. 1964
- E. Schiffer: Warum Huckleberry Finn nicht süchtig wurde. Anstiftung gegen Sucht und Selbstzerstörung bei Kindern und Jugendlichen. Weinheim, Basel 1993/1997
- E. Schiffer: Wie Gesundheit entsteht. Salutogenese: Schatzsuche statt Fehlerfahndung. Weinheim, Basel 2001
- E. & H. Schiffer: Nachdenken über Zappelphilipp. Beweg-Gründe und Hilfen. Weinheim, Basel 2002
- E. & H. Schiffer: LernGesundheit. Lebensfreude und Lernfreude in der Schule und anderswo. Weinheim, Basel 2004
- M. Spitzer: Lernen. Gehirnforschung und die Schule des Lebens. Heidelberg, Berlin 2002
- D. W. Winnicott: Vom Spiel zur Kreativität. Stuttgart 1971/1979