

Die PEKiP-DVD

Spiele und Bewegungsanregungen für das erste Lebensjahr

von Liesel Polinski und Katrin Krüger

Vertrieb: Die Elternschule Hamburg, cruiser entertainment u. edel motion, ISBN: 13: 978-3-89855-753-5



Wer kennt PEKiP nicht? Vielleicht diejenigen, die zurzeit wenig mit Kleinkindern konfrontiert sind. Eltern und das pädagogische Fachpersonal wissen diese Abkürzung einzuordnen und das mittlerweile nicht nur in Deutschland.

Das Prager-Eltern-Kind-Programm hat die Landesgrenzen überwunden und der PEKiP-Gedanke findet Anklang in der Schweiz, Österreich, Russland, Hongkong und auch in Luxemburg. Das liegt sicherlich an der langjährigen guten Vorort - Arbeit durch die PEKiP-GruppenleiterInnen und dem PEKiP-Verein, aber auch an den Buchveröffentlichungen, die teilweise in andere Sprachen (Russisch, Chinesisch, Tschechisch, Spanisch u. Koreanisch) übersetzt wurden. PEKiP für alle, die interessiert sind. Und jetzt wurde sogar eine PEKiP-DVD auf den Markt gebracht. PEKiP kommt ins Wohnzimmer.

Liesel Polinski, PEKiP-Mitbegründerin und Katrin Krüger, PEKiP-Gruppenleiterin, die zwei Hauptakteure der DVD, hatten das Konzept entwickelt. Dieses wurde in Zusammenarbeit mit den Hamburger

Produktionsfirmen "cruiser entertainment und edel motion", die eine Informationsserie ("Die Elternschule") für junge und werdende Eltern ins Leben gerufen haben, umgesetzt. Nikolaj Georgiew übernahm die Regie für den zweitägigen Dreh (Ruhr Nachrichten 12.10.07 & 15.04.08) in der Tennishalle Rettelmühle bei Schwerte. Natürlich müssen auch die vielen anderen Darsteller genannt werden: Emma (2 Monate), Mia (2 Wochen), Theresa-Charlen (6 Wochen), sowie Clara, Mara, Finn, Linus, um nur einige Namen zu nennen und die vielen Eltern, mit deren Unterstützung und Einwilligung der Film erst überhaupt zu Stande kommen konnte.

Mit melodischen "Streicheleinheiten" für die Ohren beginnt die DVD, ein kurzer Themenüberblick folgt, ein paar Szenen, in denen Babys gezeigt werden und weitere Hinweise des Herausgebers schließen sich an.

Dann beginnt das Hauptmenu der DVD. Die akustische Untermalung begleitet den Zuschauer über den gesamten Film. Das Hauptmenu teilt sich in vier Kapitel auf:

1. Die Grundlagen des PEKiP,

2. Erfahrungen mit PEKiP,
3. PEKiP-Spielzeug und
4. PEKiP- der Film.

Weiterhin bereichert Bonusmaterial: Bindeanleitungen für Tragetücher, ein Werbefilm der Firma Didymos, das "original Babytragetuch", und eine kurze Wiederholung einiger PEKiP-Anregungen das Angebot dieser DVD.

Grundlagen des PEKiP

Wieder sind Babys zu sehen. Dann erscheint Katrin Krüger auf dem Bildschirm. Sie begrüßt die Zuschauer, stellt PEKiP und sich selbst kurz vor und wendet sich dann an Liesel Polinski, die neben ihr sitzt. Dabei spricht sie deutlich und langsam. Liesel Polinski und Katrin Krüger versuchen gleich zu Beginn des Films eine wohlwollende Atmosphäre für die Zuschauer zu schaffen. Das gelingt ihnen hervorragend. Frau Liesel Polinski, die dreißig Jahre Erfahrung mit PEKiP aufweisen kann, übernimmt dann den Part über die Geschichte des PEKiP.

Mit ebenfalls ruhiger, sanfter Stimme erörtert Liesel Polinski die Anfänge des Prager-Eltern-Kind-Programms. Die PEKiP-Mitbegründerin strahlt etwas Besonderes aus. Man möchte weiterschauen und lässt sich an die Hand nehmen, um in das Abenteuer PEKiP einen kleinen Blick zu werfen. Die Grundlagen und Ziele des PEKiP stellt sie vor. Szenen, in denen Babys und Mütter zu sehen sind, lockern die theoretischen Vertiefungen auf.

Die beiden PEKiP-Erfahrenen werfen sich verbal den Ball zu und gehen auf die Voraussetzungen für das gemeinsame Eltern- und Kind-Spiel ein. Wieder werden Szenen eingeblendet. Die Babys sind alle ohne Bekleidung, denn diese verhindert oft die spontanen Bewegungen. Die Geschlechtsteile sind selbstverständlich nicht zu erkennen!

"Eine gemeinsame Spielzeit wirkt sich sehr positiv auf die Eltern- und Kind-Beziehung aus", wird erklärt, "dabei soll-

ten die Signale des Babys immer im Vordergrund stehen." Die Eltern werden angeregt, die Bedürfnisse des Babys zu erkennen und entsprechend darauf zu reagieren. Viele wertvolle Tipps teilen die Beiden den Zuschauern im Laufe der DVD mit. Das Grundbedürfnis des Neugeborenen wird betont sowie das Bedürfnis getragen zu werden. Den PEKiP-Gruppenleiterinnen ist es wichtig, dass die Bewegungen aktiv vom Baby ausgehen, während die Eltern die Anregungen anbieten. Dabei spielt der Wachzustand des Babys eine wesentliche Rolle. Babys sollten nicht bespielt werden.

Weiter lädt Liesel Polinski zu einem kleinen Exkurs ein: Warum ein Baby weint. Sie motiviert die Eltern, genau ihr Baby zu beobachten, um die Signale, die es aussendet richtig zu deuten "und im Laufe der Zeit", so betont sie "wird das schon was".

Sie sensibilisiert die Eltern: "Das erste Lebensjahr - nie wieder lernt der Mensch so viel wie in dieser Phase." Ihre langjährigen Erfahrungen werden in ihrem Vortrag sehr lebendig. Sie geht auf die vier Vierteljahre Schritt für Schritt ein: Was kann mein Baby schon und was lernt es ungefähr in diesem Monat. Sie erwähnt, dass jedes Kind sich unterschiedlich entwickelt und sie startet einen weiteren Exkurs zum Thema Sitzen. Dabei greift sie folgende Frage auf: "Wann sitzt mein Baby denn eigentlich?" und ganz wichtig sind ihr, weil im Film die Begleitpersonen der Babys die Mütter sind, die Väter, und diese lädt sie ein, mitzumachen.

Los geht's!

Erfahrungen mit PEKiP

Eine Frau berichtet über ihre PEKiP-Erfahrungen. Weitere Mütter schließen sich an. Sie erzählen, was ihnen an PEKiP gefällt. Eine Mutter wiegt dabei ihr schlafendes Kind. Eine Mama mit Zwillingen betont die schöne Spielzeit. Die Eltern antworten auf die eingblendeten Fragen: Nehmen Sie Tipps mit nach Hause? Was erwarten Sie vom PEKiP? Hat PEKiP für Sie was verändert? Was ist Ihnen wichtig und wie finden Sie das Spielmaterialkonzept? Die persönlichen Beiträge der Mütter dienen als wertvolle Hilfe, sich für die Teilnahme an einem PEKiP-Kurs zu entscheiden.

PEKiP- Spielzeug

PEKiP-Gruppenstunden finden in Familienbildungsstätten oder privaten Einrichtungen statt. Der Kurs wird von einer zertifizierten PEKiP-Gruppenleiterin geleitet und bis zu 8 Eltern-Kind-Paare nehmen am Gruppengeschehen teil. Trotzdem darf

im multimedialen Zeitalter eine original PEKiP-DVD nicht fehlen. Viele Eltern schmökern zwar gerne in Babybüchern, aber der Trend Erziehungstipps und pädagogisches Handling im Fernsehen oder per DVD zu erhalten, hat sich nun mal heraus kristallisiert.

Die Eltern können sich mit Hilfe der DVD im Vorfeld eines Kursangebots über PEKiP informieren. Was erwartet mich dort als Mutter oder Vater? Wie läuft denn so eine Gruppenstunde ungefähr ab? Manchmal ist die Warteliste auch sehr lang, so dass die Eltern mit der PEKiP-DVD die Wartezeit überbrücken können. Existiert weit und breit kein PEKiP-Angebot, dann kann die PEKiP-DVD als aufklärende Alternative dienlich sein.

Denn Liesel Polinski zeigt, welche Spielmaterialien wann zum Einsatz kommen. Dabei weist sie darauf hin, dass das Baby anfänglich erst mal seinen Körper entdecken darf. Babys lieben auch das Gesicht der Mutter oder des Vaters. Die Kleinen bemühen sich um Kontaktaufnahme. Wieder erklärt Liesel Polinski anhand der vier Vierteljahre, wie die Eltern die Sinnes- oder Bewegungsentwicklung mit Spielen und Spielmaterialien sanft anregen können. Liesel Polinski zeigt, welches Spielzeug wann eingesetzt werden kann und sie betont, dass die Babys wirklich nicht viel benötigen.

Vielleicht wundern sich einige Zuschauer bei diesen Filmszenen. Liesel Polinski hat den Mut, entgegengesetzt der Ideen der Spielzeugindustrie, uns zu zeigen, wie man mit ein paar einfachen Spielmaterialien ein Baby in seiner Entwicklung unterstützen kann.

PEKiP - Der Film

1. Vierteljahr - Die Sinne entfalten

Einige Mütter, deren Kinder noch sehr jung sind, werden gezeigt. Mit den wenigen Spielanregungen können Eltern schon in den ersten Wochen beginnen. Der PEKiP-Verein empfiehlt mit den Kursangeboten erst ab der vierten bis sechsten Lebenswoche zu starten, sofern das Baby sein Geburtsgewicht wieder erreicht hat und zunimmt.

Nachdem Liesel Polinski die Mütter und Zuschauer begrüßt hat, stellen sich die Frauen mit ihrem Kind vor und beschreiben, warum sie gerne einen PEKiP-Kurs besuchen wollen.

Liesel Polinski beginnt den Grundgriff des PEKiP zu erläutern. Sie zeigt die Anregung traditionell an einer Puppe. Eine neue Szene wird eingeblendet: Liesel Polinski zeigt noch mal an der Puppe die Anregung: "Wir nehmen die Babys über die Seite hoch. Babys können von Geburt an ihren Kopf auf der Seite halten, wir sollten

ihnen das zutrauen, der Schalengriff hilft dabei."

Weitere PEKiP-Anregungen, wie Hände durch Streichen öffnen, Blickkontakt halten, den Füßchen Widerstand geben, folgen.

Wieder befinden wir uns im Gruppengeschehen. Der Zuschauer ist ganz nah dabei und sieht, wie Emma ganz leise versucht, ihrer Mutter etwas zu sagen. Die Mutter hält den Blickkontakt mit dem Kind, erwidert ein paar Worte. Liesel fasst Emmas Verhalten zusammen. Dann kommt ein Zeichen von der Kleinen. Sie wendet den Kopf ab: "Genug gespielt".

Welche Bedeutung das einfache Verfolgen eines Gegenstandes für ein Baby hat, erklärt Liesel Polinski und bietet einer Mutter an dieses mit der Schoßlage zu kombinieren.

Katrin Krüger teilt die Anregung "Treten gegen den Wasserball" mit. Dabei helfen Conny, die Mutter und ihr Linus. Was man mit einem Ball alles machen kann, zeigt u.a. "Liegen auf dem Wasserball". Katrin Krüger erklärt, wie ein Baby darauf gelegt wird und dass es dadurch motiviert wird, sich mit seinen Füßchen vom Boden abzustößeln. Ein weiterer Themenschwerpunkt ist die Bauchlage und die Möglichkeiten in dieser Position. Manchmal klappt es nicht so mit den Anregungen. Vielleicht ist das Baby müde oder es mag das Spiel nicht oder es ist mit seiner Sinnes- und Gesamtentwicklung noch nicht soweit. Auch hier gilt: Beobachten und schauen, was das Baby momentan wünscht.

2. Vierteljahr - Mit allen Sinnen begreifen

Katrin Krüger zeigt und erklärt die Anregungen für diesen Zeitraum. Der Zuschauer ist wieder im Gruppengeschehen und zwischendrin alleine mit Frau Krüger, die die vorher gezeigte Anregung aufgreift und noch mal an der Puppe verdeutlicht: Mit allen Sinnen begreifen, Gegenstände erfassen, Drehen in der Bauchlage, Mit anderen Babys spielen, Hopsen auf dem Schoß, Heben auf die Schulter, Schwimmen in der Bauchlage, um nur einige Highlights zu erwähnen. Katrin Krüger versucht parallel die Sinnesentwicklung der Babys mit einzubeziehen und zeichnet wertvolle Hinweise zu der unterschiedlichen Entwicklung der Kinder auf. Ferner macht sie die Eltern darauf aufmerksam, dass jedes Kind seinem eigenen Bedürfnis folgen darf.

3. Vierteljahr - Den Raum erkunden

Das Greifen eines langen Gegenstandes steht nun im Vordergrund. Katrin Krüger teilt im Rahmen einer Spielsituation diese Anregung mit. Im Wechsel von dem Gruppengeschehen und der separaten Beschreibung kann der Zuschauer die Hand-



lungen besser nachvollziehen. Weitere Anregungen und ihre Ausführungen folgen: Das Greifen nach einem Wasserball, Kreiseln in der Bauchlage, Neigen zur Seite, Kind über Oberschenkel legen, Die Welt entdecken, Krabbeln über eine erhöhte Fläche. Jasper und Pia zeigen ihre Krabbelkünste.

4. Vierteljahr - Den eigenen Fähigkeiten vertrauen

Paulines erste Vorwärtsbewegungen leiten das vierte Vierteljahr ein: "Das Robben erfordert am Anfang viel Kraft und Konzentration", berichtet Frau Krüger. Liesel Polinski stellt dann Lenas erste Krabbelbewegungen vor. Das "Sich-Selber-Hinstellen" ist ein wichtiger Meilenstein der Kleinkindentwicklung. Stufen sicher hinauf und hinunter zu krabbeln zeigt Lukas, dabei leitet Katrin Krüger seine Mutter an, wie sie ihren Sohn bei der Aktion unterstützen kann.

Dann kommt der Auftritt einer großen "Zauberkiste". In die können die Kleinen die Bälle durch runde Öffnungen werfen und, oh Wunder, die Kiste spuckt die Bälle wieder aus. Katrin Krüger löst den Trick.

Der Bewegungsdrang der Kinder wird mit zunehmendem Alter immer größer. Das Ziel des Kleinkindes, den aufrechten Gang zu erreichen, zeichnet sich in vielen Etappen ab. Diverse Anregungen unterstützen es dabei, z.B. Aufrichten am niedrigen Gegenstand oder sich Hochziehen zum Stehen.

Preisgünstige Spielmaterialien, die zum Einsatz in der Gruppe kommen und von den PEKiP-Gruppenleiterinnen vorgestellt werden, runden diesen Beitrag ab. Es wird auf die Grob- und die Feinmotorik eingegangen. Abschließend erörtert Liesel

Polinski an einem Beispiel die Wichtigkeit des Sprachverständnisses der Kinder. Moritz und seine Mama helfen ihr dabei.

Natürlich ersetzt diese DVD nicht die Teilnahme an einen PEKiP-Kurs: Das Gruppengeschehen, live dabei sein zu können, das eigene Baby in seiner Entfaltung zu begleiten, andere Babys und deren Eltern kennen zu lernen, gemeinsam mit der PEKiP-Gruppenleiterin das Baby zu beobachten und die Spielanregungen umzusetzen.

Aber mit der DVD kann man als Eltern gemeinsam in die kleine PEKiP-Welt eintauchen, da in der Regel die Mutter am PEKiP-Kurs teilnimmt, auf Tuchfühlung gehen, zurückspulen, die Anregung je nach Bedarf noch mal anschauen. Die Worte auf sich wirken lassen. Die Binde-techniken für Tragetücher können Schritt für Schritt nachvollzogen werden, also, alles in allem eine recht praktische Angelegenheit!

Die wunderschöne, babyfreundliche Begleitmusik hätte ich bei einigen Szenen gerne leiser stellen mögen, da ich mich dann besser auf die Worte hätte konzentrieren können. Die Musik verführte mich manchmal zum Träumen.

Außerdem, dass muss noch mal erwähnt werden: Wenn ich zum ersten Mal schwanger wäre oder gerade ein Baby bekommen hätte und ich würde so freundlich zum PEKiP eingeladen werden, wie von Liesel Polinski und Katrin Krüger, dann würde in mir eine Art Vertrauen entstehen. Es wird ein bisschen die PEKiP-Stimmung, die ich auch mit meinen beiden Töchtern vor ungefähr fünfzehn Jahren erfahren durfte, in diesem Film erzeugt. Ich habe als Mutter drei unterschiedliche

PEKiP-Gruppenleiterinnen kennen gelernt, aber alle vermittelten mir diese warme, geborgene PEKiP-Atmosphäre, in der ich dieses Vertrauen auch empfand, Danke dafür. Die PEKiP-Freundschaften zu einigen Müttern und die Beziehung zu den wichtigsten PEKiP-Freundinnen meiner Töchter bestehen trotz mehrmaligen Umzugs bis heute!

Zu erwähnen ist noch das kleine Begleitheftchen, das von den beiden PEKiP-Gruppenleiterinnen verfasst wurde. Die Eltern können das Wichtigste nachlesen. Ferner wird diese DVD natürlich vom PEKiP e.V. empfohlen, ja und von mir auch. Viel Spaß beim Anschauen der DVD!

Kleine Anmerkung noch:

Ich würde mir natürlich wünschen, da ich in einem internationalen Umfeld tätig bin, dass die PEKiP-DVD in weitere Sprachen, wie z.B. Englisch und Französisch übersetzt wird. Ebenso wäre eine Übersetzung der PEKiP-Bücher in diese Sprachen zu begrüßen. Und ich könnte mir auch die Fortsetzung der PEKiP-DVD vorstellen, denn mich persönlich würde ein noch tieferer Einblick in das Gruppengeschehen interessieren. Zum Beispiel, die Begleitung einer PEKiP-Gruppe über das erste Lebensjahr: Wie sind die Veränderungen der Babys? Wie lernen die Babys zu Spielen? Wie kommunizieren sie im Laufe der Zeit miteinander? Wie konnte PEKiP bei der persönlichen Entwicklung der Kleinen unterstützend wirken? Und wie sind sozusagen die Eltern "gewachsen?" Wie sieht es mit den Gesprächen, der Sicherheit im Umgang mit dem Kind und dem Vertrauen der Eltern aus?

Silke Schulze-Aust

Die Autorin ist Dipl.Sozialarbeiterin / Sozialpädagogin, PEKiP-Gruppenleiterin.

Weitere Informationen: www.pekip.de, www.dieelternschule.de und www.pekip-polinski.de

Die Initiativ Liewensufank bietet in Itzig (und ab Januar 09 auch in Betzdorf) PEKiP-Kurse für die verschiedenen Altersgruppen von 0-1 Jahr an. Alle Kurse werden von zertifizierten PEKiP-Leiterinnen abgehalten.

Wenn Sie mit Ihrem Baby teilnehmen möchten, so finden Sie Anmeldeformulare unter www.liewensufank.lu oder Sie erhalten entsprechende Informationen bei der baby hotline 36 05 98.