



# Liebe und Sexualität

**Ihre Entwicklung und Gefährdung  
von der Kindheit bis zum Jugendalter**

Herausgegeben von Andreas Neider

edition waldorf

# Inhalt

Vorwort des Herausgebers

NICOLA FELS, DR. MED. BART MARIS, ESTHER FELS, JOHANN JUNGGERMANN: Sexualität im Spannungsfeld zwischen Mythos, Macht und Medien. Wie beeinflusst die Erziehung unserer Kinder die Entwicklung der Sexualität?

ELKE RÜPKE: Doktorspiele und Getuschel im Gebüsch – Sexualität als Thema im Kindergartenalter

DR. MED. BORIS KRAUSE: Die Pubertätskrise, ihre Ursachen und Entwicklungschancen aus medizinischer Sicht

JOHANNES GREINER: Jugend am Abgrund – Sexualität im Internet

ANDREAS NEIDER: Die historischen Wurzeln der «sexuellen Revolution»

RENATE SCHILLER: Freundschaft, Liebe, Eros, geistiges Band

Über die Autoren

ANDREAS NEIDER

## **Vorwort**

Ein Bildungskongress zum Thema «Liebe und Sexualität – Gefährdung und Entwicklung im Kinder- und Jugendalter», zumal aus waldorfpädagogischer Sicht, musste für den Veranstalter zunächst als Wagnis erscheinen, wird doch in waldorfpädagogischen Zusammenhängen über dieses Thema nicht gerade überall und jederzeit gesprochen, weder auf sonstigen Tagungen noch in Publikationen.<sup>1</sup> Dennoch wird das Thema auch in Waldorfschulen angesichts der gesellschaftlichen Entwicklungen vor allem im Bereich der Medien immer virulenter. So machte ein Beitrag des Kieler Waldorflehrers Thomas Müller-Tiburtius in der Zeitschrift *Erziehungskunst* auf die zunehmende Verbreitung pornografischer Inhalte unter Jugendlichen vehement aufmerksam.<sup>2</sup> Darin weist Müller-Tiburtius nicht nur auf die Verbreitung solcher Inhalte durch das Internet, sondern auch auf eine Verrohung der Sprache durch diese Inhalte hin. Dennoch hält Müller-Tiburtius es für falsch zu glauben, man könne den Konsum derartiger Inhalte von Jugendlichen kontrollieren und sie auf diese Weise davon fernhalten. Vielmehr ist er der Auffassung, dass es Aufgabe der Schule sein sollte, das Gespräch mit den Schülern gerade aufgrund der extremen Verbreitung dieser Inhalte zu suchen. Denn, so sein Fazit, Jugendliche fänden nur selten bis gar keine Gelegenheit, über ihre Fragen und Probleme im Umgang mit diesen Inhalten, vor allem aber im Umgang mit ihrer Sexualität ausreichend zu sprechen.

Die Beiträge in diesem Band geben die Inhalte des besagten Bildungskongresses vom Januar 2014 wieder und wollen damit eine Grundlage für eine solche Auseinandersetzung mit dem Thema der Sexualität im schulischen Zusammenhang bieten. Wie auch bei den vorangegangenen Publikationen der Stuttgarter Bildungskongresse handelt es sich bei diesen Beiträgen teils um Nachschriften des im Vortrag Gesprochenen, teils um schriftlich ausgearbeitete Autoreferate.

Dabei haben die beiden Ärzte Nicola Fels und Bart Maris einen ungewöhnlichen Zugang zum Thema dadurch gewählt, dass sie ihre jugendliche Tochter Esther und deren Freund Johann eingeladen hatten, gemeinsam mit ihnen ihren Vortrag, der hier nun abgedruckt ist, zu gestalten. Aus dem Gespräch der Elterngeneration mit den beiden jungen Menschen ergibt sich somit eine multiperspektivische Sicht auf das Thema der Entwicklung von Liebe und Sexualität, das mit einem der «Geistigen Lieder» von Novalis zum «Geheimnis der Liebe» sehr gut harmoniert und illustriert wird.

Elke Rüpke geht in ihrem Beitrag der Frage nach, welche Bedeutung die Sexualität in der Erziehung des Kindes spielt und welche pädagogischen Antworten es heute auf diese Frage gibt. Ihr Fazit ist kurz gesagt, dass vieles, was aus erwachsener Sicht als sexuelle Betätigung interpretiert werden könnte, lediglich Entdeckungsreisen in die eigene Leiblichkeit darstellen, da die Leiblichkeit nun einmal zur Menschwerdung dazu gehört.

Boris Krause verfolgt das Thema der Sexualität weiter ins Jugendalter und die Pubertät und erläutert aus psychiatrischer Sicht, welche Ursachen die Pubertätskrise hat und wie die Sexualität oder Geschlechtsreife etwas mit der Beziehung des Menschen zu seiner Leiblichkeit und damit zur Erde schlechthin zu tun hat.

Johannes Greiner geht in seinem Beitrag detaillierter auf die bereits angesprochene Thematik des Internets ein und

lässt in sehr anschaulicher Weise durch Bilder aus der Bildenden Kunst und der Literatur wie Dürers «Ritter zwischen Tod und Teufel» und Wolfram von Eschenbachs «Parzival» die Situation des Jugendlichen vor den Augen des Lesers entstehen. Gerade hier finden sich auch Ansätze für ein Gespräch mit den Jugendlichen in der von Müller-Tiburtius gesuchten Form.

Der Herausgeber dieses Bandes sucht in seinem Beitrag nach den historischen Wurzeln dessen, was sich seit Mitte der 60er Jahre als «sexuelle Revolution» weltweit ausgebreitet hat. Eigentümlicherweise hängen diese Wurzeln mit der naturwissenschaftlich und materialistisch orientierten Entwicklung der Medizin im 19. Jahrhundert, besonders in Wien zusammen. Aus Wien stammte denn auch der Verfasser des Buches, das der «sexuellen Revolution» ihren Namen gegeben hat, Wilhelm Reich (1897 – 1957). Reichs Theorien fanden in den 60er Jahren aber vor allem deshalb Verbreitung, weil sie als Gegenentwurf zum nationalsozialistischen Terror geschaffen worden waren, den viele Anhänger Reichs am eigenen Leib miterlebt hatten. Dass eine auf materialistischen Voraussetzungen aufbauende Theorie der sexuellen Befreiung wie die von Wilhelm Reich jedoch keine Lösung darstellt, sondern nur dazu führt, die beiden angesprochenen Bereiche der Liebe und der Sexualität vollends voneinander zu lösen zugunsten einer einseitigen Entwicklung der Sexualität, wurde vielfach zu spät oder gar nicht gesehen.

Renate Schiller setzt an diesem Punkt mit ihrer Betrachtung über «Freundschaft, Liebe, Eros und geistiges Band» ein, indem sie anhand der Biographien einiger Künstler des Expressionismus das schwierige Verhältnis von Liebe und Sexualität beleuchtet und die Liebe als eine biographische Aufgabe sehr einfühlsam beschreibt.

Pädagogisch gesehen geht es also bei der Frage eines gesunden Verhältnisses von Liebe und Sexualität vor allem um ein frühzeitig zu veranlagendes Verhältnis zur eigenen

Leiblichkeit. Jedoch nicht im Sinne eines Selbstbezuges, sondern gerade umgekehrt im Sinne eines Bezuges zur Mit- und Umwelt. Dabei kommt gerade im Zeitalter der digitalen Medien vor allem der Sinneserziehung eine erhöhte Bedeutung zu, stellen doch die menschlichen Sinne das Gebiet des menschlichen Leibes dar, durch das der Mensch mit seiner Umwelt in Beziehung tritt. Liebe ist in diesem menschenkundlich begründeten Sinne identisch mit Hingabe an die wahrgenommene Welt. Mitgefühl und Nächstenliebe als höchste Ausdrücke der Liebe lassen sich mithin besonders wirksam vor allem auf der Basis einer gesunden Sinnesentwicklung veranlagten.

Alle hier versammelten Beiträge umfassend könnte die folgende Frage als ein pädagogisches Leitmotiv gesetzt werden: Wie lässt sich das Verhältnis von Liebe und Sexualität durch eine gesunde Entwicklung des Verhältnisses zur eigenen Leiblichkeit und zur umgebenden Natur so gestalten, dass die liebevolle Beziehung zur Umwelt zugleich eine ungetrübte Beziehung zur eigenen Leiblichkeit umfasst? Antworten darauf werden die Leserin oder der Leser in den Beiträgen dieses Bandes, so die Hoffnung des Herausgebers, hoffentlich in ausreichendem Maße finden.

---

<sup>1</sup> Vgl. dazu die einzige Publikation aus waldorfpädagogischer Sicht in den letzten fünfzehn Jahren: *Sexualkunde in der Waldorfpädagogik*, hrsg. von Bart Maris und Michael Zech, Stuttgart 2006.

<sup>2</sup> Siehe Thomas Müller-Tiburtius, *Generation Porno?* Zeitschrift *Erziehungskunst*, Juni 2012, S. 44 ff.

NICOLA FELS, DR. MED. BART MARIS,  
ESTHER FELS, JOHANN JUNGERMANN

# **Sexualität im Spannungsfeld zwischen Mythos, Macht und Medien. Wie beeinflusst die Erziehung unserer Kinder die Entwicklung der Sexualität?**

*Bart:*

Ein Vortrag über «Liebe und Sexualität im Jugendalter», gehalten von zwei Grauhaarigen, das fanden wir nicht so passend. Deshalb haben wir zwei Jugendliche gebeten, uns zu helfen, denn die sind ein bisschen näher dran. Es sind Esther Fels und Johann Jungermann, wir werden diesen Vortrag also zu viert gestalten.

Ich dachte, aus aktuellem Anlass, mit der BILD-Zeitung anzufangen. Es geht um die Suche nach der richtigen Sprache im Umgang mit Liebe und Sexualität. Der deutsche Fußballspieler Hitzlsperger hat gestern erklärt, dass er homosexuell sei, und das steht in allen Tageszeitungen. Er habe lange gebraucht, um die richtige Sprache für diese Tatsache zu finden, und das ist nun auch unser Thema: Was ist die richtige Sprache, in der wir uns über Liebe und Sex verständigen können? Oder auch: Was ist der richtige Ton?

Wir werden diesen Vortrag umrahmen mit vier Abschnitten aus einem Gedicht von Novalis, «Die Hymne», sie stammt aus den «Geistigen Liedern», geschrieben mit 25 Jahren, 1789, drei Jahre vor seinem frühen Tod.

Wenige wissen  
Das Geheimnis der Liebe,  
Fühlen Unersättlichkeit  
Und ewigen Durst.  
Des Abendmahls  
Göttliche Bedeutung  
Ist den Irdischen Sinnen Rätsel;  
Aber wer jemals  
Von heißen, geliebten Lippen  
Atem des Lebens sog,  
Wem heilige Glut  
In zitternde Wellen das Herz schmolz,  
Wem das Auge aufging,  
Dass er des Himmels  
Unergründliche Tiefe maß,  
Wird essen von seinem Leibe  
Und trinken von seinem Blute  
Ewiglich.

*Johann:*

Ich kann von mir leider bis heute nicht sagen, dass ich ausreichend aufgeklärt bin. Ich hatte zwar *eine* Aufklärungsstunde in der Schule, und auch zu Hause wurde etwas über das Thema gesprochen, aber es gibt doch noch einiges, von dem ich meiner Auffassung nach nicht genug weiß, was ich gerne noch wissen möchte. Trotzdem bin ich natürlich in der Lage, Beziehungen einzugehen, ohne das Risiko von «unerwünschten Langzeitfolgen» auf mich zu nehmen.

*Esther:*

Ich muss auch noch viel lernen, um eine ausgeglichene Beziehung leben zu können, aber ich glaube, ich habe trotzdem einige Voraussetzungen und genügend Verantwortung, um ein Beziehungsleben zu führen. Die fehlenden Erfahrungen und Fähigkeiten, die eine solche Beziehung braucht, ergeben sich im Leben.

*Bart:*

Die vergangene Woche war eine spannende Woche. Wir waren viele Abende zu viert am Abendbrottisch versammelt und haben stundenlang über Liebe und Sexualität gesprochen, wir haben viel gelernt, haben viele Fragen gestellt, Antworten bekommen und Konzepte für diesen Vortrag entworfen und wieder verworfen. Ein paar von den Fragen, die wir bewegt haben, wollen wir jetzt auch stellen, sodass Sie einige Antworten hören können.

Johann, du hast gesagt, du hast ein bisschen Aufklärung bekommen, aber nicht genug. Johann ist jetzt zwanzig, war auf der Waldorfschule. Kannst du erzählen, was du wo gelernt hast, in der Schule oder zu Hause oder auf der Straße?

*Johann:*

Wie gesagt, in der Schule hatte ich eine Aufklärungsstunde, die war zwar ein bisschen peinlich für alle Beteiligten, aber ich glaube, sie hat einiges gebracht. Das war ungefähr in der 8. Klasse. Da haben wir gehört, wie der Geschlechtsverkehr funktioniert und welche Verhütungsmittel es gibt. Im frühen Kindesalter haben wir zu Hause über die Dinge gesprochen, als ich gefragt habe, woher ich komme; da habe ich auch einiges gelernt.

*Nicola:*

Und du, Esther? Du sagst, dass du schon Voraussetzungen hast für Beziehungsfähigkeit. Wo hast du die gelernt, und was hast du da gelernt?

*Esther:*

Ich glaube, dass ich besonders in der Familie und von meinen Eltern viel gelernt habe. Dadurch, dass sie mir viel Freiheit gelassen haben, konnte ich lernen, selbstständig zu werden. Diese Selbstständigkeit ermöglichte es mir zu lernen, verantwortungsvoll zu handeln.

Ich war schon selbstständig und alleine im Ausland, wo ich oft mir selbst überlassen war und zwangsläufig die Verantwortung übernehmen musste und lernte damit umzugehen. U. a. dort habe ich außerdem gelernt, Situationen einzuschätzen und über das, was ich tue, nachzudenken. Da meine Familie großen Wert auf ein bewusstes Leben legt, bin ich zunehmend in der Lage, bewusst abzuwägen, was ich tue und was nicht.

Neben meiner Familie und besonders meinen Eltern war mir die Zeit in der Waldorfschule oft eine Lehre. So habe ich z. B. besonders in der Unterstufe viel Anerkennung von meiner Klassenlehrerin bekommen. Nicht selten war ich ein «Lieblingskind», was zwar ein gutes Gefühl war, mir aber nicht nur gut tat. Es hat mich eingeeengt und teilweise sogar unfrei gemacht, um selbst zu entscheiden, wie ich leben wollte. Zum Beispiel hat es mich immer wieder von meinen eigenen Klassenkameraden entfernt. Es war für mich, als hätte meine Klassenlehrerin mich in eine ganz bestimmte Schublade gesteckt oder als hätte sie ein zu fixes Bild von mir. Dadurch hatte ich immer wieder das Gefühl, dieses Bild erfüllen zu müssen, obwohl ich eigentlich noch viel zu jung dafür war.

Ich habe auch von meinen Geschwistern viel gelernt, die mich immer wieder mit Dingen konfrontiert haben, die ich vielleicht noch nicht so gut konnte. Von ihnen habe ich gelernt, mir die Frage zu stellen, ob ich selbst frei genug bin, um an mir zu arbeiten.

*Bart:*

Gibt es spezifische Sachen, die ihr vermisst habt, z. B. im Sexualkunde-Unterricht in der Schule? Oder was hättet ihr selbst gerne anders gehabt? *Esther:*

Mir hat eine Offenheit gefehlt, sowohl in der Familie als auch in der Schule. Es war immer so, dass das Thema «Liebe, Sexualität und Beziehungen» wie mit einem Vorhang verhangen oder in einen Kasten gesteckt war. Es ist zwar etwas Geheimnisvolles, und das schätze ich sehr, und das ist meiner Meinung nach auch extrem wichtig, aber trotzdem waren meine Familie und die Schule in der Hinsicht zu verschlossen. Ich habe mich selten frei genug gefühlt, um über diese Themen zu sprechen. Hin und wieder waren meine Eltern verklemmt, deshalb habe ich mich nicht getraut, auf sie zuzugehen. Noch heute merke ich, dass ich nicht mit allen Themen zu meinen Eltern gehe.

Ich wünsche mir zwar, dass dieses Thema «Liebe und Sexualität» etwas Geheimnisvolles ist, aber wir sollten doch lernen, dieses Geheimnis zu betrachten anstatt es zu verstecken.

*Johann:*

Ich denke, dass die Art der Sexual-Aufklärung mit der Entwicklung der Kinder und Jugendlichen mitgehen sollte. Nur eine Stunde in der 8. Klasse reicht nicht, sondern auch schon vorher in der Unterstufe und auch in der Oberstufe besteht Bedarf. Die Fragen von Heranwachsenden verändern sich, und darauf müssen auch veränderte Antworten gegeben werden. Manches wird bald wieder vergessen, und an anderer Stelle entstehen neue Fragen – so sollte die Aufklärung mit den Jugendlichen mitgehen und nicht als ein einmal abgehaktes Thema stehen gelassen werden. Ich glaube, dass ich tatsächlich am meisten durch eigene Erfahrung gelernt habe. Das hat mir am meisten gebracht. Ich bin meinen Eltern sehr dankbar, die mir den Freiraum gelassen haben, um eigene Erfahrungen zu machen. Natürlich ist es dabei wichtig, dass das alles im

geschützten Rahmen vor sich geht, sodass die «unerwünschten Langzeitfolgen» ausgeschlossen sind.

*Nicola:*

Da sind wir Eltern wieder gefordert. Wir haben vier Kinder und zwei Enkel. Eines dieser vier Kinder hat sich mit dreizehn bereits so verliebt, dass es nicht nur um Händchenhalten ging, sondern auch um mehr. Er wollte mit seiner Freundin auch Sex. Ich als junge Mutter war absolut überfordert mit dieser Situation, ob ich diesem Jungen Freiraum geben sollte oder gerade nicht. Wer würde die Verantwortung tragen? Deshalb habe mich beraten lassen. Ich hatte ein gutes Gespräch mit einem Berater, der mir gesagt hat: «Gehen Sie hin, und sprechen Sie mit diesem jungen <Mann>, mit diesem dreizehnjährigen Jugendlichen über Verhütung. Und wenn Sie merken, dass er mit Ihnen verantwortungsvoll ein Gespräch führen kann, dann können Sie ihm die Verantwortung übergeben, und wenn nicht, dann müssen Sie entscheiden, was Sie dann machen.» Der Junge konnte aber nicht mit mir darüber sprechen, er hat heftig abgewehrt, sodass ich dann wirklich sehr gut auf ihn aufgepasst habe. Jahre später hat er sich bei mir dafür bedankt. Er war überfordert. Ich anfangs auch, aber er hat dann mit der Unterstützung dieses Beraters einen Weg gefunden, ihn zu begleiten und die Verantwortung für das, was da passiert, selbst ein Stück zu tragen und ihn zu beschützen.

Wer hat des irdischen Leibes  
Hohen Sinn erraten?  
Wer kann sagen,  
Dass er das Blut versteht?  
Einst ist alles Leib,  
Ein Leib,  
In himmlischem Blute  
Schwimmt das selige Paar.

*Bart:*

Ist es nicht ein Rätsel, dass wir alle nur unvollständig sind? Dass keiner von uns vollständig Mensch ist? Dass es aus irgendeinem Grund notwendig war, dass wir entweder so oder so sind, entweder Mann oder Frau? Dass wir eine Einseitigkeit in uns tragen, die gleichzeitig auch eine Polarität darstellt, aber dass keiner von uns sagen kann: Ich bin vollständig Mensch. Und dass in der gesamten Evolution das Thema Trennung der Geschlechter, polare Entwicklung für die Fortpflanzung zum Teil notwendig ist? Klar, es gibt in der Natur auch die ungeschlechtliche Fortpflanzung. Sie kennen vielleicht die Pflanze Bryophyllum, die Keimzumpen; die hat solche kleinen Keimlinge, die an den Blattspitzen wachsen. Das ist ein Beispiel der ungeschlechtlichen Fortpflanzung; dafür braucht es keine geschlechtliche Entwicklung, dafür braucht es keine Blümchen und Bienchen, das geht einfach so. Es ist einfach eine Vermehrung, die weitergeht und weitergeht. Dabei kommt nichts Neues auf die Welt, da jeder Keimling sozusagen eine Kopie oder eine Fortsetzung von der Mutterpflanze ist. Diese Art der Fortpflanzung ist in der modernen Biotechnologie hochaktuell: Klonen ist eine moderne Art des Bryophyllum-Werdens, sprich: der ungeschlechtlichen Fortpflanzung, eine Art von Fortpflanzung, bei der nichts Neues, sondern nur Kopien in die Welt kommen. Aber es gibt auch den Weg, den die Blümchen und Bienchen gehen, das ist komplizierter. Da müssen in der Blüte das weibliche Prinzip – Stempelbildung – und das männliche Prinzip – Staubfäden – entwickelt werden, dann muss diese Polarität überbrückt werden durch Bienchen oder durch Wind oder durch irgendeine Kommunikation.

Vor knapp hundert Jahren wurde Rudolf Steiner gefragt: Warum ist es dann nötig gewesen, dass in der Weltentwicklung dieser umständliche Weg der geschlechtlichen Fortpflanzung eingetreten ist? Warum konnte es nicht bei der einfachen Fortpflanzung von vor der

Geschlechtertrennung bleiben? Die Antwort war ganz eindeutig: In dem Fall wäre die Individualisierung der Menschheit nie zustande gekommen. Nur durch die geschlechtliche Fortpflanzung ist es möglich, dass hier so viele verschiedene Menschen im Saal sitzen, alle einmalig. Das weiß man auch aus der Genetik. Nur die geschlechtliche Fortpflanzung ermöglicht, dass bei jeder Befruchtung eine einmalige Neuigkeit auf die Welt kommt.

Diese Polarität männlich / weiblich drückt sich sehr gut aus in der Eizelle und der Samenzelle. Die Eizelle ist ja die größte Zelle, die es gibt im Körper. Die reife Eizelle kommt nur einmal im Monat frei, und das auch nur über den Zeitraum von etwa 30, 35 Jahren, sodass die Gesamtzahl im Leben einer Frau beschränkt ist auf ca. 350. Die reife Eizelle lebt nur kurz, ein paar Stunden.

Die Samenzellen sind viele Millionen pro Tag, das sind die kleinsten Zellen, die es gibt im Körper. Sie sind beweglich, sie sind schnell, sie können drei, vier, fünf, sechs Tage überleben und auch über 50 kann die Produktion noch lange weitergehen. Im Sexualkunde-Unterricht in Waldorfschulen erzähle ich manchmal von der Prinzessin, die lange gewartet hat, lange im Tiefschlaf war, dann endlich aus ihrem Tiefschlaf erwachte, auf ihrem Balkon von ihrem Turm sozusagen aus dem Eierstock hervortrat und natürlich erwartete, dass viele Tausende Prinzen auf sie warteten. Wenn sie aber auf ihren Balkon kommt, und da ist niemand – und das war der Moment, worauf sie so lange gewartet hat –, dann stirbt sie auf der Stelle! Und so ist es auch bei den Eizellen. Sie erscheinen, und wenn keine Samenzellen da sind oder ganz bald erscheinen, löst die Eizelle sich innerhalb weniger Stunden in Nichts auf und ist verschwunden. Samenzellen haben wenigstens Ausdauer! Sie können auch vier, fünf Tage warten, bis dann endlich die Eizelle erscheint.

Die Zahl von Beispielen über die Polarität zwischen Männlich und Weiblich, auch im Seelischen, kann man

beliebig vermehren, so viel Zeit haben wir aber nicht. Wir leben alle in dieser Einseitigkeit und erleben die Einseitigkeit. Daraus kommt natürlich auch die Sehnsucht nach dem Ganzen. Diese Sehnsucht nach Vereinigung, diese Sehnsucht nach dem, was wir selbst nicht haben, oder diese Sehnsucht nach dem, was da war, bevor diese Einseitigkeit eintrat, ist nicht nur von Bedeutung für die Fortpflanzung, sondern auch für viele Arten der menschlichen Begegnung. Die Folge von dieser Sehnsucht kann dazu führen, dass in der Menschheit die himmlische Liebesminne entsteht, dass der Mensch über seine Einseitigkeit hinaus gehoben wird und in eine Art himmlische, allgemein menschliche Vereinigungssphäre erhoben wird. Aber ebenso kann die Sehnsucht zu einem Sexualtrieb werden, der viel tierischer ist, als das im Tierreich jemals vorkommt. Diese Seite der Sexualität, die in Trieb und Begierde zur Missachtung des Partners, Gewalt und Missbrauch führen kann, findet man im Tierreich nicht, sie ist nur bei Menschen vorhanden.

Nochmal zurück zur Ei- und Samenzelle: Es ist ja eigentlich ein Riesenwunder, dass diese beiden etwas miteinander zu tun haben wollen, denn sie sind so verschieden. Überall im Körper gibt es die Erscheinung, dass aus einer Zelle zwei werden, aus zwei vier und so weiter. Das nennt man Wachstum und Vermehrung. Aber wo sonst kommt es vor, dass aus zwei Zellen eine Zelle wird, die außerdem noch so verschieden sind. Das ist eigentlich das große Wunder, zwei Zellen – die nennt man ja Keimzellen, aber jede für sich hat nichts Keimhaftes in sich –, die zusammenkommen und eine Kluft überwinden, sodass tatsächlich ein neuer Menschenkörper entstehen kann. So entsteht die Schwangerschaft, und das ist ein Urbild der Frau, dass in ihrem Körper, in ihrer Gebärmutter so viel Raum zur Verfügung gestellt wird für ein fremdes, ein neues Lebewesen. Und das Wichtigste, was gemacht wird, ist, dass Raum, Umhüllung und Geborgenheit geboten werden. Ein Geheimnis der Schwangerschaft ist die Geborgenheit durch

die Verborgenheit. In diesem Geheimnis kann ein Menschenwesen heranwachsen. Solange, bis dann mit der Geburt die erste Trennung auf physischer Ebene zwischen Mutter und Kind stattfindet.

*Nicola:*

Die Mutter bildet für das Kind die physische Hülle bis das Kind geboren wird. Von großer Bedeutung ist dabei auch, *wie* das Kind geboren wird; es ist ein wichtiger Moment für die Frage der Bindungs-, Beziehungs- und Liebesfähigkeit, die das Kind dann später hat. Ob das Kind – Sie können sich das vorstellen – zum Beispiel zu Hause oder in einem Geburtshaus, in einem entsprechenden Umfeld geboren wird oder per Kaiserschnitt, das ist nicht nur eine Frage, wie es auf die Welt kommt und wo es das Licht der Welt erblickt, sondern dieser Geburtsvorgang ist eines der wichtigsten und ersten intensiven Körpererlebnisse, die ein Kind hat. Die normale vaginale Geburt ist ein intensives Tasterlebnis, welches 30 Prozent der Kinder heute nicht mehr erleben, weil wir eine Kaiserschnitttrate von 30 Prozent haben, mit weiter steigender Tendenz. Es ist bekannt und für mich in der Praxis deutlich erlebbar, dass die Kinder, die spontan geboren sind, die wirklich diesen Weg, den Mutter und Kind miteinander gegangen sind, eine andere Bindungsvoraussetzung haben als Kinder, die per Kaiserschnitt geboren sind. Die müssen sich das anders erarbeiten lernen.

Jetzt ist die physische Hülle der Mutter nicht mehr da, sondern jetzt sind es Mutter und Vater. Das heißt, der Umkreis dieses Kindes hat sich vergrößert, und zwar von einer physischen Hülle in eine ätherische Hülle. Wir können es auch eine Ätherschwangerschaft nennen, die am besten von den Eltern und dann auch noch von der Familie, später von den Erziehern gebildet wird. Wenn eine Mutter diese allein bildet – das erleben Sie alle –, ist das sehr anstrengend und einseitig für die Kinder. Wenn der Vater

wirklich mit dabei ist, ist es anders. Ich bin sehr froh, dass immer mehr Väter nicht nur bei der Geburt, sondern auch am Anfang wirklich bei den Kindern mit da sind und ihre Elternzeit in Anspruch nehmen. So können im Idealfall beide Eltern sich gemeinsam um ihr Kind sorgen, insbesondere dürfen sie sich in Liebe und Achtsamkeit um sein körperliches Wohlbefinden kümmern. Jetzt in diesem Alter, bis das Kind in die Schule kommt, lernt es körpergebunden. Alles, was es lernt, lernt es durch das, was es körperlich erfährt und was es körperlich tut. Erst einmal lernt es zu atmen, es lernt die Wärme zu halten, es lernt zu verdauen, einzuschlafen, sich aufzurichten und zu gehen. Die Voraussetzungen, dass es das gut lernt, sind der Umkreis, zuerst die Eltern und später die Erzieher oder die Familie. Aber das Lernen selbst muss das Kind alleine machen. Eltern brauchen nicht dafür zu sorgen, dass das Kind sich aufrichtet; das tut es nämlich selbst. Wenn man die Voraussetzungen schafft, dass man es entsprechend pflegt, es versorgt und für die körperlichen Bedingungen sorgt, dann macht das Kind das selbst; das Kind kann sich selbst aufrichten. Das heißt, es lernt eine sogenannte Selbstregulation, es reguliert sich selbst. Und es ist wunderbar zu erleben, wie ein Kind sich zunehmend selbst reguliert und damit immer mehr sich selbst wird. Wenn ein entsprechender Umkreis da ist, dann kann das Kind lernen, sich selbst zu regulieren und sich selbst zu erfahren.

Im Kindergartenalter wird der Unterschied zwischen Jungen und Mädchen deutlicher sichtbar, insbesondere durch die Art, wie sie sich in der Welt bewegen. Da kommen noch hinzu die sogenannten Doktorspiele. Diese haben mit Sexualität in dem Sinne, dass Sexualität etwas mit dem Gegenüber zu tun hat und mit einem Ich und Du, gar nichts zu tun. Das Kind probiert sich aus und versucht sich körperlich zu erfahren. Da gehört eben auch dazu, dass ein Junge so lange an seinem Penis herum macht, bis er ganz steif wird, und er findet das besonders und kann das jedem