

# Zeig mir, was du denkst

von Barbara Leitner

## Körper-Kommunikation mit Babys

*Lara ist erst drei Wochen alt. Ihre stolzen, frischgebackenen Eltern haben Verwandte zu Kaffee und Kuchen eingeladen, um das neue Familienmitglied zu begrüßen. Alle stehen an der Wiege und können sich gar nicht sattsehen an dem winzigen, pausbäckigen Wunder Mensch. Bis die Kleine plötzlich das Gesicht verzieht und zu weinen beginnt.*

*„Ich glaub, die hat Hunger“, sagt Tante Margot. „Nein, sie muss gewickelt werden“, kontert die Oma. Aber der Papa weiß es besser: „Das Baby hat eindeutig Bauchweh!“...*

*Laras Mutter hat ihr Kind erst vor einer halben Stunde gestillt. Danach wurde auch die Windel gewechselt. Aber vielleicht will sie nochmal aufstoßen?...*



„Was will das Baby?“, fragen sich viele junge Eltern nach der Geburt. Ratsschläge von Verwandten oder Freunden helfen hier meist nur bedingt bis gar nicht weiter. Es gibt jedoch ein uraltes Natur-Wissen darüber, wie Babys kommunizieren. Durch unsere modernen Lebensumstände ist dieses instinktive Wissen zwar etwas in Vergessenheit geraten – aber neuerdings wird es wieder ans Licht geholt und erforscht:

Es gibt eine universelle, weltweit gleiche Säuglings-Sprache, die auf physischen Reflexen basiert. Das heißt, Neugeborene verwenden unterschiedliche Laute, um ihren Eltern dabei zu helfen,

adäquat zu reagieren. Jede Mutter, die schon mal gestillt hat, kennt diese intuitive Körper-Kommunikation: Bei gewissen Baby-Lauten beginnt sofort die Brust zu tropfen (sogar wenn es nur ein fremdes Kind ist, das man auf der Straße hört) – bei anderen bleibt der Still-BH trocken. Warum? Weil es verschiedene Laute für „Hunger“, „Bauchweh“ oder „volle Windel“ gibt. Eigentlich toll, wie schlau, die Natur das alles eingerichtet hat!

**Wir müssen das Baby also nur verstehen.** Wenn es zum Beispiel Hunger hat, entsteht der Laut „Neh“. Die Er-

klärung dafür ist einfach: Bei hungrigen Säuglingen setzt der angeborene Saugreflex ein, die Zunge klebt also am Gaumen (wie bei einem nasalen „N“), und es gibt vielleicht schon Nuckelgeräusche von sich. Wenn dieses Schmatzen allein noch nicht genug Aufmerksamkeit erregt, kommt ein Ton dazu – meistens ein „eh“, manchmal auch „ah“. Hört man also in Babys Gebrabbel oder Weinen ein „N“ heraus, ist es mit ziemlicher Sicherheit hungrig oder möchte an der Brust beruhigt werden. Neben dem Hungerlaut gibt es noch weitere vier angeborene Laute, die nachweislich bei allen Babys dieser

Welt dieselben sind: „Aufstoßen“, „Müde“, „Bauchweh“ und „Unwohlsein“. Sie zu kennen, erleichtert den Alltag mit Babys ungemein. Da sie jedoch auf angeborenen Reflexen beruhen – und nicht benötigte Reflexe nach einiger Zeit verloren gehen – können sie nach 3-4 Monaten weg sein. Interessant ist, dass Eltern, die diese Laute kennen und entsprechend darauf reagieren, immer wieder berichten, sie bis zum Ende des ersten Lebensjahres weiterhin gehört zu haben.

**„Heh“ bedeutet „Ichühl mich nicht wohl“** – und das ist der einzige Laut, bei dem zuerst abgeklärt werden muss, was genau dahinter steckt. Dem Baby könnte zu warm oder kalt sein, es könnte einfach irgendwas unbequem oder – was sehr häufig der Fall ist – die Windel (bald) voll sein. Babys spüren nämlich von Anfang an, wenn sie mal müssen, und erledigen ihr Geschäft nicht so gern in die Hose. Nur wenn man nicht auf ihre Signale reagiert und ihnen die Windel sozusagen antrainiert, verlernen sie es, ihre Ausscheidungen zu spüren.

Warum mögen Babys keine Windel? Warum möchten sie am liebsten am Körper getragen werden und nicht allein in einem anderen Zimmer schlafen? Ein Blick in die Steinzeit macht's klar: Es geht ums „Überleben“. Wilde Tiere riechen nämlich die menschlichen Ausscheidungen, weshalb Babys schon in Urzeiten über einem Busch „abgehal-

ten“ wurden, damit niemand diesen Geruch am Körper trägt. Bei heutigen Müttern und Vätern gibt es seit einigen Jahren eine „Windelfrei-Bewegung“, die genau hier anknüpft. Und meistens funktioniert's auch!

**Die Wiederentdeckung der instinktiven Babykommunikation** ist der Australierin Priscilla Dunstan zu verdanken. In ihrer Ausbildung zur Opernsängerin hat sie gelernt, wo im Körper bestimmte Töne entstehen, und zudem verfügt sie über ein fotografisches Gedächtnis. Als Priscilla 1998 Mutter wurde, hatte sie ziemliche Stillprobleme, und auch das Einschlafen ihres Sohnes war ein täglicher Kampf. So fing sie damit an, die Töne ihres Babys sowie ihre eigenen körperlichen Reaktionen darauf zu beobachten und zu notieren. Dabei stellte sie zum Beispiel fest, dass wenn ihr Baby den Ton für „Hunger“ artikulierte, ihre Milch bereits zu tropfen begann. Wenn sie es dann gleich anlegte, war das Stillen völlig schmerzfrei – stillte sie hingegen bei anderen Lauten, tat ihr die Brust weh. Priscilla benannte auch andere Baby-Laute erstmals klar und präzise, weshalb diese Methode heute „Dunstan-Babysprache“ genannt wird. Mittlerweile gibt es Beobachtungsstudien mit über 1.000 Babys aus verschiedensten Kulturkreisen, Muttersprachen und über 30 Nationalitäten, welche eindeutig belegen: Die „Dunstan-Worte“ benutzen alle Babys auf der ganzen Welt.

## Die „Dunstan-Babysprache“

hilft bereits vielen Eltern, sich im Alltag mit dem Baby sicherer zu fühlen. Das Aufstoßen etwa ist bei Säuglingen ein sehr häufiges Bedürfnis – und wenn das missinterpretiert und noch mehr Milch gegeben wird, bekommt es Blähungen oder gar Bauchweh. Eine Bekannte berichtete mir, dass ihre Tochter jeden Morgen so stark ins Bett gespuckt hat, dass sie täglich die Bettwäsche wechseln musste. Nach einem Dunstan-Workshop wurde ihr plötzlich klar, dass die Kleine beim Aufwachen immer den Laut für „Aufstoßen“ von sich gab – also hob sie den Säugling zuerst hoch für das notwendige Bäuerchen und gab ihm erst dann die Brust. Früher hatte sie gedacht, ihr Baby wäre hungrig und stillte es gleich, worauf beim anschließenden Luft-Rauslassen eben auch die ganze Milch wieder hochkam. Sie war sehr erleichtert, dass sie jetzt nicht mehr täglich Wäsche waschen musste.

**Wenn Babys derart bewusst verstanden werden**, schlafen sie oft besser – und somit auch ihre Eltern. Logischerweise wirkt sich ein entspanntes Kind auch positiv auf Mutter, Vater und die Paarbeziehung aus. Außerdem werden durch diese Kommunikationsform die intuitive Wahrnehmung und die Bindung gestärkt. Und das Erfreuliche ist, dass die Kommunikation mit dem Körper bis zum Sprechenlernen fortgeführt werden kann – mit Hilfe von Gebärden:



Desiree zeigt „Danke“...



„Mama“



... ich will „mehr“ haben“



Elisa ist „müde“ ...



Emilia sagt „bitte“



... und Mia ist schon „groß“

**Lukas ist 14 Monate alt** und wird im Kinderwagen sitzend von seiner Mama durch den Park geschoben. Plötzlich streckt er die Arme ein Stück zur Seite und hebt dabei seine Fingerchen – das heißt „Pinguin“. Die Mutter fragt ihn erstaunt, warum er denn gerade jetzt an einen Pinguin denkt. Lukas zeigt auf einen joggenden Mann, dessen Laufhose außen schwarz und innen weiß ist – eben wie bei einem Pinguin. Wer hätte gedacht, dass ein Kind mit 14 Monaten bereits solche Assoziationen hat!?

**Die „Baby-Zeichensprache“** (auch „Zwergensprache“ genannt) können Kinder ab etwa einem halben Jahr erlernen. Sie besteht aus einfachen Handzeichen, die auf der deutschen Gebärdensprache beruhen und werden **parallel** zur gesprochenen Sprache angewandt. Das erste Babyzeichen ken-

nen wir fast alle: Wenn das Kind beim Wort „Winken“ oder „Baba“ damit beginnt, selbst zu winken, ist es meist auch in der Lage, sich durch andere Zeichen zu verständigen und mitzuteilen. Eine andere Geste, die Babys oft schon früh anwenden, sind die klatschenden Hände („Bitte, bitte“), wenn sie etwas haben wollen.

Bei meiner eigenen Tochter habe ich nach sechs Monaten damit begonnen, diese Zeichen anzuwenden. Mit neun-einhalb Monaten hat Mia dann zum ersten Mal „Milch“ gezeigt – und kurz darauf konnte sie mir mitteilen, wann sie „müde“ ist, wenn sie mit dem Teddybär spielen will oder dass ein Auto vorbeifährt... Mit eineinhalb Jahren brauchten wir die Zeichen nicht mehr – da sprach sie bereits Vier-Wort-Sätze.

**Wer hat's entdeckt?** In den 80er-Jahren begannen zwei amerikanische

Sprachwissenschaftlerinnen (L. Acredolo und S. Goodwyn) damit, die kindliche Gestik und Mimik näher zu erforschen. Anstoß für ihre Forschungsarbeit war ein Erlebnis, das Goodwin mit ihrer Tochter hatte: Beim Besuch eines Aquariums sah das 11 Monate alte Mädchen begeistert den Fischen beim Schwimmen zu und pustete dabei ständig gegen das Glas. Für die Mutter ein Rätsel – bis sie ihre Tochter am Abend ins Bett brachte: Über dem Gitterbett hing ein Mobile mit Fischen, das die Mama jeden Abend vor dem Einschlafen anblies, um es in Bewegung zu setzen. Das Kleinkind assoziierte also die Fische mit Pusten.

Seither wurde in vielen Ländern weitergeforscht. Dabei hat man auch entdeckt, dass Kinder bereits in den ersten Monaten sehr viel verstehen, was mit ihnen und in ihrem Beisein gesprochen wird. In der vorsprachlichen Phase



Heinrich liebt „Musik“ ...



Jakob will „mehr“ Apfelmus



... und Theo wartet auf den „Papa“





Lukas will „nach Hause“

haben sie nur wenige Möglichkeiten, sich am Gespräch zu beteiligen bzw. ihre Gedanken und Gefühle auszudrücken. Doch sobald ein Kind mit den Händen bewusst agieren und gezielt greifen kann, ist es auch in der Lage, bestimmte Gesten nachzuahmen – wengleich diese nicht immer ganz ident sein müssen mit jenen Zeichen, welche ihnen die Bezugspersonen vorzeigen (ähnlich wie bei der Lautsprache wird auch die Zeichensprache erst mit der Zeit perfektioniert).

**Es fasziniert mich immer wieder** aufs Neue, was Kleinkinder bereits alles verstehen und assoziieren. Noch heute erinnere ich mich z.B. an eine Begebenheit mit meiner eineinhalbjährigen Tochter: Wir waren damals bei einer Freundin zum Essen eingeladen. Als diese gerade ein Brot in Scheiben schnitt und Mia zugreifen wollte, warnte sie meine Tochter: „Hände weg, das Messer ist scharf!“ Die Kleine drehte sich erstaunt zu mir um und formte mit ihren Händen am Kopf einen Bogen – Schafshörner, das Zeichen für „Schaf“. Also konnte ich ihr erklären, dass es zwar so ähnlich klingt, aber kein „Schaf“, sondern ein „scharfes“ Messer ist, mit dem man sich auch weh tun kann. Ohne Zeichensprache hätte sie mir diesen erstaunlichen Gedankengang nicht mitteilen können...

**Beginnen Kinder später zu sprechen, wenn sie die Zeichen benutzen?** Nein, ganz im Gegenteil. Es gibt bereits Studienergebnisse, dass Kinder, die mit

Gebärdensprache aufwachsen, durchschnittlich früher zu sprechen beginnen. Ein Baby, das sich mittels Gesten zu verständigen lernt, hat nämlich bereits das Prinzip von Kommunikation begriffen: Wenn es zum Beispiel „Ball“ zeigt, reagiert die Mutter mit den Worten: „Du möchtest mit dem Ball spielen? Schau, ich geb ihn dir“. Sobald die Sprechmuskulatur ausgereift ist – also zwischen 2 und 3 Jahren – ersetzt das Kind automatisch die Zeichen durch Worte. Manche verwenden anfangs auch beides gemeinsam.

Meine Mia begann sehr früh mit dem Sprechen. Sie konnte bereits mit zweieinhalb Jahren vollständige, grammatikalisch richtige Sätze formulieren, zudem alle Laute (inklusive „sch“) perfekt aussprechen, Rechts und Links unterscheiden und Reimwörter bilden. Andere Kinder beginnen erst später damit, denn die Reifung der Muskulatur und der Stimmbänder ist nicht bei jedem gleich. Aber gerade dann ist die Zeichensprache eine gute Unterstützung, um sich dennoch mitteilen zu können und verstanden zu werden.

**Baby-Zeichen sind für alle Kinder hilfreich.** Die „Zwergensprache“ unterstützt nicht nur gesunde Kinder in ihrer Entwicklung, sondern auch Kinder mit Hörproblemen, Entwicklungsverzögerungen und solche, die aufgrund von Beeinträchtigungen später sprechen lernen (z.B. bei Down Syndrom oder Kiefer-Gaumen Spalte). Auch beim Wörterlernen im Kindergarten hat sich der Einsatz von Gesten bereits vielfach bewährt, besonders bei Migrantenkindern.

Wenn Kinder neben dem gesprochenen Wort auch ein bildhaftes Zeichen sehen, verbessert das die Vernetzung der linken und rechten Gehirnhälfte, was sich wiederum positiv auf die gesamte Sprach- und Gedächtnisentwicklung auswirkt. Studien haben gezeigt, dass Kinder, die mit Zeichensprache aufwachsen, noch bis ins Volksschulalter hinein über einen größeren Wortschatz verfügen, überdurchschnittliche Lese- und Schreibfertigkeiten entwickeln, ein verstärktes Interesse an Büchern haben und bei Intelligenztests besser abschneiden.

**Auch viele Erwachsene gestikulieren ständig**, wenn sie sich mit anderen unterhalten. Nicht anders ist es mit den Babyzeichen: Man verwendet sie einfach im ganz normalen Alltag, wenn man mit dem Kind spricht, beim Füttern, Anziehen oder Spielen, beim Singen oder beim Baden.

Es ist so leicht, Kleinkinder zum Spiel mit Worten und Sprache zu animieren. Ja, es geht hier nicht um Leistung, sondern ums Spielerische – aber mit dem wunderbaren „Nebeneffekt“, dass sich das Kind verstanden fühlt und gleichzeitig seine Ausdrucksmöglichkeiten und die Körpersprache weiterentwickelt.

Alle Bilder auf den Seiten 51-53:  
© Zwergensprache GmbH.

## infos & literatur

**Barbara Leitner**

geb. 1986 in Dornbirn  
ist ausgebildete Kindergartenpädagogin und studierte Kommunikationswissenschaft in Salzburg und Rio de Janeiro. Nach der Ge-



burt ihrer Tochter Mia Leticia (2015) absolvierte sie Ausbildungen zur Kursleiterin für Babyzeichensprache und Dunstan-Babysprache und veranstaltet seither auch entsprechende Workshops. Außerdem führt sie gemeinsam mit ihrem Mann ein Geschäft mit nachhaltiger Bio-Kindermode, Stoffwindeln und Tragehilfen in Salzburg.

Kontakt: office@kukilu.at

### Weiterlesen:

- **Das große Buch der Babyzeichen**  
von Vivian König (Verlag Karin Kestner, 2007)
- **Mein kompetentes Baby.**  
Wie Kinder zeigen, was sie brauchen  
von Nora Imlau (Kösel, 2016)
- **Artgerecht.** Das andere Babybuch  
von Nicola Schmidt (Kösel, 2015)
- **Das Kind, das eine Katze sein wollte.**  
Psychoanalytische Arbeit mit Säuglingen und Kleinkindern  
von Caroline Eliacheff (dtv, 1997)

### Websites:

- [www.dunstanbabysprache.com](http://www.dunstanbabysprache.com)
- [www.babyzeichensprache.com](http://www.babyzeichensprache.com)
- [www.kukilu.at](http://www.kukilu.at)