

Iris Augsburg Kuenzi*

Bewegung und Spass für eine gesunde Entwicklung

Wasser ist ein Element, in dem sich alle Kinder wohl fühlen. Baby- und Kleinkinderschwimmkurse sind deshalb bestens geeignet, die Freude am Wasser von Grund auf zu wecken und dabei gleichzeitig frühzeitig positiv auf die ganzheitliche Entwicklung von Kindern einzuwirken. Die Kurse von «H₂O Wasser erleben» basieren auf einer eigens entwickelten Lehrmethode, der Methode Augsburg[®]. Worauf diese gründet und vieles mehr über Baby- und Kleinkinderschwimmkurse erfahren Sie im ausführlichen Interview mit Iris Augsburg Kuenzi.

Baby- und Kleinkinderschwimmkurse: Was muss man sich darunter genau vorstellen?

Unsere Wassererlebniskurse verstehen sich als eine gezielte, ganzheitliche und vor allem kindgerechte Frühförderung der Kinder im Wasser.

Ab welchem Alter können Babys denn an einem solchen Schwimmkurs teilnehmen?

Idealerweise ab der 10. Lebenswoche, denn dann ist der Bauchnabel eines Neugeborenen verheilt und die Mutter kann/darf wieder ins Wasser.

Auf was sollten Eltern bei der Wahl eines Kurses besonders achten?

Wichtig sind gut ausgebildete Kursleiter sowie das strikte Einhalten von Sicherheitsvorkehrungen (Rutschgefahr, Randsicherung, etc.). Zudem soll der Kurs auf die Bedürfnisse und das Alter der teilnehmenden Kinder abgestimmt sein und auf ein klares Kursziel hinarbeiten.

Wie stehen Kinderärzte Baby- und Kleinkinderschwimmkursen gegenüber?

Das ist immer noch sehr unterschiedlich: Einige haben Angst vor unseriösen, gefährlichen Kursen. Trotzdem ist es schön, dass sich immer mehr Kinderärzte für unser Konzept interessieren und dies sogar ihrem Patienten empfehlen.

Welche konkreten (inhaltlichen) Ziele sind Ihnen bezüglich den Baby- und Kleinkinderschwimmkursen besonders wichtig?

Die Kinder sollen in jeder Lektion etwas lernen und gleichzeitig gezielt gefördert werden. Durch den schwerelosen Zustand im Wasser wird beispielsweise der Gleichgewichtssinn geschult, was sich positiv auf die späteren Krabbel- und Gehversuche eines Kindes auswirkt. Durch Einsatz von unterschiedlichem Schwimmmaterial werden die Kinder zudem sozial, geistig, motorisch und körperlich gefördert.

Nebst der Förderung von Motorik und Koordination sollen Baby- und Kleinkinderschwimmkurse auch das soziale Verhalten verbessern. Wie das?

Dies passiert – irgendwie unbemerkt – während des ganzen Kurses. Bereits beim Kursbeginn werden die Kleinen im Kreis so gehalten, dass sie

ihre mitschwimmenden Gschpänli anschauen und anfassen können. Gruppenübungen wie zum Beispiel das Reinspringen vom Rand (Fachausdruck Abroller) fördern sanft die Gruppendynamik. Während des Musikteils können sich die Kinder je nach Alter mit ihren Eltern entspannt zur Musik bewegen, oder in der Gruppe ausgelassen tanzen. Und während der Verabschiedung schliesslich wird gewinkt und gesungen. Dabei ist es immer wieder erstaunlich, wie schnell die Kinder zu winken beginnen und genau feststellen, dass nun der Kurs vorüber ist.

Von den gesundheitlichen Aspekten mal abgesehen: Hat das Baby- und Kleinkinderschwimmen auch Einfluss auf die emotionale Bindung zwischen Kind und Eltern?

Davon bin ich überzeugt, dies konnte übrigens auch in deutschen Studien (Prof. Lieselotte Diem/Reiner Chereck) nachgewiesen werden. Der enge Körperkontakt, der entsteht, wenn die Eltern ihr Kind in einem bestimmten Griff durchs Wasser führen oder mit dem Kind durchs Wasser tanzen, fördert die emotionale Bindung zwischen Eltern und Kind. Gerade Väter, die arbeitshalber nicht so viel von ihren Kindern haben, geniessen die Lektionen immer sehr – wie deren Kinder übrigens auch. Beim Reinspringen vom Rand lernen die Kinder, Vertrauen in ihre Begleitperson zu erlangen und geniessen es jeweils sehr, von Mami oder Papi aufgefangen zu werden. Schauen Sie sich eine Lektion Babyschwimmen an, fällt mir immer wieder auf, wie oft die Eltern ihre Kinder liebkosend, abküssen, hätscheln und an ihnen „rumknabbern“. Kaum etwas anderes fördert bei einem Kind mehr das Selbstvertrauen, als solche Liebkosungen.

Gibt es besonders emotionale Momente/Erfahrungen, die Sie oder Ihr Team im Zusammenhang mit den Schwimmkursen erlebt haben?

Wenn sich „meine Eltern“ für einen Fortsetzungskurs angemeldet haben, ist dies immer sehr „emotional“, denn es zeigt mir, dass die Eltern gerne zu mir in den Kurs kommen und sich am Programm erfreuen. Emotionale Momente sind natürlich auch, wenn die kleinen Teilnehmer in ihrer Babysprache das erste Mal den Namen ihrer Kursleitung aussprechen.

Wo liegt der Unterschied zwischen einem Schwimmkurs für ein zweimonatiges und demjenigen für ein zweijähriges Kind?

Beim zweimonatigen Kind wird stark auf Wassergewöhnung und ein korrektes Griffhandling geachtet. Wir leiten die Eltern an, wie sie verschiedene Übungen sicher mit ihrem Kind ausüben können und lernen Eltern und Kind den natürlichen Umgang mit Wasser (Sicherheitsvorkehrungen, Baderegeln beachten, Kind nie unbeaufsichtigt lassen, etc.). Fühlen sich die Eltern gut aufgehoben, sind auch die Babys im Wasser sicher. Beim zweijährigen Kind geht es darum, dass die Eltern ihr Kind vermehrt loslassen, ihm Selbständigkeit zutrauen und immer mehr in den Hintergrund treten, sodass das Kind selbständig schwimmen lernen kann.

Das Tauchen mit den Babys wird zuweilen kritisiert; etwa von anderen Anbietern. Bei «H₂O Wasser erleben» ist es als ein wichtiges Element in den Kursaufbau integriert. Was bringt dies dem Kind für einen Nutzen?
In unseren Kursen ist das Tauchen ein wichtiges, jedoch für jeden Teilnehmer freiwilliges Element. Das Kind lernt frühzeitig, wie es sich anfühlt ganz unter Wasser zu sein. Es entwickelt einen gesunden Respekt zum Wasser. Und sollte es einmal in eine Notsituation geraten und unbeaufsichtigt untertauchen, so gerät das tauchgewöhnte Kind nicht in Panik und verkrampft sich, sondern blickt um sich, sucht sich eine Haltemöglichkeit und versucht sogar, darauf zuzuschwimmen. Zudem ist das Tauchen eine gute Möglichkeit, die angeborenen Schwimmreflexe zu trainieren, sodass diese Kinder in der Regel auch früher schwimmen lernen als „Nicht-Taucher“.

Gibt es auch Babys, die das Wasser/Tauchen scheuen?

Das gibt es nur ganz selten, dass die Kinder scheinbar das Wasser nicht mögen. Wobei hier zu beachten ist, dass es nicht das Wasser an und für sich ist, sondern der Lärm, der in einer Babygruppe entstehen kann oder die neuen Eindrücke und Gerüche, die auf das Kind einströmen. In solchen Fällen lohnt es sich, den Kurs abzubrechen und erst dann wieder einzusteigen, wenn das Kind etwas älter ist. Ganz selten kommt es auch vor, dass Kinder das Tauchen nicht mögen. Das zeigen sie deutlich und solchen Kindern wird dann einfach ein Alternativprogramm angeboten, während die anderen Teilnehmer tauchen.

Baby- und Kleinkinderschwimmkurse von «H₂O Wasser erleben» finden in Therapiebädern von Spitälern und anderen gesundheitsnahen Einrichtungen statt: Was spricht für diese Umgebung?

Diese Bäder sind für die Öffentlichkeit nicht zugänglich, das heisst, wir sind mit unserer Schwimmgruppe alleine im Bad und somit werden die Kinder nicht von anderen Badegästen abgelenkt. Das Wasser in Therapiebädern ist wärmer als in öffentlichen Bädern, dies ist ein wichtiger Aspekt. Denn ist das Wasser zu kalt, verkrampfen sich die Kinder, beginnen zu weinen oder können sich erkälten. In den Therapiebädern ist das Wasser meist nicht so tief, sodass die Eltern überall gut stehen können, was Sicherheit vermittelt, zudem weisen die Becken eine „kindgerechte“ Grösse auf, sodass die Kinder vor allem in den ersten Lektionen sich nicht so verloren vorkommen.

Stolz ist «H₂O Wasser erleben» auf die eduQua-Zertifizierung: Was sind hierfür die wichtigsten Kriterien?

Einerseits die Auswahl und die Ausbildung der Kursleiter. Hier wird darauf geachtet, dass alle Kursleiter über die notwendigen Qualifikationen verfügen und das Wissen durch Weiterbildungen aktuell gehalten und laufend erweitert wird. Zentral ist zudem, dass die Kursleiter nicht nur im fachlichen Bereich geschult werden, sondern auch im Umgang mit Eltern und Kindern. Bei H₂O Wasser erleben ist des Weiteren von zentraler

Bedeutung, dass alle Kursleiterinnen und Kursleiter über eine profunde Grundausbildung im Bereich Nothilfe am Kleinkind verfügen.

Besonderes Augenmerk gilt der Qualitätssicherung in unseren Kursen. Hier haben wir ein System entwickelt, das unseren Kunden eine hohe Qualität sichert, egal welchen Kurs bei welcher Kursleiterin sie besuchen.

Es wurden darüber hinaus aber auch die Geschäftsprozesse der gesamten Firma überprüft, also wie ein Kunde von der ersten Kontaktaufnahme bis zur Abzeichenabgabe am Ende der letzten Lektion begleitet wird.

Besonders stolz macht uns, dass wir die Zertifizierung ohne Auflagen erhalten haben, also dass unsere Prozesse und insbesondere unser Qualitätsmanagement den hohen eduQua-Anforderungen von Anfang an genügte.

Die Kurse von «H₂O Wasser erleben» basieren auf einer eigens entwickelten Lehrmethode, der Methode Augsburger[®]: wodurch zeichnet sich diese im Speziellen aus?

Durch den klar strukturierten Lektionsaufbau, welcher bei allen unseren KursleiterInnen gleich ist. Es ist in unseren Lektionen genau festgelegt, welche Übungen die Kinder ab einem bestimmten Alter machen können, wie lange eine Übung dauert, wann sie angeleitet wird und vor allem ist wichtig, dass der Lernperson klar ist, warum sie eine Übung macht; also deren Sinn und Nutzen kennt. Zudem habe ich die Tauchmethode, welche ich von der Deutschen Diplompsychologin Barbar Ahr gelernt habe, verfeinert und angepasst, sodass es sich nun um eine sanfte, kindgerechte und vor allem ungefährliche Tauchmethode handelt. Die dazugehörigen Tauchvorübungen dienen dem Zweck zu ermitteln, ob ein Kind gerne Wasser im Gesicht mag und somit gerne tauchen würde.

Worauf achten «H₂O Wasser erleben» bei der Rekrutierung der Kursleiterinnen und Kursleiter speziell?

Wir rekrutieren unsere zukünftigen Kursleiter durch 1-tägige Assessments, in welchen das Augenmerk auf die Schwerpunkte Teamfähigkeit, Verhalten in Stresssituationen, angenehme Umgangsformen sowie Verhalten im Wasser gerichtet ist. Meine Mitarbeiter müssen begeisterungsfähig sein und unsere Firma glaubwürdig und ernsthaft repräsentieren. Sie müssen ein hohes Mass an Verantwortungsgefühl mitbringen, denn die Eltern besuchen unsere Kurse mit ihrem wertvollsten Gut – ihren Kindern! Die Freude an Eltern, Kind und Wasser muss sicht- und spürbar sein, wer bei der Arbeit Wasserspritzer im Gesicht nicht verträgt, dem raten wir von der Arbeit als Kursleiterin ab.

Lässt «H₂O Wasser erleben» in der Weiterbildung der Kursleiterinnen und Kursleiter auch aktuelle wissenschaftliche Erkenntnisse einfließen?

Im Bereich Babyschwimmen sind wissenschaftliche Erkenntnisse schwierig zu erhalten, die Schweiz zum Beispiel verfügt über keine entsprechenden Studien. Deshalb orientieren wir uns an den Babyschwimm-Pionieren aus

Deutschland und deren an Universitäten durchgeführten Studien (Diem, Ahrendt, Cherek). An unseren regelmässig stattfindenden Weiterbildungen lassen wir diese Erkenntnisse einfliessen, bilden uns jedoch auch in den Bereichen Nothilfe, Moderation und Rhetorik oder Teambuilding weiter.

Was sind auf der geschäftlichen Ebene die nächsten Ziele von «H₂O Wasser erleben»?

Wir wollen unser gesundes Babyschwimmen – das Wassererlebnis der ganz besonderen Art allen Kindern in der Schweiz zugänglich machen, das ist unsere Vision und an dieser halten wir nach wie vor fest und setzen alles daran, dieses Ziel zu erreichen.

*Iris Augsburg Kuenzi ist zusammen mit ihrem Bruder Urs Augsburg Inhaberin und Geschäftsführerin der H₂O Wasser erleben AG