

Stellungnahme zum Thema

Selbstrettungskurse für Babys und Kleinkinder im Wasser

Worum geht es?

- Der Trend der Selbstrettungskurse für Säuglinge und Kleinkinder im Wasser schlägt Wellen im Internet.
 - swimsports steht diesem Trend kritisch gegenüber.
 - Das kindgerechte und sichere Schwimmenlernen setzt nach heutigen Kenntnissen die Selbstbestimmung des Kindes, sowie eine gewisse motorische, kognitive und soziale Entwicklung voraus.
-

Infant Swimming Resource (ISR) und Self Rescue Swimming umfassen Selbstrettungskurse, die das Antrainieren von Bewegungsabfolgen beinhalten, die dem Säugling oder Kleinkind ermöglichen sollen, sich bei einem Sturz ins Wasser selbständig zu retten. Dies geschieht beispielsweise, in dem sich das Kind im Wasser ohne Hilfe auf den Rücken dreht und sich danach selbständig zum Beckenrand fortbewegt oder um Hilfe schreit.

Vor allem in den USA erfreuen sich diese Selbstrettungskurse grosser Beliebtheit, da viele Familien einen eigenen Swimmingpool besitzen und es immer wieder zu Ertrinkungsunfällen kommt.

In den sozialen Medien und auf youtube finden sich unzählige Videos zu diesem Thema. Um sich einen Einblick zu verschaffen, kann man bei Google die Begriffe „self rescue swimming“ oder „infant swimming resource“ eingeben.

Wie steht swimsports zu diesen Praktiken?

Unsere aqua-baby-Philosophie besagt:

- Unsere aqua-baby-Kurse unterstützen die gesunde körperliche, motorische, geistige und soziale Entwicklung des Säuglings und des Kleinkindes (ab vier Monaten).
- Unsere aqua-baby-Kurse ermöglichen sanfte Wassererlebnisse mit Spiel und Spass für Eltern und Kind und schaffen eine positive Wasservertrautheit als Grundlage zum späteren Schwimmenlernen.

- In unseren aqua-baby-Kursen bieten wir den Säuglingen und Kleinkindern Spiel- und Bewegungsanregungen an, die ihrem Entwicklungsstand entsprechen. Wir holen das Kind in seiner Entwicklung ab und fördern es, ohne es zu überfordern.
- In unseren aqua-baby-Kursen richten wir uns nach den Bedürfnissen der Säuglinge und Kleinkinder und verstehen es, ihre Signale zu lesen.

Gesunde geistige und soziale Entwicklung

Wie Prof. Dr. Gerhard Roth, Hirnforscher und ehem. Direktor am Institut für Hirnforschung Bremen sehr prägend sagt: «Die ersten drei Jahre unseres Seelenlebens sind nicht erinnerbar, obwohl sie die wichtigsten sind.»

In diesen ersten Lebensjahren ist es für die soziale Entwicklung, darunter die Entwicklung der Empathie und des Bindungsverhaltens, ausserordentlich wichtig, dass auf die Bedürfnisse, Signale und Gefühle der Babys und Kleinkinder adäquat eingegangen wird: Lächelt das Kind, lächeln wir zurück; weint das Kind, so trösten wir es.

In den Videos zu den Selbstrettungskursen, ist zu sehen, wie die Kursleiterin oder der Kursleiter das Kind meist ohne Vorwarnung ins Wasser wirft oder es unvermittelt loslässt. Kommt das Kind danach wieder zur Wasseroberfläche, fängt es häufig an panisch zu weinen. Die Kursleitung lacht fröhlich und lobt das Kind, statt es auf den Arm zu nehmen und zu trösten, wie dies ein Elternteil oder eine Betreuungsperson natürlicherweise machen würde.

Positive Wasservertrautheit schaffen

Eine positive Wasservertrautheit erreichen wir, indem das Kind gemeinsam mit einer Bezugsperson mit viel Geduld, Zuwendung und Vorzeigen-Nachmachen das Wasser und die Bewegungsmuster im Wasser selbständig erfahren und lernen darf. Spritzen, ins Wasser ausatmen, Gleiten, Schweben, Tauchen, ins Wasser springen und sich mit Armen und Beinen selbständig vorwärts bewegen sind Elemente, die das Kind für einen sicheren Wasseraufenthalt können muss.

Weltweit empfehlen Experten und Organisationen, darunter die World Health Organization (WHO), die American Academy of Pediatrics (AAP), die Royal Life Saving Society (RLSS), die Fédération Française de Sauvetage et de Secourisme (FFSS), die Deutsche Lebensrettungsgesellschaft (DLRG), wie auch swimsports.ch, dass Kinder ab 4 bis 5 Jahren mit dem koordinierten Schwimmenlernen beginnen können und sollen, weil sie erst zu diesem Zeitpunkt die dafür entsprechenden motorischen, kognitiven und sozialen Fähigkeiten mitbringen. Davor können sich die Kinder spielerisch ans Wasser gewöhnen und Wasservertrautheit schaffen.

Unseres Erachtens kann das selbständige Drehen auf den Rücken durch das Kind während des Selbstrettungskursbesuchs zu einem antrainierten Lernmuster werden. Es fehlen jedoch Studien, wie oft und regelmässig die Übung (auch nach dem Kurs) wiederholt und geübt werden muss, um langfristig in einer Notsituation vom Kind angewandt zu werden. Es gibt keine Belege dafür, dass dieses Training sicherheitsrelevant erfolgreich ist.

Wir sind der Meinung, dass bei vielen Eltern mit diesem Training eine falsche Sicherheit entsteht. Wir stellen in Frage, ob das Kind in einer Notsituation die Übung wirklich korrekt ausführen kann (ohne sich beispielsweise zu verschlucken) und danach zeitnah gerettet wird. Ausserdem werden viele Eltern in den Videos motiviert, die Selbstrettung eigenständig mit ihren Kindern zu üben, was aus unserer Sicht mangels Fachkenntnisse der Eltern sehr gefährlich ist.

Wasser zieht die meisten Kleinkinder magisch an. Deshalb gibt es für uns nur eine richtige Massnahme: Das Kind für dieses Element zu sensibilisieren und vor den davon ausgehenden Gefahren zu schützen. Eltern sollen ihren Kindern altersgerecht immer wieder erklären, dass sie zum Baden eine erwachsene Aufsichtsperson benötigen. Gleichzeitig sind Pools mit einem Zaun oder einer Abdeckplane zu sichern. Ausserdem gilt zu erwähnen, dass Kleinkinder bereits in wenigen Zentimeter tiefem Wasser ertrinken können, also beispielsweise auch in einem Putzeimer oder einer Regentonne.

Fördern ohne zu Überfordern

Nach dem Credo von Maria Montessori «Hilf mir, es selbst zu tun» können Kinder, die zuerst den Mundverschluss und das Ausatmen ins Wasser (Bläterlen) lernen und danach selbständig mit dem Tauchen beginnen, jederzeit selbst entscheiden, ob und wie lange sie tauchen wollen. Wenn das Kind selbst über sich bestimmen und die Lernfortschritte zum selbst gewählten Zeitpunkt machen darf, ist der langanhaltende Lerneffekt viel grösser, als wenn das Kind für den Lernschritt noch nicht bereit ist und es somit überfordert wird.

Signale lesen

Unsere aqua-baby-Kursleiter:innen werden darin geschult, die unterschiedlichen Signale der Säuglinge zu lesen, zu verstehen und adäquat darauf zu reagieren.

Stress, Angst, Überforderung oder Unwohlsein sind bei Babys und Kleinkindern an verschiedenen Symptomen zu erkennen:

- Anspannung des Körpers, «Einfrieren» / Erstarren
- Fäuste machen, Überstrecken des Körpers
- Abwehrhaltung, wegdrehen
- Panisches oder reflexartiges Zappeln mit Armen und Beinen
- Festklammern an die Bezugsperson
- Ausdrucksloser, ängstlicher oder verunsicherter Gesichtsausdruck
- Aufgerissene Augen, abgewandter, «verlorener» / abwesender Blick
- Jammern, weinen oder schreien
- Hand in den Mund nehmen bzw. zum Kopf oder Ohr führen
- Regulation durch Saugen an Hand / Finger

Es ist uns ein grosses Anliegen, die Integrität jedes Kindes beim Babyschwimmen zu wahren.

Wer sich die Videos genauer anschaut stellt schnell fest, dass praktisch jedes Kind sehr deutliche Stresszeichen zeigt, die Kursleitung jedoch nicht oder kaum darauf eingeht.

Die amerikanische Kinderärztesgesellschaft weist darauf hin, dass beim Besuch der Selbstrettungskurse nicht auszuschliessen ist, dass das Kind eine langfristige, evtl. unterbewusste Angst vor dem Tauchen und/oder dem Wasser entwickeln kann.

Fazit

swimsports befasst sich seit Jahren mit der Thematik des fremdbestimmten Untertauchens (das Baby unter Wasser ziehen/drücken oder einfach loslassen). Es existieren keine Belege dafür, dass das Kind schneller schwimmen lernt oder einen anderen positiven Nutzen davon hat, wenn es als Baby getaucht wird. Im Gegensatz dazu stehen diverse Belege für gesundheitliche Gefahren und mögliche langfristige Schäden.

Die swimsports-Philosophie lässt sich deshalb nicht mit den Inhalten dieser Selbstrettungskurse vereinbaren.

Wir stehen ein für das selbstbestimmte Tauchen lernen durch das Kind zum selbst gewählten Zeitpunkt.

Deshalb raten wir von der Teilnahme an diesen Kursen ab.

Fachinhalte und Fachliteratur

Die Fachinhalte dieser Stellungnahme, sowie die Ausbildungsunterlagen aqua-baby und aqua-family von swimsports basieren primär auf den Grundlagen von Remo Largo und Jesper Juul und der folgenden Literatur:

Babyjahre – Remo Largo

Kinderjahre – Remo Largo

Dein selbstbestimmtes Kind – Jesper Juul

Grenzen, Nähe, Respekt – Jesper Juul

Warum ich fühle, was du fühlst – Joachim Bauer

Wie das Gehirn die Seele macht – Gerhard Roth

Die kindliche Entwicklung verstehen – Oskar Jenni

Artgerecht – Nicola Schmidt

Das Buch von dem du dir wünschst, deine Eltern hätten es gelesen. – Philippa Perry

Bindung als sichere Basis – John Bowlby

Text

Nadja Szabo Winter

Modulverantwortliche aqua-baby, Kurskader aqua-family bei swimsports

Inhaberin und Kursleiterin Schwimmschule Gumpifrosch, Glarus

dipl. integrative Erziehungsberaterin (IfiPP) und Mentaltrainerin bei Familiencoaching Glarus