



# Musik und Regulation bei Kleinstkindern

**Michael Ebel (Sozialpädagoge, Lehrer Merianschule Freiburg)**  
**Saskia Müller (B.A. Kindheitspädagogin)**



# Gliederung

1. Themen der Arbeitsgruppe Musik und Regulation

2. Ergebnisse aus der Arbeitsgruppe

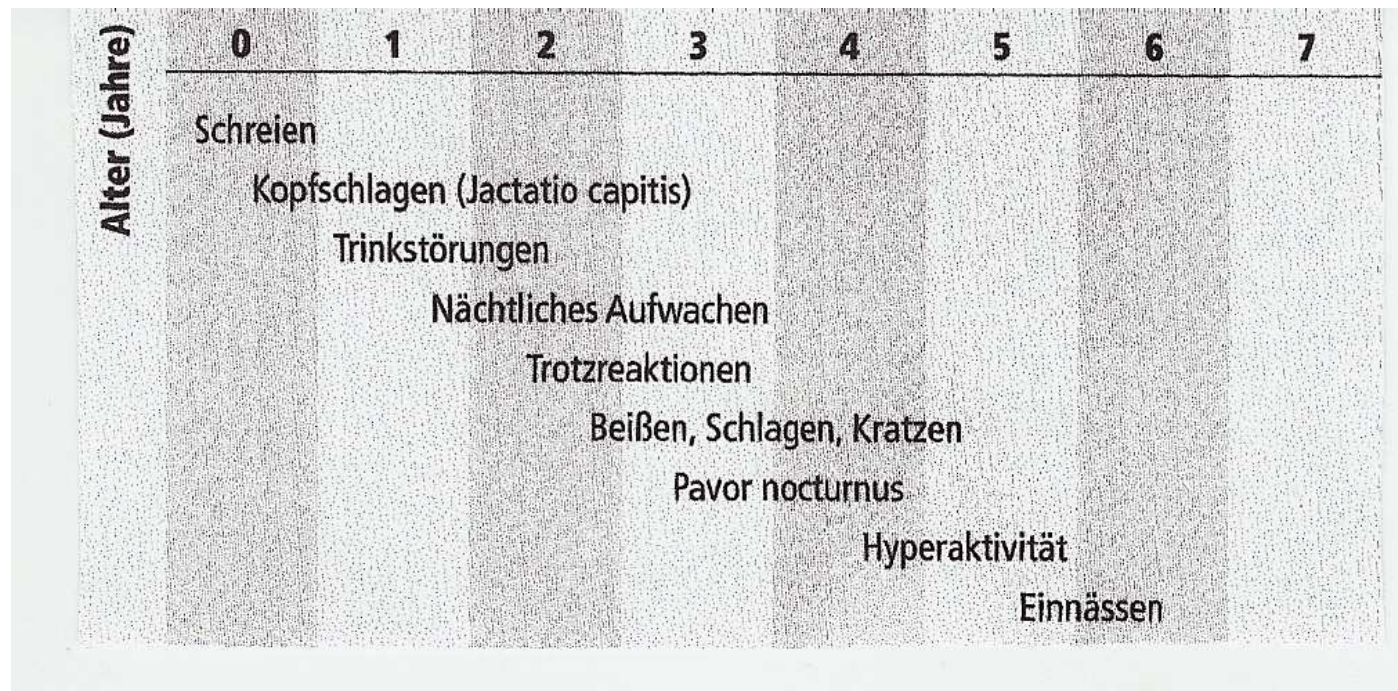
- Ko-regulative Strategien von pädagogischen Fachkräften zur musikalischen Gestaltung von Mikrotransitionen
- Charakteristika von aktivierender und beruhigender Musik
- Handreichung mit regulierenden musikalischen Elementen für Mikrotransitionen

3. Literaturhinweise

# 1. Themen der Arbeitsgruppe Musik und Regulation

## 1.1 Die ganz normalen Krisen in den ersten Lebensjahren (Papousek 2010)

- Kindliche Entwicklung verläuft nicht störungsfrei
- Bevorzugtes Auftreten von Entwicklungs- und Verhaltensauffälligkeiten in den ersten Lebensjahren





# 1. Themen der Arbeitsgruppe Musik und Regulation

## 1.2 Regulationsherausforderungen in der Krippe und Spannungsmodulation

### Regulationsherausforderungen:

- Mikrotransitionen
- Übergabe-Interaktion

### Spannungsmodulation durch:

- Responsive Gestaltung der Alltagsroutinen (Rituale, Aufbau von Scripts, Übergangselemente)
- Ko-regulative Strategien der pädagogischen Fachkräfte

→ Wie kann dies durch den Einsatz von Musik realisiert werden?



# 1. Themen der Arbeitsgruppe Musik und Regulation

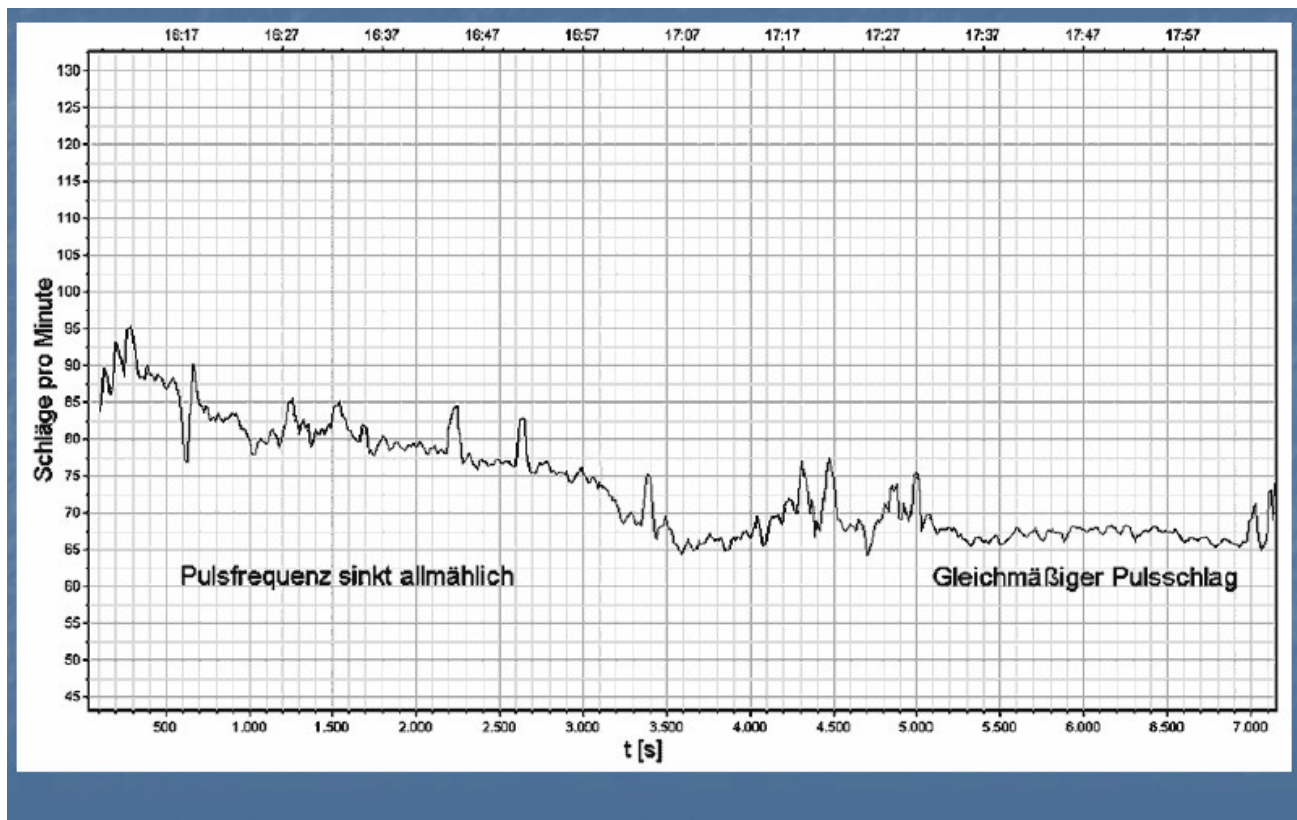
## 1.3 Forschung: Wirkung von Musik auf Kleinstkinder

- Positive Effekte von Musik auf das Erregungsniveau von Säuglingen (Cassidy & Standley, 1995):
  - Verändern von negativen Gemütsverfassungen, Anheben von Energielevels, Entspannung (Thayer et al., 1994)
  - Stimmungsregulation (Van Goethem & Sloboda 2011)
  - Entspannende und stressreduzierende Wirkung von Musik durch Senkung von Herzfrequenz, Atemvolumen, Grundumsatz, die Freisetzung von Adrenalin und Cortisol, sowie durch Verminderung der Muskelanspannung (Hesse, 2004 & Pelletier, 2004)
  - Rhythmus: gleichmäßig pulsierende Geräusche haben auf den Säugling eine beruhigende Wirkung (Standley & Madsen, 1990)
  - Der mütterliche Gesang bei Säuglingen bewirkt eine Regulation des Cortisolgehalts im Speichel (Shenfield, Trehub & Nakata, 2003)

# 1. Themen der Arbeitsgruppe Musik und Regulation

## 1.3 Forschung: Wirkung von Musik auf Kleinstkinder

Die Wirkung von Musik auf die Pulsfrequenz (Hesse, 2004):





## **2. Ergebnisse der Arbeitsgruppe**

### **2.1 Ko-regulative Strategien von Fachkräften zur musikalischen Gestaltung von Mikrotransitionen (angelehnt an Gutknecht, 2012)**

- ISO-Prinzip
- Tonusimitation- und modulation
- Wahrnehmungsvermögen der Fachkraft
- Unterstützung beim Aufbau sozialer Scripts
- Intensives emotionales Ausdrucksverhalten
- Synchronisations- und Spiegelprozesse
- Antwortprozesse auf sprachlicher/nichtsprachlicher Ebene: somatopsychische Kompetenzen
- Berührungs- und Bewegungskompetenzen
- Berücksichtigung Entwicklungsniveau des Kindes
- Berücksichtigung Präferenzen/Kulturkontext/familiäre Erfahrungen der Kinder
- Situationsspezifisches Wissen
- Reflexion

## 2. Ergebnisse der Arbeitsgruppe

### 2.2 Charakteristika beruhigender und aktivierender Musik

| Beruhigend   | Aktivierend   |
|--|---|
| <p><u>Lautstärke</u><br/>geringe Lautstärke<br/>geringe Lautstärkeänderungen<br/>weiches Pulsieren</p> <p><u>Dynamik (Zeitablauf)</u><br/>Tempo in oder unterhalb der Herzfrequenz<br/>gleichmäßiges Tempo<br/>zweizeitige (2/4, 2/8 Takt) (gerade) Taktarten</p> <p><u>Tonhöhe</u><br/>geringer Tonhöhenumfang<br/>enge Intervalle, Tonschritte<br/>abwärts gerichtete Intervalle</p> <p><u>Klangfarbe</u><br/>weiche Klangfarbe<br/>konsonante Zusammenklänge<br/>einfache Harmonik</p> <p><u>Rhythmus:</u><br/>gleichmäßig pulsierende<br/>Geräusche/gleichmäßiger Rhythmus</p> | <p>große Lautstärke<br/>große Lautstärkeänderungen<br/>starke Akzente</p> <p>schnelles Tempo<br/>häufige Tempowechsel<br/>tänzerischer Dreiertakt</p> <p>großer Tonhöhenumfang<br/>weite Intervalle (melodische Sprünge)<br/>aufwärts gerichtete Intervalle</p> <p>hell strahlende Klangfarbe<br/>dissonante Zusammenklänge<br/>weiter Bereich der Harmonik</p> <p>Überraschungsmomente durch Musik</p>   |
| <p>Absteigende Melodien (<u>trophotrop</u>) beruhigen die Kinder (z.B. Schlaf Kindchen, Schlaf).</p> <p><u>Trophotrop gestimmte Musik:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- schwebende, nicht akzentuierte Rhythmen</li> <li>- sanftes Fließen der Melodie</li> <li>- harmonische Bewegungen in Moll-Tonarten</li> <li>- Vorherrschen von Legato (gebundene Töne, ohne akustische Unterbrechung)</li> <li>- Konsonanzen (Wohlklang, Zusammenklang von Tönen)</li> <li>- geringe Phonstärke (Tonstärke leise), ausklingend</li> </ul>                                   | <p>Ansteigende Satzmelodien (<u>ergotrop</u>) erhöhen die Aufmerksamkeit des Kindes</p> <p><u>Ergotrop gestimmte Musik:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- stark akzentuierte, dabei beschleunigende Rhythmen</li> <li>- starker Auftrieb und abrupter Abfall der Tonlinie, die innerhalb weiterer Höhenspannen verläuft</li> <li>- erhöhte, harmonische Aktivität innerhalb Dur-Tonarten</li> <li>- Staccatocharakter (klar abgetrennte Töne, kurze Anschläge der Noten)</li> <li>- Höhere Phonstärke und längere Dauer</li> <li>- Betonung von Dissonanzen</li> </ul> |



## 2. Ergebnisse der Arbeitsgruppe

### 2.3 Handreichung mit musikalischen Elementen für Mikrotransitionen

|   |
|---|
| <b>1. Ankommen:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Stimme der Fachkraft (beruhigend/aktivierend)</li><li>- Lieder: „Frohe Begrüßung“ (Aktivierung), Wiegenlied: Kleines Schäfchen (Beruhigung) ...</li></ul>   |
| <b>2. Vom Spielen zum Aufräumen und in den Morgenkreis</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Ankündigung des Morgenkreises/der Aufräumzeit durch Instrumente: Triangel, Trommel, Klangschale, Gong, Blasinstrumente</li><li>- Lieder: „Aufräumen“, „Unser Spielen hat ein Ende“</li><li>- Erfinden einer Melodie z.B. auf einem Xylophon ...</li></ul>  |
| <b>3. Vom Waschen zum Essen</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Rhythmisiertes Gehen: Raupen-, Schnecken-, Schlangenlied; Bus/Zug der die Kinder zum Mittagessen bringt → Lied: Der rollende Bus</li><li>- Lieder: „Eisenbahn, fahre nicht so schnell davon“, „Bimmelbahn nach Afrika“, „Händewaschlied“ ...</li></ul>  |
| <b>4. Vom Spielen zum Wickeln zum Schlafen</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Sich mit dem Kind auf dem Arm durch den Raum tänzerisch bewegen und singen</li><li>- Wiegenlied: „Kleines Schiffchen“, „Schlaf Kindchen Schlaf“ ...</li></ul>  |
| <b>5. Vom Essen zum Schlafen:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Wiegen-, Schaukel-, Schlaflieder mit und ohne Text: Weiche, abfallende/trophotrope Melodieverläufe, ein langsames Tempo, eine relativ einfache Struktur und viele Wiederholungen. Lieder: „Leise, Peterle leise“; „Schlaf Kindchen, Schlaf“; Wiegenlied von Brahms; „Mein liebstes Kuscheltier“;</li><li>- Stimme der Fachkraft: dunkleren Stimmlage mit leicht abfallender Melodie ...</li></ul> |
| <b>6. Vom Schlafen zurück zum Spiel</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- „Wachet auf, Wachet auf“; „Bruder Jakob“ ...</li></ul>  |
| <b>7. Vom Essen zum Zähneputzen</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- „Wir gehen in der Kette“; „Schribbel-schrabbel-Zähneputzen“</li></ul> <u>Bei Raumwechsel:</u> <ul style="list-style-type: none"><li>- „Von Klitzeklein nach Gerne groß“, „Große Schritte“ ...</li></ul>   |
| <b>8. Von drinnen nach draußen/von draußen nach drinnen</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Zuglied, Namen benennen, jedes Kind hängt sich an.</li><li>- Lieder: „Von Klitzeklein nach Gerne groß“; „Wir gehen in der Kette“ ...</li></ul>  |
| <b>9. Fortgehen/Abschied</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- „Verabschieden“, „Unser Spielen hat ein Ende“; Wiegenlieder ...</li></ul>  |

## 2. Ergebnisse der Arbeitsgruppe

### 2.3 Handreichung mit musikalischen Elementen für Mikrotransitionen

#### 10. Schwierige Alltagssituationen

Ein Kind schreit und lässt sich nicht beruhigen

- Trostlied: „Kleines Schäfchen“ → mit Wiegebewegungen, Streicheln mit Schaffell, wiegender Rhythmus (3/4 Takt)
- „Ein Federchen fliegt“ → Entspannung, Beziehungsaufbau

Kind/er ist/sind unruhig

- „Zuhören“
- Lied zur Auflockerung der Gruppe: „Was wollen wir alles sein?“, „Topfmusik“, „Trommelspiel“, „Wir backen“
- Nachahmung von Geräuschen und Klängen (Tick-Tack der Uhr), das Brm Brm des Autos etc.; Experimentieren mit Trommeln, Rasseln und anderen einfachen Instrumenten und Materialien
- „Wolken kommen, Wolken gehen“ → Kinder liegen im Kreis, Tücher drüber schwenken und am Schluss Tücher über Kinder fallen lassen → wirkt beruhigend

Kinder können nicht schlafen

Wiegenlieder und entsprechende Bewegung

„Ein Federchen fliegt“ → Entspannung ...

#### 11. Interaktion, Beziehung gestalten

- Krabbelspiele: „Kribbel-Krabbel-Käferbeinchen“
- positiv imitatorische Lautierungen bestärken
- Knireiter: „Hoppe Hoppe Reiter“, „Auf dem Baum“, „Schotterwagen“, Reime/Lieder mit Benennung jedes Kindes.  
→ spannungsintensivierende Techniken der Körperstimulation, gearbeitet wird mit plötzlichen Unterbrechungen, Spannungs-Peaks und Spannungsabbrüchen ...

#### 12. Übergang ankündigen

- „Alle Ohren aufgepasst“
- „Zuhören“
- Markieren mit Signalen (z. B. durch Instrumente) ...



## 2. Ergebnisse der Arbeitsgruppe

### Beispiel aus der Handreichung: Vom Essen zum Schlafen

- Unterstützung beim Aufbau des Scripts Schlafengehen
- Aktiv → Moderates Tempo → Entspannung

#### 1. SIGNAL ZUM ÜBERGANG (Moderates Tempo):

- Gong
- Klingende Stäbe in Pentatonik
- Lied
- Spieluhr/Musikdose
- Glöckchen
- etc.

#### 2. ÜBERGANG ESSRAUM → SCHLAFRAUM/ GRUPPENRAUM (Moderates Tempo):

- Übergangslied
- Singkreis mit gleichzeitigem Wickeln (Spannungsbogen)
- Beruhigende Gruppenspiele für wartende Kinder



## 2. Ergebnisse der Arbeitsgruppe

### Beispiel aus der Handreichung: Vom Essen zum Schlafen

#### 3. IM SCHLAFRAUM/GRUPPENRAUM

#### **Wiegen-, Schaukel-, Schlaflieder mit und ohne Text (Beruhigung/Entspannung):**

- Weiche, abfallende/trophotrope Melodieverläufe, langsames Tempo, einfache Struktur, viele Wiederholungen
  - „Leise, Peterle leise“
  - „Schlaf Kindchen, Schlaf“
  - „Wiegenlied von Brahms“
  - „Kleines Schäfchen“
  - „Mein liebstes Kuscheltier“
  - Wiegenlieder mit Streicher- oder Gitarrenbegleitung sowie Musik mit Wellenrauschen, Herzschlag- und Gefäßgeräuschen
  - Weitere Anregungen zu internationalen Wiegenliedern:  
[www.liederprojekt.org](http://www.liederprojekt.org) vom Carus Verlag



## **2. Ergebnisse der Arbeitsgruppe**

### **Beispiel aus der Handreichung: Vom Essen zum Schlafen**

#### **Verklanglichung von Gute-Nacht-Geschichten**

##### **Stimme der Fachkraft:**

- Fachkraft spricht in dunkleren Stimmlage mit leicht abfallender Melodie

##### **Der Raum:**

- Leise Musik im vorbereiteten Raum (ruhig, mit oder ohne Gesang z.B. Entspannungs- und Meditationsmusik)
- Schlafen mit rhythmischen Bewegungen: Rollbretter, Wiegen, Hängematten, Kinderwagen

##### **Sanfte Geräusche**

- Blubbersäule
- Wasserbetten mit Wasserlautsprecher

##### **Geeignete Musikinstrumente**

- Glockenspiel, Klingende Stäbe, Triangel, Chimes, Six Flat → Langklinger



## 2. Ergebnisse der Arbeitsgruppe

### Beispiel aus der Handreichung: Vom Essen zum Schlafen

#### **Ko-regulative Strategien der Fachkräfte bei der Mikrotransition**

- Einsatz der musikalischen Elemente als wiederkehrendes Ritual
- Auswahl geeigneter, ruhiger nicht zu lang andauernder musikalischer Elemente
- Sanfte Berührungen, langsame/weiche/wiegende Bewegungen (Handling des Kindes)
- Ausstrahlen von Ruhe und Ausgeglichenheit
- Flüsternde Worte, intensive Blicke, Lächeln, Atmung
- Bewusster Einsatz der Stimme
- Körper- und Verhaltenssignale des Kindes wahrnehmen
- Einbezug der Kinder (Ko-Konstruktion)
- Situationsspezifisches Wissen

### 3. Literaturhinweise

#### **Musiktherapie**

Frohne-Hagemann, I. & Pleß-Adamczyk, H. (2005). Indikation Musiktherapie bei psychischen Problemen im Kindes- und Jugendalter. Musiktherapeutische Diagnostik und Manual nach ICD-10. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.

Hesse, H.P. (2004). Die Grundlagen der Musiktherapie [online]. Verfügbar unter: <http://www.horstpeterhesse.de/publikationen/Vortraege/Musiktherapie.pdf> [2.08.13]

Nöcker-Ribaupierre, M. (Hrsg.) (2003). Hören - Brücke ins Leben. Musiktherapie mit früh- und neugeborenen Kindern. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.

#### **Ko-regulative Strategien**

Gutknecht, D. (2012a). Bildung in der Kinderkrippe. Wege zur Professionellen Responsivität. Stuttgart: Kohlhammer.

Schumacher, K. & Calvet, C. (2008). Synchronisation / Synchronization. Musiktherapie bei Kindern mit Autismus – Music Therapy with Children on the Autistic Spectrum (DVD). Göttingen: Vandenhoeck und Ruprecht.

#### **Regulation und Dysregulation**

Gutknecht, D. (2012b). Auf dem Weg zur Selbstregulation. In Kleinstkinder in Kita und Tagespflege. Themenheft: Sozial-emotionale Entwicklung. Freiburg: Herder, 27-29

Papousek, M.; Schieche, M. und Wurmser, H. (2010). Regulationsstörungen der frühen Kindheit. Frühe Risiken und Hilfen im Entwicklungskontext der Eltern-Kind-Beziehungen. 2. Auflage. Bern: Hans Huber Verlag.

#### **Musikpädagogik**

Hering, W. & Jekic, A. (2003). Musik mit den ganz Kleinen. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt.

Hirler, S. (2007). Musik und Spiel für Kleinkinder. Ein Praxisbuch für die musikalische Früherziehung in Krippe, Tagespflege und Eltern-Kind-Gruppen. Berlin, Düsseldorf, Mannheim: Cornelsen Scriptor.

Kreusch-Jakob, D. (2012). Jedes Kind braucht Musik. Ein Praxis- und Ideenbuch zur ganzheitlichen Förderung in Kindergarten und Familie. 4. Auflage. München: Kösel.

#### **Mikrotransitionen**

Gutknecht, D. (2013a). Kleiner Wechsel, große Wirkung. Übergänge im Krippenalltag sensibel gestalten. In: Entdeckungskiste, S. 34 – 35.

Gutknecht, D. (2013b). Vom Freispiel bis zum Mittagsschlaf. Praxistipps für Übergänge im Krippenalltag. In: Entdeckungskiste, S. 36 – 37.