

SERIE: Mit kleinen Kindern beten – 3. Teil

Ein Ritual entwickeln

Um das Beten mit dem Kind in den Alltag zu integrieren, ist es hilfreich dafür ein Ritual zu entwickeln. Ein solches Ritual hilft Eltern und Kindern: Es entlastet die Eltern – wir müssen nicht jeden Tag neu überlegen, wie machen wir es. Und es vermittelt den Kindern Sicherheit und Geborgenheit.

Worauf kommt es bei einem Ritual an?

■ Ein Ritual braucht einen bestimmten Ort: Dies kann die Kuschelecke sein, der Tisch oder das Bett. Im Grunde kann es jeder Ort sein, an dem Eltern und Kinder zur Ruhe kommen können und sich wohl fühlen.

■ Ein Ritual braucht eine bestimmte Zeit: Die Zeit vor dem Schlafengehen bietet sich dafür an, weil dies die Zeit des Zur-Ruhe-Kommens ist, doch auch jeder andere Zeitpunkt im Verlauf des Tages ist möglich. Wichtig ist nur, dass er für Eltern und Kinder gut passt.

■ Ein Ritual braucht Regelmäßigkeit: Im Idealfall wird es zum festen Bestandteil des Abends. Am Anfang genügen fünf Minuten. Wie lange es dauert, ist nicht so entscheidend. Wichtig ist, dass es regelmäßig stattfindet.

■ Ein Ritual braucht gleichbleibende und freigestaltbare Teile: Die festen Elemente geben einen sicheren Rahmen, die freien ermöglichen, das Ritual mit Leben zu füllen. Man könnte zum Beispiel immer mit einem Kreuzzeichen beginnen und mit einem kurzen Lied enden. Dazwischen kann Raum sein für ein Gebet, das das Kind auswählt oder für das freie Sprechen mit Gott.

Was das ganz kleine Kind aufnimmt. Wie wir das Verhältnis zwischen festen und flexiblen Gebeten gestalten, hängt vom Kind ab. Viele Kinder wollen immer denselben Ablauf

und denselben Wortlaut. Es gibt aber auch Kinder, denen ein zu starres Ritual bald langweilig wird – sie brauchen mehr Abwechslung und immer wieder neue Anregungen. Das ganz kleine Kind nimmt den Inhalt der Gebete noch kaum auf, was es aber aufnimmt, ist die Zuwendung der Eltern, die Stimmung, die segnende Berührung. Daher sollte die Mama, der Papa in dieser Zeit auch mit der ganzen Aufmerksamkeit da sein.

Kindgerechte Gebete. Kleine Kinder lieben Reime, erfreuen sich am Klang der Sprache, können kurze Reime bald nachsprechen. Insofern kommen gereimte Gebete den Kindern entgegen und Beten wird zu einem positiven Erlebnis. Langfristig bergen sie allerdings die Gefahr, dass sie nur wegen des schönen Klangs gesprochen werden. Es empfiehlt sich daher, abzuwechseln zwischen gereimten und in Alltagssprache verfassten Gebetstexten.

Kinder sind noch nicht so verkopft wie wir Erwachsene, sie haben noch eine natürliche Fähigkeit für ganzheitliches Tun, auch für ganzheitliches Beten. Daher werden sie Freude haben an Gebeten, die mit Gesten verbunden sind. Das können Gesten sein, die das Kind selbst mitmachen kann (z. B. die Hände zu einer Schale formen), oder Gesten, mit denen die Eltern das Kind berühren (zum Beispiel die Hände segnend auf den Kopf legen).

GABRIELE DOBLHAMMER

Kommende Woche lesen Sie: Ein Lebensgespräch beginnen



BILD: Regine Schindler, Im Schatten deiner Flügel. Psalmen für Kinder. Illustriert von Arno. © Patmos Verlag, Düsseldorf 2008 (3. Auflage).

■ Einfaches Ritual

eine Kerze anzünden
das Kind darf ein Gebet aus einem Kindergebetbuch aussuchen
das Gebet vorlesen und in einem kurzen Gespräch mit eigenen Worten wiederholen
Segensgebet, bei dem das Kind berührt wird (siehe Abendsegen)
das Kind darf die Kerze ausblasen

■ Ein Abendsegen

Unser Gott, der dich liebt
wie ein Papa (dem Kind ein Kreuz auf die Stirn machen)
wie eine Mama (ein Kreuz auf den Mund machen)
wie ein guter Hirte (Kreuz auf die Brust machen), er segne und beschütze dich (die Hand auf den Kopf legen) und lasse dich gut schlafen.