



Tagesreise

Hintergründe und Hinweise

Die ursprüngliche Idee für unser erstes Kinderliederalbum war es zunächst, Kindern positive, musikalische Erfahrungen zu vermitteln und gemeinsam Freude an der Musik zu haben. Es stellte sich jedoch schnell heraus, dass wir viel mehr mit unseren Liedern erreichen und Kinder dazu animieren wollten, auf ihre eigene Art und Weise durch Mitsingen, Rhythmus und Zuhören Musik zu erleben. Mittlerweile dürfen wir erfahren, dass unsere Musik Kinder dazu inspiriert, ihre eigenen Texte zu den Liedern zu erfinden und diese so auf ihre individuelle Art und Weise interpretieren. Aus „Jeder sollte ein Hund sein“ wird plötzlich „Jeder sollte ein Pferd sein“, „Ich liebe meinen Bauch“ wird weitergeführt mit „Ich liebe meinen Po und meinen Penis auch“ und „Du lachst so schön“ wird erweitert mit „Du tanzt so schön, du spielst so schön, du malst so schön...“

Wir finden es zentral, Kinder dazu zu ermutigen, kreativ zu sein und ihre eigenen Ideen zu formulieren, wie auch immer diese aussehen mögen. Durch kreative Prozesse entstehen eine Vielzahl von Entwicklungsspielräumen auf neurologischer, mentaler und auch körperlicher Ebene. Vor allem steigt die Selbstwirksamkeit von Kindern um ein Vielfaches an und damit auch ihre Resilienz gegenüber den Herausforderungen des Alltags.

Jedes Lied hat aber auch noch seine eigene Geschichte und wir wünschen viel Freude daran herauszufinden, was für jede Person passt und oder wie es für sie passend gemacht werden kann..;-)

1. Ode an mein Kuscheltier:

Das erste Lied auf unserem Album eignet sich wunderbar dazu, um sanft in den Tag zu starten. Die Melodie und die Worte dazu sind in einem Moment der Stille entstanden. Wir haben dieses Lied entsprechend dann auch konzipiert als eines, welches Kinder behutsam und beruhigt in den Tag gleiten lassen kann. Eltern wissen und können praktisch ein Lied davon singen, dass ein entspannter Tagesbeginn auch positiv den weiteren Tagesablauf bestimmt. Aus diesem Grund hat „Ode an mein Kuscheltier“ die zentralen Elemente, welche für Kinder in Situationen, die ein



erhöhtes Maß an Selbstregulierung erfordern, wie eben beispielsweise die Aufwachsituation, so wichtig sind. Diese Elemente sind: Eine sanfte Melodie und weiche Stimmen in Harmonie gesungen, mehrmalige Wiederholung des Themas sowie eine indirekte Ansprache, um dem Kind ein Gefühl von Geborgenheit und Verständnis zu vermitteln. Und tatsächlich sind die Rückmeldungen von Eltern an uns genau diese: Die Musik wirkt beruhigend auf das Kind – eben genauso wie es ein Kuscheltier tut...

Frage: Wofür kann man dieses Lied einsetzen?

Antwort: Um den Aufwachprozess sanft zu gestalten und entspannt in den Tag zu starten.

2. Ich liebe meinen Bauch:

„Ich liebe meinen Bauch“ soll Kindern zunächst dazu verhelfen, eine positive Beziehung zu sich und ihrem Körper zu bekommen. Darüber hinaus thematisiert es, wie wichtig es ist, dem eigenen Bauchgefühl zu folgen unter Berücksichtigung des Wissens um die Aufgaben, die dort bewältigt werden. Dieses Lied bietet die wunderbare Möglichkeit, differenzierter mit Kindern über ihren Körper und seine Funktionen in die Auseinandersetzung zu gehen.

Auf der musikalischen Ebene werden die Kinder an unterschiedliche Rhythmen herangeführt. Sie können einen Rhythmus durch Klatschen ausführen sowie einen anderen durch Schnipsen ausprobieren. Die direkte Verbindung zum eigenen Bauch in Form von Klopfen und Streicheln am Schluss des Liedes vermittelt schließlich auf humorvolle Art und Weise, dass eine positive Auseinandersetzung mit dem eigenen Körper zu Akzeptanz von sich selbst führt. Entsprechend kann dieses Lied einen wichtigen Beitrag zur Prävention vor Schamgefühlen sich selbst und seinem eigenen Körper gegenüber liefern.

Frage: Was soll dieses Lied vermitteln?

Antwort: Eine positive Grundhaltung sich selber und seinem Körper gegenüber sowie die Wichtigkeit, auf die eigenen Körpersignale zu hören.

3. Alle machen Kacka:

Das Lied ist ganz konkret entstanden, um einem Kind das Erlernen des Toilettenganges zu erleichtern und ihm dabei ein positives Erlebnis zu ermöglichen. Die vielen Wiederholungen sind vor allem für jüngere Kinder ein zentrales Element, um zum einen den Text sowie die Melodie leichter zu verinnerlichen und zum anderen das Konzept für diese wichtige Alltagshandlung zu etablieren. Mittlerweile ist „Alle machen Kacka“ sowohl für Kinder, als auch Erwachsene zu einem regelrechten Ohrwurm geworden, zu dem getanzt und inbrünstig mitgesungen wird. Erste Erfahrungen von Familien zeigen uns, dass dieses Lied bereits mehreren Kindern – sogar Kindern mit Entwicklungsbarrieren, wie beispielsweise Autismus – bei der Sauberkeitsentwicklung geholfen und ihnen somit die Angst vorm Loslassen der Kacka genommen hat.

Frage: Welche Lernaufgaben kann dieses Lied unterstützen?



Antwort: Die Sauberkeitsentwicklung insgesamt sowie die Umwandlung von Angst vorm Loslassen zur Freude daran, es tun zu können!

4. Mut tut gut!:

„Mut tut gut!“ ist eine richtige Geschichte und hat eine klare Botschaft. Es gibt einen Spannungsbogen mit einem Höhepunkt und einem beruhigenden Ende. Besonders wichtig ist uns hier, der Aspekt „Entwicklung von Problemlösestrategien“, die aus uns selber heraus entstehen. Alles ist machbar, wenn wir uns nur einem Problem stellen und ihm somit begegnen. Auch wenn aufgrund von Äußerlichkeiten zunächst keine Lösung greifbar erscheint, ist sie dennoch möglich. Kinder überwältigen uns Erwachsene häufig mit ihrer scheinbar unerschöpflichen Energie und werfen uns sprichwörtlich um damit – genauso wie die „grasende Kuh“. So klein und „unfertig“ Kinder häufig erscheinen mögen, so sehr können sie uns doch immer auch mit ihrem Witz, ihrer Neugierde und ihren Ideen überraschen. Trotzdem brauchen sie am Ende des Tages dann doch wieder die Rahmung durch uns Erwachsene im Sinne eines sicheren Ortes sowie die Möglichkeit zur Regulation (bei der Kuh).

Frage: Was können Kinder und Erwachsene von diesem Lied lernen?

Antwort: Kinder können lernen, dass es gut ist, wenn sie gemeinsam über sich hinauswachsen und soziale Problemlösestrategien entwickeln. Erwachsene können die Erkenntnis mitnehmen, dass sie für eine lange Zeit wichtige Bezugspersonen für ihre Kinder bleiben und in Form von Koregulation einen sicheren Hafen für sie darstellen.

5. Das Lied der Alpakas:

Dieses Lied hat eine sehr emotionale Botschaft: Es ist schön, sich auf ein Tier einzulassen, eine Verbindung zu spüren und mit einer schönen Erinnerung nach Hause zu gehen. Erinnerungen sind ein zentrales Element im Leben von uns Menschen im Sinne von Resilienz. Von Erinnerungen können wir in schwierigen Zeiten zehren, indem wir uns diese zurückholen. In Verbindung mit Musik geht das natürlich noch viel leichter. Die Pachamamas von der Alpakafarm berichten uns von vielen solcher intensiven Momente mit Kindern und auch Erwachsenen. Die Musik spreche vielen Menschen aus dem Herzen.

Darüber hinaus spielen wir bei diesem Lied mit dem Wort „Alapaka“ in Form von unterschiedlichen Silben, die wir aneinanderreihen und daraus einen „Zungenbrecher“ machen. Wir erleben bei Konzerten die große Freude der Kinder dabei, die Silbenfolgen im Rhythmus richtig auszusprechen. Damit fördern wir nicht nur Konzentration und Aufmerksamkeit, sondern eben auch die Freude daran, mit Sprache zu spielen, sich auszuprobieren und die eigene Sprachfertigkeit zu verfeinern.

Frage: Wie kann ich nach diesem Lied mit Kindern weiter mit Sprache spielen?

Antwort: Um weiterzumachen und Kinder dazu zu ermutigen, Sprache freudvoll einzusetzen, eignen sich wunderbar allbekannte Zungenbrecher, die gleichwohl eine Herausforderung sind und ein lustvolles Scheitern hervorrufen, welches so wichtig ist, um Selbstregulation zu bekommen.



6. Jeder sollte ein Hund sein:

„Jeder sollte ein Hund sein“ ist ein Plädoyer für Vielfalt und ein freundlicheres Miteinander. Wir sind alle unterschiedlich und doch gleich im Sinne von Menschsein ganz gleich unserer Herkunft, Hautfarbe, Orientierungen und Geschmäcker. Es ist möglich, trotz vieler Unterschiede, miteinander auszukommen, auch wenn das bisweilen eine Herausforderung darstellt und auch anstrengend sein kann. Doch je mehr wir unser Empfinden von Fremdheit identifizieren und versuchen, es in unsere Erfahrungen zu integrieren, desto leichter wird der Umgang mit Unterschieden für uns sein. Das Lied ist entstanden auf einem Hundespaziergang, auf dem so deutlich wurde, welche wunderbaren Eigenschaften Hunde eigentlich haben und wie viel wir uns als Menschen davon abschauen könnten. Hunde – so sie denn in einem freundlichen Umfeld leben – sind neugierig, bezogen auf ihre menschlichen Bezugspersonen treu, unvoreingenommen und freuen sich eigentlich immer, wenn ihre Halter:innen ihnen begegnen. Das Schwein wird hier als negativer Gegenpol zum Hund genommen und im Rahmen von Redewendungen in der deutschen Sprache als Symbol verwendet, ohne das Tier als solches entwerten zu wollen. Wir mögen also auch Schweine.:;-)

Frage: Wie kann ich mit diesem Lied weiter an dem Thema „Unterschiedlichkeiten“ arbeiten?

Antwort: Indem die Kinder und auch die Erwachsenen sich beispielsweise selber zeichnen und die Bilder dann in ihrer Unterschiedlichkeit nebeneinander aufgehängt werden oder indem mit älteren Kindern gemeinsam Steckbriefe erstellt werden.

7. Die Schnecke Wunderbar:

Die Inspiration zu diesem Lied ging von einem Kind aus, welches seine Begeisterung für Schnecken direkt auf andere übertragen kann. Nein, es ist nicht nur Begeisterung – es muss wohl eben Liebe sein. Der ursprüngliche Titel war auch „Ich liebe Schnecken“ und wurde aufgrund der Ähnlichkeit zu einem anderen Titel entsprechend abgewandelt. „Die Schnecke Wunderbar“ ist ein Beispiel dafür, wie wichtig es für Kinder sein kann, sich so stark mit einem Thema zu identifizieren, um eigene Ressourcen zu aktivieren, zu erkennen und schließlich auch auszuweiten. Schnecken sind für das Kind, dem dieses Lied gewidmet ist, mehr als nur ein Hobby. Sie ermöglichen den Zugang zu anderen Aktivitäten, bauen Brücken in der Kommunikation und eröffnen eine emotionale Öffnung anderen Menschen gegenüber. Themen von Kindern, die sehr intensiv ausgelebt werden, können und sollten uns vielleicht auch als Erwachsene dazu ermutigen, diese als Ressource anzuerkennen und mitzugehen, um über ein erhöhtes Sicherheitsempfinden des Kindes weitere Entwicklungsprozesse anzustoßen. Darüber hinaus weckt die eigene Neugierde für etwas auch häufig die von anderen, was als wesentlicher Aspekt von neurologischer Fitness angesehen wird. Mittlerweile gibt es auch ein von dem Kind, welchem das Lied gewidmet ist, ein eigens erstelltes Video, welches auf unsere Homepage zu finden ist..☺

Frage: Wie könnte ich das Thema dieses Liedes in den Alltag übertragen?



Antwort: Indem ich Kinder beispielsweise dazu ermutige, ein für sie zentrales Thema anderen vorzustellen und sich anzubieten, es näher zu erklären und zu zeigen, worum es geht.

8. Du lachst so schön:

Dieses Lied ist für einen besonderen Menschen geschrieben worden und handelt vom Wert echter Freundschaft sowie dem Gefühl, wie wunderbar es ist, sich mit einer befreundeten Person so tief verbunden zu fühlen, dass alles andere, wie z. B. materielle Werte, unwichtig zu werden scheint. Echte Freunde prägen unsere individuelle Entwicklung, indem sie sowohl geben, als auch von uns nehmen. Wir können Unterschiede und Gemeinsamkeiten abwägen, uns anpassen und abgrenzen. Gemeinsame Erfahrungen ermöglichen es uns, tiefe Gefühle in unser Selbst zu integrieren, daran zu wachsen und unser Menschsein zu definieren. In dem Lied geht es auch darum, die Schönheit im Gegenüber zu sehen sowie diese dann zu spiegeln. Der Aspekt des gemeinsamen Lachens ist für uns sowohl gesund im Sinne von Salutogenese, als auch für ein insgesamt gutes Lebensgefühl indem durch Lachen Spannungszustände reguliert werden können. Es gibt ja nicht umsonst ganze Seminare zu diesem Thema..☺

Frage: Auf welche Weise kann ich Kinder dabei unterstützen, miteinander einen freundlichen Umgang zu pflegen?

Antwort: Gemeinsames Lachen durch Spiele, die eine Bezogenheit aufeinander erfordern und Spannungsaufbau und Spannungsabbau enthalten (z. B. das Weitergeben eines Klatschers mit Variationen), wird automatisch zu einem freundlicheren Miteinander führen und das Gruppengefühl stärken.

9. Krankheitsblues:

Unser „Krankheitsblues“ ist in einer Krankheitsphase eines Kindes entstanden mit der Intention, es zu beruhigen und ihm eine positive Perspektive für die Zeit danach zu vermitteln. Krankheit sollte eine Zeit der Erholung sein, die der Körper sich einfordert, um wieder gesund zu werden. Das können Kinder gar nicht früh genug lernen im Sinne der Selbstfürsorge und wir Erwachsene bieten ihnen eine gute Modellfunktion an, indem wir es ihnen gleichtun. Gleichzeitig könnten oder sollten wir darauf achten, im Verlauf der Genesung wieder zum Alltagsgeschehen zurückzukommen, damit ein „reibungloser“ Übergang gewährleistet wird...

Frage: Wie fülle ich den Inhalt des Liedes in einer Krankheitssituation aus?

Antwort: Indem ich den Alltag möglichst auf ein Minimum „herunterfahre“ und den Genesungsaspekt in der Vordergrund stelle, beispielsweise durch die Gestaltung des Rahmens (um das Bett herum alles aufstellen, was zur Gesundung benötigt wird, wie z. B. Tee, Medizin, Musik, ein Buch zum Vorlesen o. ä., damit die Botschaft „Du musst nichts tun, außer wieder gesund zu werden!“ deutlich wird), um dann nach und nach diesen engen Rahmen wieder aufzuweichen (z. B. weniger Dinge stehen bereit und das Kind agiert wieder mehr aus sich selbst heraus).



10. Träume warten auf dich:

Dieses Lied bereitet den Boden für einen Übergang vom Wachsein zum Schlafen. Wir verbinden hier Textelemente, die sowohl auf diesen Wechsel der Tageszeiten eingehen, als auch den Kindern die Angst vorm Einschlafen nehmen sollen, indem wir ihnen musikalisch ein beruhigendes Bild von diesem Vorgang malen. Dazu sind es die ruhigen und entspannten Töne unserer Stimmen, die den Kindern beim Herunterregulieren helfen und diesen Übergang erleichtern sollen.

Frage: Wie mache ich das Lied zu meinem eigenen?

Antwort: Indem ich das Lied im Hintergrund laufen lassen und sanft mit einstimme. Die Verbindung von Wort - Affekt - Handlung ist hier ausschlaggebend, d. h. auch genau das mit dem Kind zu tun, was im Lied zum Ausdruck kommt (z. B. in den Arm nehmen, die Sterne und den Mond anschauen).