

«Kinder sind meine besten Lehrer»

Rita Messmer-Studer, Obereg, wächst an ihren Kindern. Ihre Erfahrungen verarbeitet sie in Erziehungsbüchern. Das neueste trifft einen Nerv der Zeit: Es beschreibt, wie Kinder weniger anfällig werden für Gewalt.

Schwer verletzte Jugendliche nach einer nächtlichen Schiesserei in Heiden, ein 15-Jähriger schwebt in Lebensgefahr nach Schlägerei in Frauenfeld, ein 10-Jähriger wird in St. Gallen von der Polizei im letzten Moment davon abgehalten, sich von einer Brücke in den Tod zu stürzen – er wurde monatelang von Klassenkollegen erpresst.

Die Erfahrungen, die Rita Messmer mit ihren eigenen Kindern macht, unterscheiden sich nur graduell von diesen monströsen Beispielen: «Es vergeht

„Zu achtsamen Menschen erziehen.“

fast kein Tag, ohne dass meine Kinder von der Schule nach Hause kommen und sich in irgendeiner Form über Mitschüler beklagen. Es wird gehänselt, gestichelt, eingeschüchtert oder auch körperlich zur Tat geschritten. Was hier in dieser kleinen Dorfschule abgeht, ist keine Ausnahme, sondern repräsentativ für viele Schulen», schreibt sie in der Einleitung ihres neuen Buchs «Zu stark für Gewalt». Mit vielen praktischen Beispielen und Schilderungen der eigenen Erfahrungen mit ihren drei Kindern bietet sie darin Anregungen, «wie Kinder zu achtsamen Menschen werden» (so der Untertitel des Buchs), wie man sie begleiten kann, damit sie sensibel werden für die Bedürfnisse und Verletzlichkeiten anderer.

Ihr Leitsatz für die Erziehung zum moralischen Wesen: «Handle stets so, wie du behandelt werden möchtest», oder volkstümlicher: «Was du nicht willst, das man dir tu, das füg auch keinem andern zu.» Echle, liebevolle Zuwendung, Lob und Akzeptanz bewirken ihrer Erfahrung nach viel mehr als Schelte, Strafen oder gar Schläge – und sie bringt dies mit einem hübschen Bild auf den Punkt: «Lieber Herzen verteilen als Stacheln setzen.»

Es kommt nicht von ungefähr, dass Rita Messmer ihr jüngstes Buch ihren Kindern widmet, denn: «Sie sind meine besten Lehrer.» Und Rita Messmer ist eine aufmerksame Schülerin, die an ihren Kindern wächst und ihre jeweiligen Erfahrungen auch anderen weiter-



Rita Messmers Sachbücher zur Kindererziehung entstehen an einem beschaulichen Ort: im Einfamilienhaus mit dem prächtigen Garten in Obereg.

Bild: Katja Nideröst

gibt, und zwar sowohl in ganz praktischen Elternkursen als auch in ebenso praxisbezogenen Sachbüchern.

Begonnen hat dieses Interesse fürs Kind jedoch bereits zu einer Zeit, da Rita Messmer selbst noch kindlos war. An der Universitätskinderklinik in Bern musste die kardiologische Assistentin unter anderem auch Frühgeburten überwachen. «Diese oft nur ein Pfund schweren Babies lagen isoliert in ihren Brutkästen, ohne menschliche Zuwendung, sie konnten nur Schmerzen durch Injektionsnadeln und andere Behandlungen.» Rita Messmer begann die Frühchen ganz vorsichtig zu massieren und merkte, wie wohl ihnen dies tat, wie sie sich entspannten. Sie liest sich durch die Literatur über Babymassage, macht eine Ausbildung zur Baby massagetherapeutin. Das Wissen kommt ihr dann bei den eigenen Kindern zugute, und sie gibt es darüber hinaus in Kursen weiter an junge Mütter.

Doch nicht nur das körperliche Wohlbefinden des Nachwuchses ist Rita Messmer ein Anliegen. Sie setzt sich auch intensiv mit Entwicklungspsychologie auseinander und entdeckt in der Beobachtung ihrer Kinder, was sie dann in ihrem ersten Buch «Ihr Baby kannts!» beschreibt: die sensiblen Phasen des Kindes, in denen es beson-

ders empfänglich ist, bestimmte Dinge zu lernen, und die durch äussere Stimulation gefördert werden müssen.

Als die Kinder dann in die Schule kommen, sammelt Rita Messmer Beobachtungen und Erfahrungen für ihr zweites Buch «Mit kleinen Kindern lernen lernen». Darin zeigt sie auf, wie wiederum durch entsprechende Angebote die intellektuelle Lernfähigkeit der Kinder gefördert werden kann, und zwar auf spielerische, lustvolle Weise. Angeregt wurde sie dazu auch während eines Aufenthalts in Neuseeland, wo sie viele ihrer

pädagogischen Ideen bereits realisiert fand. 1998 hatte Rita Messmer mit den Kindern einige Monate dort verbracht, «weil es uns in Obereg zu eng wurde», wie sie sagt. Diese Enge manifestierte sich nicht zuletzt in schlechten Schulerfahrungen der Messmer-Kinder im Appenzeller Vorderland – und sie waren Auslöser für Rita Messmers jüngstes Buch «Zu stark für Gewalt».

Die drei Messmer-Kinder wachsen ohne Fernsehen und Computerspiele auf, aber mit einem Angebot an sportlicher und musischer Freizeitbeschä-

ftigung. «Fernsehen und Computerspiele stumpfen mit ihren Gewaltdarstellungen die Kinder ab, Gewalt wird alltäglich und gehört zum Leben, Aggressivität wird eine Lösung für Probleme», warnt Rita Messmer. Da sie allerdings von Verboten als Erziehungsmittel nicht viel hält, empfiehlt sie Eltern, die Kinder solche Sendungen und Spiele einmal anschauen zu lassen und nachher mit ihnen über Sinn und Unsinn solcher Unterhaltung zu sprechen. «Verurteilen Sie klar und deutlich solche Spiele und Sendungen, machen Sie aber auch alternative Angebote für die Freizeitgestaltung.» Eine weitere Erfahrung der Messmers mit dem TV: «Unsere Kinder hatten zu Weihnachten Mühe, Wünsche zu formulieren, bis zum Moment, wo wir für kurze Zeit einen Fernseher mieteten. Da wussten sie sofort, was ihnen zum Glück noch fehlte.»

Rita Messmer selbst hatte eine überaus glückliche Kindheit. Mit fünf Geschwistern wie die Orgelpfeifen (darunter ein Zwillingenbruder) wuchs sie in Bern auf. «Unsere Eltern waren sehr liebevoll, mein Vater war ein richtiger Geduldengel, von dem ich viel gelernt habe für die eigenen Kinder. Er war ein pädagogisches Naturtalent, Liebe war sein wirkungsvollstes Erziehungsmittel», sagt sie. Diese Bedeutung einer harmo-

nischen Kindheit versucht sie in ihren Erziehungskursen zu vermitteln. Damit Eltern aber auch die nötige Ausgeglichenheit erlangen für die oft aufreibende Tätigkeit, empfiehlt sie aus (der

„Lieber Herzen verteilen als Stacheln setzen.“

eigenen positiven) Erfahrung das tägliche Meditieren und bietet auch Meditationskurse an. Die Macht der Gedanken ist ungeheuer wichtig, wie sie überzeugt ist: «Hass, Krieg, Gewalt sind die Materialisation unserer negativen Gedanken», sagt sie, die sich bereits seit längerem mit Esoterik und komplexeren Heilmethoden beschäftigt. Ihre Erfahrungen mit paranormalen Phänomenen hat sie in ihrem ersten (noch unveröffentlichten) Roman verarbeitet. Arbeitstitel: «Die leuchtende Kraft der Gedanken und Worte». Doch Rita Messmer hat noch eine andere Seite: Sie ist ausgesprochen sportlich. Als diplomierte Skilehrerin war sie in Kanada und Neuseeland im Einsatz, sieben Jahre lebte sie am Gardasee und testete Surf Bretter, die ihr Mann für eine bekannte Marke entwickelte.

Helga Schabert

ZUR PERSON

Rita Messmer-Studer

Geboren am:
18. Juni 1954

Wohnort:
Obereg

Lebensstationen, Veröffentlichungen:

Kardiologische Assistentin an der Universitätskinderklinik in Bern. Weitere Ausbildungen: Baby massagetherapeutin, Fussreflexionentherapeutin, Erwachsenenbildnerin. 1976–1980 Auslandsaufenthalte (Spanien, Südamerika, Kanada, Neuseeland). Seit 1989 in der Ostschweiz. Drei schulpflichtige Kinder. Kursleiterin (Baby massage, Erziehung, Meditation). 1997 «Ihr Baby kannts», 1999 «Mit kleinen Kindern lernen lernen», 2002 «Zu stark für Gewalt».