Na, ob Michele (5) gerade vom Zauberschloss träumt? Bei der süßen Kleinen hat das Einschlaf-Märchen schon nach fünf Minuten gewirkt - dann schlummerte sie...
Fotos: THORSTEN FLEISCHHAUER

Eingenickt auf dem Weg ins Zauberschloss

Iserlohner Psychologe entwickelte CD mit Schlummer-Garantie

Im eigenen Tonstudio bespricht der Iserlohner Psychologe Dr. Arnd Stein seine Entspannungs-CDs. Das Zauberschloss hat er eigens für Kinder entwickelt.

Von NICOLE EHLERS

Ratzfatz eingeratzt!
Wenn Kinder nicht schlafen wollen, hilft nur noch das „Zauberschloss"...

Eine CD für Kinder, erarbeitet und besprochen vom Iserlohner Psychologen Dr. Arnd Stein. Seine brummige Stimme begleitet die Kleinen auf eine Phantasie-Reise in ein geheimnisvolles Schloss. Und führt sie ganz sanft in den Schlaf...

Funktioniert das echt? BILD machte den Schlummertest in der Kindertagesstätte „Die Bärenbande" in Hemer.

❑❑❑

Wir sind im Schlafraum der „Blaubärengruppe". **Es ist kurz nach eins, die 23 kleinen Rabauken sind hellwach.**

Nach 15 Minuten liegen alle in ihren Bettchen, aber nur wenige kuscheln sich unter ihre Decken: Moritz (5) kichert mit Can, Dennis (5) und Julian (6) ziehen sich immer wieder die Decken weg. **Die Reise beginnt, das Kichern wird leiser.** Die Phantasie führt uns über Wiesen, durch Wälder zum Schloss. Nur nicht Corinna (5) und Michele (5) – die schlafen nach fünf Minuten.

Zehn Minuten später treffen wir Märchenfiguren, die uns zur Kissenschlacht einladen. **Die erleben nur noch 12 Kinder, die anderen schlafen.** Wie Tina (5), ihren Hasen fest im Arm.

Die Reise geht weiter, mit sanfter Musik. Auch die Erzähler-Stimme wird leiser. Beim Treffen mit dem alten, weisen Mann fallen Cayeton (4) die Augen zu. Und Dennis (5) und Julian (6)? Schlafen tief und fest...

Dr. Stein erklärt das Geheimnis vom Zauberschloss: „Die Mischung aus entspannender Musik und ruhiger Erzähler-Stimme. Außerdem erlebt jedes Kind die Reise individuell, kann eigene Gedanken und Gefühle verarbeiten."