

**Wissenswertes**

**Gewusst warum..**



### **Der Blickkontakt**

Der Blick zur Mutter oder zum Vater ist für unser Kind elementar wichtig. Hier beginnt Beziehung. Hier beginnt Kommunikation. Sieht das Baby seine Mutter, die es im Arm trägt, weiß es sich sicher und geborgen. Ist Ihnen schon aufgefallen wie tiefgründig der Blick eines Säugling sein kann, wenn er da so aus der Armbeuge zur Mutter aufschaut? Ohne Worte sprechen diese Blicke Bände. Im Gesicht der Mutter spiegelt sich die ganze Welt. In ihrem Blick, in ihrer Mimik, in all ihren Reaktionen lernt das Kind die Welt einzuschätzen.

Ach, ja. Ich spreche im Weiteren immer von „Mutter“, weil sie von Natur aus die erste und wichtigste Bindungsperson ist. Das heißt nicht, dass Väter weniger wichtig sind und sie mögen sich bitte, ebenso wie jede andere wichtige Bezugsperson des Kindes, angesprochen fühlen.

#### **Huch, was war das?**

Im Alltag erleben wir häufig diese oder ganz ähnliche Situationen: Sie fahren Ihr Baby im Kinderwagen spazieren und ein Hund bellt unvermittelt in der Ferne. Sie sehen wie Ihr Kind zusammenzuckt, die Augen aufreißt und Ihren Blick sucht. Sie nehmen die Irritation wahr und reagieren sofort: Sie blicken ihrem Kind in die Augen, nicken ihm zu und bestätigen ihm, dass da ein Hund gebellt hat und dass Sie es auch gehört haben. Das Kind entspannt sich wieder und lächelt Sie an.

#### **Alles ist gut!**

Der nonverbale Austausch zwischen Mutter und Kind ist in der frühkindlichen Phase, in der Beziehung gestaltet wird, äußerst bedeutsam. Wird das Kind von uns gesehen und reagieren wir auf seine Regungen, lernt es: ich werde wahrgenommen und bin es wert gehört zu werden.

Über die Beziehung zur Mutter stellt das Kind eine Beziehung zur Welt her. Sind Sie als Mutter nicht sichtbar für das Kind, fühlt sich das Kind allein gelassen. Wenn Sie sich bewusst im Blickfeld ihres Kindes bewegen, geben Sie ihm Halt. Es kann Sie sehen und Sie können es, wann immer Sie wollen, anlächeln, ihm zunicken und ihm beruhigend zureden. Ihre Präsenz ist es, die dem Kind hilft, die Eindrücke dieser Welt kennenzulernen und zu verarbeiten. So können die vielen Reize zu Gesprächsthemen werden statt zu Stressoren.

### **Oder eben nicht...**

Nehmen wir an, Sie hätten beim Spaziergehen den Kinderwagen so ausgerichtet, dass Ihr Kind nach vorne blickt, also weg von Ihnen. Der bellende Hund wäre Ihnen als Erwachsener gar nicht groß aufgefallen, Sie kennen den Laut. Wie Ihr Kind jedoch auf das Bellen reagiert, können Sie nicht sehen. Da Sie den Wagen in Fahrtrichtung schieben, ist der Blickkontakt zwischen Ihnen und Ihrem Kind unterbrochen. Sie bemerken nicht, dass es getröstet werden muss. Für Ihr Kind bleibt das Erlebnis ungelöst im Raum stehen. Zurück bleibt ein Gefühl der Verunsicherung.

### **Die Steigerung**

Können Sie sich vorstellen wie sich Ihr Kind fühlt, käme oben genannter Hund jetzt auch noch bellend auf den Kinderwagen zugesprungen...

Einen sehr aufschlussreichen visuellen Beitrag hierzu finden Sie bei <https://www.weleda.de/familie/rat-und-tat/hebammensprechstunde/die-welt-entdecken>.

### **„Aber ich bin doch da!“**

Für eine achtsame Beziehung zwischen Mutter und Kind reicht es nicht, wenn Ihr Kind Sie im Hintergrund reden hört. Oder wenn von hinten eine Hand kommt, die es tätschelt, oder einen Keks reicht. Es muss Sie sehen dürfen! Ihr Gesicht, Ihre Mimik, Ihr Kopfschütteln oder Nicken, Ihr Lächeln - während Sie in seine Augen blicken, weiß es „Mama ist da. Es ist alles gut“. Und das ist das allerwichtigste Gefühl im Leben Ihres Kindes.

Das Kind sucht normalerweise von sich aus immer den Blick der Mutter: beim Stillen, beim Wickeln, beim Tragen, beim Schieben im Kinderwagen... Dies sind alles wunderbare und vielseitige Gelegenheiten mit dem Kind in eine liebevolle Kommunikation zu gehen. Wenn allerdings beim Stillen nebenher das Smartphone betätigt wird, wenn beim Wickeln ein klingendes Mobile die Aufmerksamkeit von

der mütterlichen Zuwendung ablenkt, wenn das Kind über die Schulter getragen wird und in die Welt hinausstartet statt die Mutter anzublicken, oder wenn im Kinderwagen die bunte Holzkette mit allerlei Anhängern penetrant in Augenhöhe baumelt, wird das Kommunikationspotential, das in diesen Situationen steckt richtiggehend gestört.

### **Aus einer anderen Perspektive betrachtet**

Die Gehirnwissenschaft mit ihren modernen Verfahren hat uns viele Belege geliefert, dass tatsächlich etwas „passiert“, wenn wir unser Kind ansehen: mit einem Blick und einem Lächeln wird eine ganze Kettenreaktion hormoneller Abläufe in Gang gesetzt, die die Verbindung zueinander und die Verantwortung füreinander vertieft. Das ist von Mutter Natur nicht deshalb eingerichtet, weil es ganz nett ist, wenn wir uns mögen, sondern weil es überlebenswichtig ist. Kinder, die eine sichere Bindung erlebt haben, sind gesundheitlich, entwicklungstechnisch und psychisch kräftiger.

### **Der Alltag sieht oft anders aus**

*Eine Mutter schiebt ihr ca. zweijähriges Kind im Buggy. Sie kommen an ihrem Haus an und machen vor dem Gartentor Halt. „Wir sind da, steh auf und lauf rein.“ Keine Reaktion.“ Na komm, steh auf!“ Ungeduldig ruckelt sie am Buggy. Nichts. Leicht genervt geht sie um den Buggy herum und sieht erst jetzt - das Kind war auf dem Weg nach Hause eingeschlafen. Sie hatte es nicht bemerkt.*

Wenn Sie zu den Eltern gehören, die den Kinderwagen bisher so ausgerichtet hatten, dass Sie Ihr Kind im Blick haben, wenn Sie es schieben, konnten Sie schon vielerlei interessante Beobachtungen an ihrem Kind machen. Wenn es noch ganz klein im Wagen liegt, studiert es sehr ausgiebig das Verdeck und den Lichteinfall. Je älter es wird, umso weiter wandert sein Blick, über den Kinderwagenrand hinaus in die Welt hinein. Der Radius wird größer, es erfasst die Umgebung gründlich und mit großer Neugier - und kommt immer wieder zurück mit seinem Blick: fragend, staunend, wissend „die Mama ist da“.

*Eine Mutter schiebt ihren einjährigen Buben im Buggy mit Blickrichtung nach vorne, damit er jetzt „was sehen kann“. Bald wird er unruhig, er rutscht ungehalten hin und her, zerrt am Bügel. Sie lockert den Gurt ein wenig und schwupp - dreht er sich im Buggy um, geht auf die Knie, hält sich an der Rückenlehne fest, schaut seine Mutter an - und strahlt!*

### **Was ist richtig?**

Lange haben Sie den Kinderwagen so geschoben, dass Sie Ihr Kind sehen konnten. Jetzt wird es ein Jahr alt und auf einmal heißt es: dreh den Wagen um, das Kind muss was sehen von der Welt!

Ja, hat es denn bisher nichts gesehen? Mitnichten! Es hat alles gesehen, was es sehen wollte und das Wichtigste ist, es konnte alles Gesehene mit Ihrer Reaktion abgleichen. Waren Sie erschrocken oder verärgert, waren Sie erfreut, überrascht, herzlich, ablehnend, gelangweilt, angespannt, gedrückt, aufgeregt, unsicher.... Eine Bandbreite von Emotionen sind solch einem Kind vertraut geworden, welches seine Mutter anschauen durfte. Weiter so!

### **Unabhängige Kinder**

Kinder, die ihre Mutter sehen, brauchen kein Buggy Buch, keinen Schnuller oder Brezel. Diese Ersatzbefriedigungen sollen das Kind über das Ausgeliefertsein, das Alleinsein und die Überforderung hinwegtäuschen, wenn es, ohne seine Mutter sehen zu können, durch die Gegend geschoben wird.

Im Kinderwagen fahren, ob spazieren oder einkaufen, ist für das Kind immer ein Erlebnis mit vielen Eindrücken, das wir nicht unterschätzen dürfen! Wir sollten uns ganz bewusst sein, dass das Leben viel interessanter als ein Buggy Buch ist.

Ein Kind, das im Kontakt mit seiner Mutter ist, muss sich nicht ablenken. Es fühlt sich nicht ausgeliefert, weil sie ihm Halt gibt und es wird ihm auch nicht langweilig, denn es kann sich ihr mitteilen. Wenn wir einmal ganz bewusst darauf achten wie oft sich ein kleines Kind mit einem Blick bei seiner Mutter rückversichert, merken wir, wie zentral sie für sein Wohlbefinden ist. Nehmen wir uns bitte ernst genug in dieser zentralen Rolle!

### **Selbstsabotage**

Eine Mutter, die ihr Kind zwar so schiebt, dass sie es wunderbar sehen kann, aber ihr Beziehungsangebot darauf reduziert, dass sie dem Kind abwechselnd Dinkelkekse und Wasserflasche anbietet und das Buggy Buch, nebst Kuscheltier und Kinderradio am Wagen baumelt, sabotiert sich im Grunde genommen selbst, um es etwas überspitzt zu sagen.

Im Kinderwagen gefahren werden ist für das Kind keine sinnlose Überbrückungshandlung, sondern immer ein Ereignis, das mit vielen Eindrücken verbunden ist. Es ist bereits eine Tätigkeit für sich.

Und es entspricht der gesunden kindlichen Entwicklung wenn es nur **eine** Tätigkeit gleichzeitig vollzieht bzw. erlebt: entweder essen (mit Mama, optimaler Weise zu Hause), Buch anschauen (bei Mama auf dem Schoß) oder Kinderwagen fahren (mit

Mama draußen). Wir brauchen es nicht auf eine patriarchalische Gesellschaft schieben, den Wert und den Einfluss der Mutter bestimmen wir tatsächlich selbst.

### **Die Entwicklung geht weiter**

Das Baby ist jetzt ein Kleinkind. Es liegt nicht mehr nur flach auf dem Rücken, sondern zieht sich hoch, sitzt aufrecht, beugt sich vor und seitlich aus dem Sportwagen raus, reckt sich nach Büschen am Wegrand, lässt die Hand am Zaun entlanggleiten, erwischt einen langen Grashalm, greift nach dem Schwanz einer streunenden Katze, deutet auf dies und jenes „da“ und „da“ und „da“....

Jetzt ist es besonders wichtig ein **Gegenüber** zu haben mit dem es seine Eindrücke „besprechen“ kann. Die Sprache will sich immer mehr entwickeln und Sie merken wie stark das Kind versucht sich auszudrücken. Wenn Sie jetzt die Dinge am Wegrand benennen, für die sich Ihr Kind gerade interessiert, werden Sie erleben wie das Kind an Ihren Lippen hängt und wie schnell sein Sprachverständnis fortschreitet (vorausgesetzt es wird jetzt nicht durch einen Schnuller gebremst!).

Jetzt ist es besonders wichtig, dass Ihr Kind Sie sprechen **sieht!**

Die Bewegung der Lippen, der Zunge, die Bewegung der gesamten Gesichtsmuskulatur, der Luftstrom formen sich sichtbar und fühlbar zu dem, was das Kind hört. Mimik, Tonhöhe und Lautstärke geben den Worten ihre Bedeutung. Und all das geschieht so ganz nebenbei, während Sie den Kinderwagen schieben, Ihr Kind betrachten und ein wenig mit ihm plaudern.

### **Das schafft ein Tonträger nicht!**

Auch hier hat die Gehirnwissenschaft aufzeigen können, dass Kinder mit wenigen Monaten sogar eine Fremdsprache lernen können, aber nur solange Ihnen diese Person gegenüber sitzt. Weder CD noch Video vermögen denselben, im Gehirn messbaren Lernvorgang, bewirken.

### **Quasseltanten**

Es gibt leider auch die überengagierten Mütter unter uns, die meinen, Sie müssten permanent auf ihr Kind einreden und ohne Luft zu holen alles benennen und erklären, was das Umfeld so bereithält. Das ist am Ziel vorbei und überaus anstrengend für ein Kind (nicht nur für ein Kind...). Früher oder später schaltet es auf Durchzug. Diesen (Schutz-) Mechanismus behält es in den meisten Fällen bei und später hört man Eltern vorwurfsvoll sagen:“ Jetzt hör mir doch mal zu!“ - kennen Sie das?

## Abwarten statt vorseilen

Wenn wir unser Kind beobachten, dann können wir sehr feinfühlig unterscheiden, wenn es etwas für sich allein entdecken will, oder wenn es etwas mit uns teilen will bzw. wenn es etwas wissen will. Wenn wir den Mitteilungsimpuls unseres Kindes abwarten können, entsteht Dialog. Wenn wir dies nicht tun, ist das von unserer Seite weder angemessen noch achtsam.

Je öfter wir uns „schau mal hier“ und „schau mal da“ sagen hören, sollten wir innehalten. Wenn wir permanent der Entdeckerlaune unserer Kinder zuvorkommen und sie mit eigenen Beobachtungen auf Dinge hinweisen, die sie interessieren sollten, können wir davon ausgehen, dass ihnen bald die Lust vergeht.

*Mutter: „Schau mal, ein Buntspecht“*

*Kind: „Wo?“*

*Mutter: „Da drüben“*

*Kind: „Wo?“*

*Mutter: „Da auf dem Baum.“*

*Kind: „Wo?“*

*Mutter: „Ach, jetzt ist er weggeflogen“*

*Kind: „...?“*

Ich habe derartige Situationen schon oft erlebt. Man reißt das Kind aus seiner Beschäftigung raus - denn meistens sind unsere Kinder mit ganz anderen Dingen beschäftigt als wir - und wenn es den Buntspecht nicht sieht, ist es enttäuscht. Es scheint etwas Tolles verpasst zu haben. Das Kind erlebt sich als ungenügend, denn „Mama sieht immer mehr als ich und ist auch immer schneller“. Das ist frustrierend und ein echter Motivationskiller. Kinder wollen **selber** entdecken und sich darüber mitteilen.

Was sie mit ihren Kinderaugen gerade sehen und mit ihren Kinderherzen gerade interessant finden, wissen sie ganz allein!

Wir können ganz beruhigt sein, die Zeit, dass sie uns auf den Buntspecht aufmerksam machen, kommt garantiert!

Wenn wir auf die Entdeckungen unserer Kinder warten können, kann ein sehr schöner Dialog entstehen:

*Eine Mutter schiebt ihr einjähriges Kind im Kinderwagen. Das Kind sitzt zu ihr gewandt und lässt seinen Blick schweifen. Plötzlich sieht es etwas:*

*Kind: „Da. Ball!“*

*Mutter: „Ein Ball? Wo siehst Du einen Ball?“*

*Kind: „Da. Ball“. Es deutet auf die Kirche.*

*Die Mutter folgt dem Zeigefinger ihres Kindes. „Ach ja, da. Du meinst die*

*Kirchturmspitze mit der goldenen Kugel. Das hast Du aber gut gesehen!“  
Das Kind strahlt und lässt seinen Blick schweifen...*