

Kindererziehung - Um was geht es wirklich?

Wenn ein Kind zur Welt kommt, ist dieses Ereignis in den allermeisten Fällen mit großer Freude verbunden. Es werden alle erdenklichen Vorbereitungen getroffen und Anschaffungen gemacht, damit es dem neuen Erdenbürger an nichts fehlen wird und er sich optimal entwickeln kann.



Um was geht es wirklich, wenn wir ein Kind ins Leben begleiten?

Seit vielen Jahren begleite ich als Bereitschaftspflegfachkraft und als Pflegemutter Kinder über kürzere und länger Strecken auf ihrem Weg in diese Welt hinein. Sie hatten alle keinen leichten Start, aber sie sind mit einem starken Lebenswillen ausgestattet und haben sich mutig auf den Weg gemacht, der da heißt, „Leben“. Und so haben alle neugeborenen Kinder etwas gemein, die Gewünschten, die Ersehnten, die Geliebten, die Abgelehnten oder die Verlassenen - egal wie sie kommen, sie haben sich aufgemacht um in dieser Zeit, in dieser Welt zu leben.

Um was geht es also, wenn wir ein Kind ins Leben begleiten?

Zum Glück herrscht in den meisten Familien große Freude über die Ankunft eines Babys. Die Mehrheit der Mütter und Väter haben sich gut darauf vorbereitet. Sie haben gelernt, dass ein Säugling elementare Bedürfnisse hat und welche diese sind. Sie haben sich gemerkt, dass sie feinfühlig und angemessen darauf reagieren sollen. Sie haben gehört, dass ein Baby viel Nähe braucht und dass man es nicht verwöhnen kann. Sie haben sich vorgenommen, dass sie vieles anders machen werden, als sie es in ihrer eigenen Kindheit erlebt haben und vor allem – dass sie richtig gute Eltern sein wollen. In Vorfreude erwarten sie das, was kommt.

Und dann haben endlich alle Gedanken, Pläne, Hoffnungen und inneren Bilder Gestalt angenommen. Das Baby ist da. Das Glück ist groß. Und trotz der sorgfältigen Vorbereitungen entstehen auf einmal die Momente der Verunsicherung, vor allem, wenn das Baby weint. Herrje. Was braucht es jetzt? Hat es Hunger? Schmerzen? Langeweile? Braucht es Trost? Eine frische Windel? Es beginnt ein hin und her Geseuse, Windeln werden gewechselt, es wird gestillt, getragen, gewippt und gesungen. „Wie soll ich denn angemessen und feinfühlig reagieren, wenn ich gar nicht weiß, was es braucht?“.

Es gibt keine Mutter und keinen Vater, die diese Situation nicht schon einmal erlebt hat. Sehr oft taucht dann ein Gefühl von Hilflosigkeit und Ohnmacht auf, manchmal sogar Wut. Denn das, was vor allem beim ersten Kind noch nicht vorhanden ist, ist Erfahrung. Bis das theoretisch Gelernte vom Kopf ins Gefühl gelangt und dann zur Anwendung kommen kann, braucht es Übung.

In meinem Beruf hatte ich viele Jahre Zeit, meine Erfahrungen mit weinenden Babys zu machen. Die wichtigste Erkenntnis ist, das Weinen nicht schnellstmöglich und mit allen

Mitteln weg zu machen, sondern in Beziehung zu gehen mit dem Kind und seinem Anliegen. Ein Säugling hat noch keine Sprache zur Verfügung, um sich auszudrücken, aber ein vielseitiges Repertoire an Zeichen. Wenn wir uns die Zeit zu nehmen, diese Zeichen zu lesen können wir sein Bedürfnis entschlüsseln. Dabei müssen wir auch unsere Hilflosigkeit aushalten, wenn es keine schnellen Antworten gibt. Es geht nicht darum, dass das Kind still wird um des Stillseins wegen. Es soll erleben, dass wir es hören, dass wir es ernst nehmen und dass wir versuchen zu verstehen wo seine Not liegt, damit wir dann richtig reagieren können.

Kein Kind weint einfach so, es hat immer einen Grund. Und so nehme ich das Kind in den Arm, setze mich halbwegs gemütlich hin und lausche seinem Weinen: „Was willst Du mir denn sagen? Es ist wichtig, das höre ich“. In meinem Kopf überschlage ich die Zeit, die seit der letzten Nahrungsaufnahme verstrichen ist und wie lange es schon wach ist. Habe ich Hunger und Müdigkeit ausgeschlossen, gehe ich weiter in den Dialog: „Sag’s mir nur. Ich versuche Dich zu verstehen und wir werden das Richtige für Dich finden.“ Ich beobachte das Kind ganz genau. Wie verzieht es sein Gesichtchen, wie fühlen sich seine Bewegungen in meinen Armen an, wie riecht es, wie klingt seine Stimme und was fühle ich in meinem Herzen? Ich setze all meine Sinne ein, um das Kind in seinem Ausdruck wahrzunehmen. „Ich bin mir noch nicht sicher, was Du brauchst. Ich halte Dich weiterhin und beobachte welche Zeichen Du mir gibst. Wir haben Zeit.“ Meine feinstofflichen Antennen sind aufgestellt. In diesem Raum, der entsteht, taucht dann der Impuls auf, der richtungsweisend ist. „Du windest Dich und guckst immer wieder weg. Kann es sein, dass Du Ruhe möchtest? Das alles um Dich herum ein bisschen viel ist? Dann lege ich Dich jetzt in Deinen Stubenwagen und Du zeigst mir, ob ich Dich richtig verstanden habe. Ich bin hier und höre Dich gut.“ Ich trete ein wenig zurück und gebe dem Kind Zeit, das Angebot anzunehmen. Es wird ruhiger und ich beobachte, wie sich sein Körper entspannt. Dabei geht es nicht um schnelle Antworten, sondern es geht um Beziehung, um Kommunikation.

Wenn ich merke, mein Angebot stimmt nicht mit seinem Bedürfnis überein, dann korrigiere ich mich. Das kann anfangs durchaus passieren und so gehe ich erneut in den Dialog mit ihm. Ich vermeide Aktionismus, sondern versuche mir den Raum und die Zeit zu geben, das Kind zu verstehen und seine Zeichen richtig zu deuten.

Und manchmal gibt es nichts anderes zu tun, als das Kind zu halten. Es will etwas loswerden, was sich mir auf den ersten Blick nicht erschließt. Dazu soll es jederzeit die Möglichkeit haben und so unterbreche ich für kurze Zeit meine Tätigkeiten des Alltags und widme mich nur dem Zuhören. Ich bringe es nicht durch einen Schnuller zum Schweigen und ich lenke es nicht ab. Ich höre zu und gehe in Beziehung zu seinem Anliegen. Wir sind im Dialog miteinander, „erzähl mir nur was Dich bedrängt. Ich höre, dass es schlimm ist. Du darfst ganz ausführlich sein“. Es soll wissen, dass es alles loswerden darf. Es soll spüren, dass ich seinen Kummer mittrage und sein Weinen aushalten kann. Meine Bereitschaft mit dem Kind durch seine Trauer zu gehen gibt ihm Halt.

Was ich tatsächlich in diesem Prozess nicht mache, ist, das Kind ins Tragetuch binden, in der Hoffnung, dass Bewegung und Körperkontakt Ablenkung schafft und das Weinen stillt. Anders ist es bei Kindern, die dauerhaft schreien und die nur in der Trage ruhig werden.

Dann ist das Tragen im Tuch wahrlich eine Rettung – solange, bis man herausgefunden hat, warum es überhaupt so viel schreien muss.

Es gibt allerdings auch bei ruhigen Kindern Tage, da sucht das Baby nach besonders viel körperlicher Anbindung, ohne dass offensichtlich ein akuter Kummer vorliegt.

In solchen Zeiten mache ich mir aus einem Tuch eine Schlinge und lege meinen Ellbogen hinein. Das Kind liegt weiterhin weich und entspannt auf meinem Arm. Ich kann es auf diese Weise gut beobachten, es kann mich sehen, es hat sein Köpfchen an meinem Herzen, ich kann meine Bewegungen seinem Befinden anpassen und das Baby hat genügend Bewegungsfreiheit mir seine Reaktionen zu signalisieren. Wenn ich es so trage, bleibt es eingebunden in unseren Dialog. Es ist ein aktives Tragen und schützt gleichzeitig die weiche Wirbelsäule vor zu viel Belastung.



Aber Tragen ist kein Dauerzustand. Es ist eine Antwort. Anders als im Mutterbauch erlebt ein Baby in der unsrigen Welt vom ersten Tag an den Puls von Anbinden und Loslösen. Auf das Einatmen folgt das Ausatmen. Es wird getragen, es wird abgelegt, es wird berührt und versorgt und es wird auch mal in Ruhe gelassen, ohne verlassen zu sein. Im Hochnehmen erfährt es Zugewandtheit und im Ablegen erfährt es Für-sich-sein. Im behutsamen Wechsel lernt es sich langsam als eigenes Wesen zu spüren. Ich dosiere diesen Puls zwischen Zusammensein und Für-sich-sein so fein, wie es für das Baby angemessen und gut ist.

In der bewussten Abkehr von einer einstmals harten und kalten Umgangsweise mit Kindern, als man sie zwar versorgt, aber dann weggelegt und alleingelassen hat, erleben wir heute ein anderes Extrem: man legt ein Kind gar nicht mehr ab, sondern bindet es ins Tuch und bietet dauerhafte Anbindung, in der Hoffnung, dass getragene Kinder glückliche Kinder werden. Oder mindestens sicher gebunden. An dieser Stelle wird die wertvolle Bindungsarbeit oft falsch ausgelegt.

Es lohnt sich, das Bedürfnis nach Nähe und das Tragen im Tuch zu differenzieren. In seltenen Fällen gibt es Kinder mit besonderer Belastung oder geburtsbedingter Unreife, die permanent getragen werden müssen und wo eine Mutter freie Hände braucht, um dem Alltag einigermaßen nachzukommen. Diese Situationen sind besonders und müssen unter einem anderen Blickwinkel betrachtet werden, der heilpädagogische Gesichtspunkte berücksichtigt. Ich gehe hier von gesund geborenen Kindern aus, beziehe aber durchaus all die Fälle mit ein, wie ich sie in meine Obhut bekomme, die bereits früh Verluste erleben mussten und wo besonders feinfühlig Bindungsarbeit geleistet werden muss.

Ein Baby braucht viel Nähe, das steht außer Frage. Vor allem echte Nähe und nicht nur die praktische Erfindung einer Tragehilfe. Wenn wir ein Kind hochnehmen und es liegend in unseren Armen tragen, folgen wir der Urgeste einer Mutter. Wir hüllen es ein und vertiefen uns ineinander. Das ist die unmittelbare Antwort auf das tiefe Bedürfnis des Babys nach Anbindung. Es hängt nicht an mir, sondern es liegt in mir. Es ist ein aktiver Vorgang. Ich bin dem Kind zugewandt, es sieht mich und wir sind im Austausch. Es kann sich satt machen. Es fühlt sich gesehen, gehört und gehalten.

Nähe ist eine Beziehungsqualität und kein Dauerzustand. Der Anbindung folgt die Lockerung, das sich-selbst-im-Raum-erfahren. Ich lege es ab und eröffne ihm diesen Raum, wo es eine angemessene Zeit für sich sein darf und die vorher gemachte Erfahrung von Nähe integrieren kann. Je nach Kind und Alter wird diese Zeitspanne unterschiedlich lang ausfallen. Ich habe es im Blick, auch wenn ich mich in einiger Entfernung aufhalte und meinen Beschäftigungen nachgehe. Wenn es wieder Anbindung sucht, macht es sich bemerkbar und ich reagiere sofort. Ich beantworte sein Rufen und trete heran, so dass es mich sieht „Ja, ich höre Dich. Warst Du ein bisschen für Dich und erzählst mir jetzt, wie es Dir geht?“ Ich nehme es noch nicht hoch. Ich warte ab. Was möchte es mir sagen? Es kommt ein Lächeln, ein Strampeln – ein kleiner Kontakt zwischen Klein und Groß. „Wolltest Du Dich vergewissern, dass ich da bin? Hier bin ich.“ Ich berühre es sanft und nehme es immer noch nicht hoch. „Magst Du noch ein wenig für Dich bleiben? Das darfst Du gerne. Ich falte in der Zwischenzeit die Wäsche zusammen. Wenn Du genug hast, rufst Du mich. Ich bin da und höre Dich gut.“ So, oder ähnlich verläuft unser Dialog. Wir sind eng verbunden, aufmerksam aufeinander lauschend, und doch hat jeder für sich seinen Raum, den er sein Eigen nennt und für sein Wohlbefinden nutzt.

Es geht keinesfalls darum, das Baby systematisch daran zu gewöhnen allein sein zu können. Es geht darum, es mit der Gesetzmäßigkeit der polaren Welt vertraut zu machen. Wir gehen von der einen Erfahrung in die andere immer durch die Mitte. Durch die ständige Wiederholung erlebt das Kind wie eins aufs andere folgt und dass es nie in einem Zustand hängen bleibt. Der Anbindung folgt die Loslösung, dem Hunger das Satt sein, dem Wachen folgt der Schlaf, Unwohlsein löst sich auf in Wohlsein. Dieser natürliche Rhythmus muss gut gepflegt werden, damit er im Kind die nötigen Lebenskräfte bildet. Am bestens ist es, wenn wir uns selber bewusst machen, wie gut es tut, in diesem Rhythmus zu leben.

Kinder leben mit uns in unseren Gefühlen. Sie erleben hautnah, wie wir mit uns selbst umgehen und wie wir unser Tun durchdringen. Ob ich mein Kind kleide, trage, ablege, tröste, füttere – es spürt vor allem, **wie** ich es tue. Es spürt meine innere Haltung. Bin ich authentisch? Stimme ich und mein Handeln überein?

Ich erinnere mich an eine Situation, als ich beim Fläschchen geben gedanklich weit abgedriftet war. Plötzlich hat mein Kind aufgehört zu trinken und mich irritiert angesehen. Es hat mich auf seine Art zurückgeholt und mir deutlich gezeigt, wie umfassend ich über das äußere Tun hinaus wahrgenommen werde. In Situationen, in denen unsere Aufmerksamkeit ganz beim Kind sein muss, ist es hilfreich, dass wir den AB einschalten, den Flugzeugmodus am Smartphone aktivieren und unsere Gedanken fokussiert halten. Wir legen etwas an im Kind durch unsere tägliche Pflege. Auch wenn die Tätigkeiten einfach aussehen, ist es die Qualität des Miteinanders, auf die es ankommt. Erlebt mich das Kind zugewandt oder zerstreut, achtsam oder nachlässig, nah oder fern, einfühlsam oder laut, zögerlich oder beherzt, bedächtig oder forsch? An mir wächst das Kind - an meiner Art zu sein.



Es lohnt sich, wenn wir uns immer wieder aus der Vogelperspektive beobachten. Wenn wir die Emotionen, die wir an uns erleben, bewusst wahrnehmen und ihnen nachgehen, wie sie entstanden sind. Es lohnt sich, unsere Gefühle und Reaktionen zu beobachten, damit der Blick auf das Kind unverstellt ist. Die innere Arbeit an uns selbst ist unerlässlich. Oft interpretieren Eltern das Verhalten ihres Kindes auf eine Art, das mit dem kindlichen Bedürfnis nichts zu tun hat, sondern vielmehr die eigenen Themen widerspiegelt. Kein Kind soll die unerfüllten Wünsche seiner Eltern bedienen, darin sind wir uns heute einig.

Selbst wenn wir in manchen Situationen um Klarheit ringen, ist auch dieser Zustand einer, der dazu gehört und zu dem wir stehen dürfen. Es lohnt sich, wenn wir uns für unsere Verunsicherung nicht verurteilen.

Wenn man sich auf diese Weise gründlich mit sich selbst und seiner Rolle als Mutter oder Vater auseinandersetzt, lohnt es sich auch, Ratschläge von außen kritisch zu hinterfragen. In dem Maße, wie man sich die Zeit für sein Kind nimmt, ihm zuhört und versucht es zu verstehen, darf man sich die Zeit nehmen seine eigenen Antworten zu finden. Nicht was die Mehrheit der Menschen um uns herum denkt, ist automatisch richtig.