

Vom Schreien, Stillen, Tragen und anderen Elternsorgen

Wer kennt sie nicht: Die gut gemeinten Tipps aus Großmutter's Schublade: „Schreien ist gut für die Lungen!“ „Schmier Honig auf den Schnuller, dann klappt das schon!“ Oder: „Das Kind muss alleine in seinem Bett liegen, sonst verwöhnst du es zu sehr!“ Gerade frisch gebackene Eltern sitzen oft zwischen den Stühlen und wissen nicht, ob sie auf die altbewährten Tipps oder doch lieber auf ihr Bauchgefühl hören sollten. Zum Glück hat sich mittlerweile fast überall das Bauchgefühl durchgesetzt (und die Forschung hat bestätigt, dass wir damit am besten fahren):

Es ist nicht möglich ein Kind im ersten Lebensjahr zu verwöhnen! Im Gegenteil. Ein Baby auf dessen Bedürfnisse unmittelbar und liebevoll eingegangen wird und dessen Verlangen nach Nähe gesättigt wurde, entwickelt sich zu einem selbstständigen, aufmerksamen und sozial hoch kompetenten Kind. Und zu den Bedürfnissen zählen nicht nur Essen, Schlafen und saubere Windeln bekommen sondern auch ganz viel Nähe, Haut- und Körperkontakt und Geborgenheit. Tragen und Stillen sind hierbei die wichtigsten Aspekte.

Über die Bedürfnisbefriedigung hinaus bieten das Stillen und das Tragen noch viele andere Vorteile: Das Stillen schützt das Kind vor Krankheiten, Allergien und senkt das Risiko vom plötzlichen Kindstod. Muttermilch ist sehr leicht verdaulich, enthält alles was ein Baby braucht insbesondere für die Gehirnentwicklung und verschafft der Mutter einen Hormoncocktail, der es ihr leichter macht auf das Kind einzugehen und gelassener zu sein. Zudem ist es ungemein praktisch: Die Mutter muss nachts nicht aufstehen um das Kind zu versorgen. Für unterwegs ist die passende Nahrung immer wohl temperiert dabei. Und die gute Nachricht: Es gibt nur sehr, sehr wenige Mütter, die nicht in der Lage sind ihr Kind zu stillen.

Tragen bietet neben Schulung der Intelligenz, dem Körperkontakt und dem Erlernen von Bewegung durch Bewegung auch therapeutische Vorteile: durch die Haltung des Kindes beim Tragen können Hüftschäden vermieden werden. Und auch das Tragen ist praktisch im Alltag; denn die Mutter hat beide Hände frei.

Das wichtigste allerdings ist: Kinder, die gestillt und getragen werden, weinen weniger! Damit ist es für die Eltern auch leichter einen entspannten Alltagsrhythmus zu finden und ihre Kinder zu genießen.

Johanna Otte

Weitere Infos und Vorteile über das Stillen und Tragen: www.babypraxis-otte.de

Veröffentlicht im Kontrastwerk 2013