



LANDSBERGER ELTERN-ABC

Informationen zum Kursblock 2 „ Das Kind ist da“

zusammengestellt von Referentin

Brigitte Wiermann

Dipl. Sozialpädagogin

(Katholische Schwangerenberatungsstelle des SKF)

Wie das Baby mit uns spricht

Neugeborene kommen mit einer eingeschränkten, aber erstaunlich vielseitigen Verhaltensausrüstung auf die Welt, die es ihnen ermöglicht, sich mit ihrer Umgebung auseinanderzusetzen und von Anfang an das Neue, das ihnen begegnet, aufzunehmen.

Sie können sich aber auch ebenso schützen oder abschotten, wenn ihnen etwas zuviel wird. Diese Fähigkeit ist ganz wichtig, wenn man bedenkt, wie viel Lärm, Geräusche, Licht und weitere Reize auf ein Neugeborenes einströmen.

Diese Fähigkeiten des Neugeborenen sind eng mit seiner körperlichen Entwicklung und Befindlichkeit verwoben. Daher äußert und verhält sich das Baby auch stark in „körperlicher Weise“. Seine Angeregtheit und sein Interesse an der Umwelt, seine Versuche, mit kleineren Störungen selbst zurechtzukommen oder seine Abwehr, wenn es eine Situation nicht mehr bewältigen kann, lassen sich an körperlichen Reaktionen oder am Verhalten des Babys ablesen (Abwenden des Kopfes, Verfärbung der Haut).

Schnellere Atmung, der Versuch, sich in eine andere körperliche Lage zu bringen, Saugen oder Nuckeln können Zeichen von Gestörtsein und dem gleichzeitigen Bemühen des Kindes sein, selbst mit der Situation zurechtzukommen. Manche Neugeborene versuchen auch, Händchen oder Füßchen zu „falten“, also übereinanderzulegen, um sich sozusagen an sich selbst festzuhalten und „sich zusammenzunehmen“. Besonders kompetente Neugeborene bewältigen kleine Belastungen sogar, indem sie einen Gegenstand ansehen, sich dadurch ablenken und so alle ihre Funktionen wieder unter Kontrolle und in die Balance bekommen.

Fühlen sich Babys aber überfordert, versuchen sie, die Störung abzuwehren oder sich ihr zu entziehen. Sie rudern zum Beispiel heftig mit Armen und Beinen und machen plötzliche, ausfahrende Bewegungen, weil ihnen die Kontrolle über ihren Körper entgleitet; sie überspannen und überstrecken sich, schreien oder schließen die Augen oder flüchten sich sogar in den Schlaf.

Feinzeichen der Zu- und Abwendung (nach Als/Brazelton)

Zuwendung	Abwendung
rosige Haut, gleichmäßige Atmung	marmorierte, rötliche oder blasse Hautfarbe, wechselnde Hautfarbe, unregelmäßige Atmung, Grimassieren, Zittern, Würgen, Spucken
weiche Bewegungsabläufe	starke Schläffheit oder starke Anspannung, unkontrollierte, fahrigere Bewegungen
stabile emotionale Balance/Stimmung, Veränderungen in der Umwelt werden abgefangen	brüchige emotionale Balance/Stimmung, (aufgerissene Augen, starrt durch, meckert, schreit)
offen, aktiv, interessiert	unzugänglich, nicht ansprechbar, zurückgezogen bzw. erregt/„überwach“

In solchen überfordernden Situationen ist das Neugeborene auf Unterstützung und Hilfe angewiesen. Oft genügt es schon, das Baby anzusprechen oder ihm die Hand auf den Bauch zu legen; eine etwas stärkere Hilfe ist es, ihm die Ärmchen in der Mitte des Körpers zusammenzufalten oder ihm die Füßchen mit der Handfläche zu stützen. Wenn das Kind stark verstört oder belastet ist, hilft es ihm, hochgenommen, in ein Tuch gewickelt und leicht geschaukelt zu werden. Ist das Kind aber so stark belastet, dass selbst zentrale physiologische Vitalfunktionen wie Atmung und Kreislauf betroffen sind, braucht es vorübergehend Ruhe und eine warme Decke.

Schon in den ersten Lebenstagen unterscheiden sich die Babys darin, wie sie mit ihrer neuen Umwelt zurechtkommen und wie sie ihre „mitgebrachten“ Fähigkeiten einsetzen.

Sie reagieren unterschiedlich schnell verärgert oder gestört und dies oft unabhängig von ihrer körperlichen Reife und Robustheit. Auch gelingt es ihnen unterschiedlich gut, mit solchen Irritationen fertig zu werden. Die Bandbreite individueller Unterschiede erstreckt sich in einem Extrem auf die Neugeborenen, die ihr gesamtes Repertoire an Möglichkeiten der Selbstregulation, angefangen von Nuckeln und Saugen, über Räkeln, Falten der Händchen bis zum Anschauen eines Gegenstandes, ausschöpfen; im anderen Extrem gibt es die Babys, die nur kleinste Ansätze zeigen, sich selbst zu beruhigen oder in der Balance zu halten. Wenn ein solches Kind zudem Hilfe nicht annehmen kann, wenn es sich zum Beispiel auch auf dem Arm oder mit Hilfe eines Schnullers nur schwer beruhigt oder sich sogar noch versteift, hat es sicher größere Anpassungsschwierigkeiten als ein Baby, das Hilfe gut annimmt.

Diese frühen Unterschiede in der Aufgeschlossenheit oder Abwehr gegenüber der Umwelt und in der Art der Auseinandersetzung mit Neuem setzen sich in den folgenden Lebensmonaten fort. Sie werden in den alltäglichen (Beziehungs-) Erfahrungen verstärkt oder abgeschwächt, modifiziert und verändert. Das Kind gestaltet dabei diesen Prozess seiner Persönlichkeitsentwicklung aktiv mit.

Bindung und Feinfühligkeit

Bindung beeinflusst unser Leben. Denn Entwicklung vollzieht sich in Beziehungen und wird in Beziehungen gestaltet. Die wichtigste Beziehung eines Babys ist die zu seinen Eltern.

Säuglinge und Kleinkinder sind in ihrer Entwicklung in besonderem Maße auf ihre Eltern angewiesen. Ohne sie können sie nicht überleben. Aber Eltern befriedigen nicht nur die körperlichen Bedürfnisse ihrer Kinder, sondern auch ihre Bedürfnisse nach Zuwendung, Aufmerksamkeit und emotionaler Sicherheit. Daher geht es nicht allein um die allgemeine körperliche und emotionale Bedürftigkeit des Säuglings und Kleinkindes. Es geht auch um eine persönliche und einzigartige Bindungsbeziehung zwischen Eltern und Kind.

Alle Kinder entwickeln im Verlauf der ersten beiden Lebensjahre eine intensive Gefühlsbindung (emotionale Bindung) an ihre Hauptbezugsperson(en), in der Regel an die Mutter und den Vater.

Beide, Babys und Erwachsene, sind dazu „von Natur aus“ ausgerüstet. Das menschliche Neugeborene kann zunächst nicht alleine überleben. Vermutlich deswegen hat die Natur Säuglinge im Verlauf der menschlichen Stammesgeschichte mit einer Verhaltensausrüstung versehen, mit der sie Erwachsene in ihre Nähe bringen und dort halten können.

Sie tun dies mit Verhaltensweisen wie Schreien, Lächeln und Hinterherkrabbeln. Bereits Neugeborene üben eine „unwiderstehliche“ Anziehungskraft auf uns Erwachsene aus. Unabhängig davon, ob sie verstört oder wach und angeregt sind, bringen sie uns dazu,

sich um sie zu kümmern. Jeder weiß, dass man sich dem Schreien oder Weinen eines Neugeborenen schwer entziehen kann. Noch mehr hingezogen fühlt man sich, wenn man von einem Neugeborenen angeschaut wird, und schmilzt schließlich dahin, wenn sich ein Neugeborenes in die Arme schmiegt und einkuschelt.

Diese Verhaltensweisen sind frühe Vorläufer der Bindungsbeziehung, die das Baby mit seinen Eltern entwickelt. Diese Entwicklung hängt wesentlich davon ab, dass Kind und Eltern Zeit miteinander verbringen und intensive Erfahrungen miteinander machen.

Bindung zeigt sich in der Regel in verunsichernden Situationen. Das sind gewöhnlich Situationen, die neu und unvertraut sind, oder in denen Mutter oder Vater nicht da sind. Das Bedürfnis nach Bindung ist angeboren und, wenn auch in unterschiedlicher Intensität, lebenslang vorhanden. Säuglinge und Kleinkinder, deren Bedürfnisse nach Zuwendung und emotionaler Sicherheit hinreichend befriedigt werden, entwickeln eine sichere Bindung. Sichere Bindung unterstützt eine positive soziale und emotionale Entwicklung.

Neben der Befriedigung des Bedürfnisses nach emotionaler Sicherheit aber ist die Befriedigung eines weiteren biologischen Grundbedürfnisses genauso wichtig für eine positive Entwicklung: Das Bedürfnis nach Erkundung, das Interesse an Neuem, an fremden Menschen, neuen Spielzeugen, neuen Situationen.

Dieses Interesse geht mit dem Gefühl einher, Verhalten oder Ereignisse selbst zu verursachen und kontrollieren zu können, also dem Gefühl unabhängig und selbstständig zu sein. Bereits bei Säuglingen lässt sich ihre Freude und Begeisterung an der eigenen Handlung beobachten.

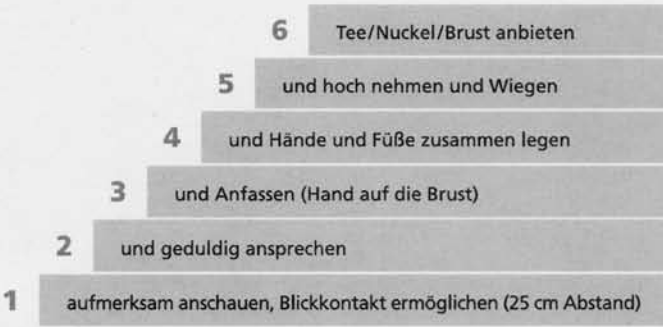
Diese zeigt sich etwa bei vier Monate alten Säuglingen, wenn sie wiederholt und unermüdlich die Figuren eines Mobiles bewegen, das in Greifhöhe über ihnen aufgehängt ist. Dies zeigt sich bei einjährigen Kindern, denen es erstmals gelingt, ein Nachziehspielzeug hinter sich herzuziehen. Sie sind stolz und begeistert, weil sie sich als der Verursacher dieser Handlung erleben.

Dabei ist das Interesse an Neuem dem Bedürfnis nach Bindung engengesetzt. Enge Bezugspersonen dienen dem Kleinkind als sichere Basis, als emotionale Quelle von Sicherheit, von der aus es Neues erkundet und zu der es zurückkehrt, um sich ihrer zu versichern und emotional „aufzutanken“. In einer vertrauten Situation und wenn es emotional ausgeglichen ist, erkundet ein Kind eher. In einer unvertrauten Situation überwiegt hingegen das Bedürfnis nach emotionaler Sicherheit. Das Kind sucht die Nähe und den Kontakt zur Mutter oder zum Vater. Bei Kleinkindern ist es körperliche Nähe. Bei älteren Kindern kommt zunehmend psychologische Nähe beziehungsweise Intimität hinzu. Sie zeigt sich symbolisch durch Sprache oder Verhalten.

Das Baby beruhigen

Die Fähigkeit des Babys sich selbst zu beruhigen und Hilfen durch die Eltern zur Beruhigung gehören zusammen. Die Methode des gestuften Tröstens gibt eine gute Orientierung zum Beobachten, wie viel Hilfe das Baby braucht und ob es (noch) alleine zurechtkommt. Zudem hilft sie den Eltern ihr Kind kennenzulernen.

Gestuftes Trösten nach Brazelton

- 
1. Blickkontakt ermöglichen
 2. Blickkontakt ermöglichen und das Kind ansprechen
 3. Blickkontakt ermöglichen und das Kind ansprechen und anfassen (z. B. Hand auf die Brust)
 4. Blickkontakt ermöglichen und das Kind ansprechen und anfassen (z. B. Hand auf die Brust) und Hände und Füße zusammenlegen
 5. Blickkontakt ermöglichen und das Kind ansprechen und anfassen (z. B. Hand auf die Brust) und Hände und Füße zusammenlegen und hochnehmen / wiegen
 6. Blickkontakt ermöglichen und das Kind ansprechen und anfassen (z. B. Hand auf die Brust) und Hände und Füße zusammenlegen und hochnehmen / wiegen und Nuckel, Flasche oder Brust anbieten

Probieren Sie jede Stufe mindestens eine Minute lang aus.

Achtung!

Lassen Sie das Baby nicht aus Erschöpfung alleine in der Wohnung!

Wenn Trösten nicht hilft – eine kurze Pause machen:

- Lassen Sie das Baby für 2-3 Minuten alleine und schöpfen Sie neue Kraft bzw. holen Sie Unterstützung.
- Manchmal schläft das Baby in dieser kurzen Zeit auch alleine ein.
- Überprüfen Sie, ob das Baby Schmerzen hat! Wenn Sie unsicher sind, suchen Sie einen Kinderarzt auf.
- Wenn es für Sie keinen erkennbaren Grund gibt und das Baby dennoch Trost meist nicht annehmen kann, sollten Sie eine Schreiberatung aufsuchen!