

Wissen

● Säuglinge – kompetent und bedürftig

Einzigartiges Lebewesen. Erste Entwicklungsschritte. Sicherheit und Anregung. Wie teilt sich ein Säugling mit? Feinfühlig Eltern. Eltern werden.

Einzigartiges Lebewesen

Jedes Kind bringt ein eigenes Temperament und eigene körperliche Anlagen mit auf die Welt – in dieser speziellen Kombination einzigartig. Wenn Eltern mehrere Kinder bekommen, erleben sie, wie unterschiedlich ihre Kinder bereits vom ersten Lebenstag an sind. Im Austausch mit der Umwelt formt sich die Persönlichkeit immer weiter heraus. Kinder brauchen für ihre Entwicklung die Anerkennung ihrer Einzigartigkeit. Es ist wichtig, dass sie Raum bekommen, ihren individuellen Entwicklungsweg im eigenen Tempo gehen zu können. Starre Regeln und Vorgaben, ständige Vergleiche, Entwertungen und ein übermässiger Druck sich anzupassen, verstören ein Kind, machen es unsicher und verhindern seine gute Entwicklung.

Erste Entwicklungsschritte

Kinder entwickeln sich rasch und haben dabei ständig neue Aufgaben zu bewältigen, je nach Lebensalter und bereits Gelerntem. Dies fängt schon vor der Geburt an. Zum Beispiel werden während der Schwangerschaft neben dem körperlichen und organischen Wachstum auch das Gehör und der Geschmacksinn geschärft. Nach der Geburt ist es eine wichtige Aufgabe der ersten Lebensstage, zu lernen aktiv Nahrung aufzunehmen, sie bei sich zu behalten und die Ausscheidung zu vollziehen. Von Anfang an geht es auch darum, einen Rhythmus zwischen Wachzuständen und Schlaf zu finden. Nur im aktiv wachen Zustand kann das Baby üben, seine Sinne einzusetzen. Für die Bewältigung der Übergänge vom Wachsein zum Schlafen ist die Unterstützung der Erwachsenen gefordert. Mit den ersten gezielten Bewegungen nach einigen Lebenswochen verbessern sich für das Kind die eigenen Beschäftigungsmöglichkeiten. Nun lernt es bei Unwohlsein auch immer bessere Wege, sich selbst zu helfen oder sich selbst zu trösten – eine wichtige Fähigkeit, die auch Erwachsene noch weiter ausbilden. Vom ersten Tag an (und schon vorher im mütterlichen Bauch) beginnt ein Kind, eine Beziehung zu den ihm nahen Personen aufzubauen. Bereits nach 5 bis 6 Tagen kann es den Geruch seiner Mutter erkennen. Ihr Gesicht erkundet ein Säugling interessiert und nach wenigen Wochen zeigt es mit einem Lächeln, dass es das vertraute Gesicht erkennt. In den folgenden Lebensmonaten werden die Beziehung und die Bindung an nahe Bezugspersonen immer enger und im Alter von etwa 8 Monaten reagiert das Kind mit Irritation auf fremde Personen. Laute formulieren, sitzen, krabbeln, feste Nahrung zu sich nehmen oder eine Nacht durchschlafen sind eine Auswahl weiterer Entwicklungsschritte, die in den ersten Lebensmonaten erfolgen.

Sicherheit und Anregung

Gesundes Aufwachsen pendelt im Spannungsfeld zwischen Sicherheit und Anregung. Das Sicherheitsgefühl dient als notwendige Lebensgrundlage für alle neuen Erfahrungen. Es wächst durch die liebevolle Zuwendung der Betreuungspersonen in entspannten und schwierigen Situationen. Wenn ein Kind merkt, dass seine Bedürfnisse erkannt werden und es verlässlich Unterstützung erhält, kann es dem Verlangen nach Anregung nachgehen. Schon Neugeborene lassen sich, wenn sie sich gehalten und bequem fühlen, gerne auf Erkundungen ihrer Umgebung ein. Oft ist ein rasches Pendeln zwischen dem Bedürfnis nach Sicherheit und demjenigen nach Anregung und Erkundung feststellbar. Ein sechsmonatiges Baby, das

Fortsetzung nächste Seite »

konzentriert eine Rassel erforscht und kaum davon abzulenken ist, schaut zuweilen plötzlich auf und sucht den Blickkontakt zu seiner Mutter. Ihr freundlicher Ausdruck ermutigt es, weiterzuspielen. Sieht das Baby die Mutter nicht, fängt es an zu weinen. Sobald die Mutter kommt, beruhigt es sich schnell und wendet sich wieder konzentriert der Rassel zu.

Wie teilt ein Säugling sich mit?

Von Anfang an zeigt ein Baby, ob es zufrieden ist und es ihm gut geht. Es hat dann einen entspannten Gesichtsausdruck, eine rosige Hautfarbe, bewegt sich locker und atmet gleichmässig. Wenn Babys sich unwohl fühlen, Schmerzen haben, müde, gelangweilt oder überfordert sind, dann äussern sie dies ebenfalls von Anbeginn ihres Lebens. Sie schlucken, würgen oder schreien, werden steif, strampeln und bewegen sich ruckartig. Ihre Atmung wird unregelmässig, die Hautfarbe auffällig. Auch Neugeborene können also nicht nur Unangenehmes erkennen und Unwille verspüren, sondern dies auch ganz klar mitteilen. Je älter Babys werden, desto vielfältiger kommunizieren sie mit ihrer Umgebung. Sie modulieren ihre Stimme, machen Laute, die klar als Forderung, Weigerung oder als Freude erkennbar sind und entwickeln vielfältige Ausdrucksformen in Mimik und Körperhaltung. Etwa zu Anfang des zweiten Lebensjahres kommt die Sprache dazu – «nein» ist oft eines der ersten Worte im Wortschatz eines Kindes.

Feinfühligke Eltern

Neugeborene Kinder sind in vielem abhängig von ihren Betreuungspersonen. Für ihre gesunde Entwicklung sind sie existenziell darauf angewiesen, dass nicht nur für ihr leibliches Wohl gesorgt wird, sondern auch, dass die Betreuungspersonen feinfühlig mit ihnen umgehen. Intuitiv bringen Eltern vieles mit, was es dafür braucht: Zum Beispiel lassen sie ihre Stimme sanfter werden, gehen in einen passenden Sichtabstand für das Kind und wiederholen Worte rhythmisch. Feinfühligkeit muss zum Teil aber auch erarbeitet werden. Dabei geht es darum, die Signale des Säuglings erstens mitzubekommen, sie zweitens richtig zu verstehen und drittens passend darauf einzugehen. Meist gelingt es Eltern nach einiger Zeit, die Bedürfnisse ihres Kind in verschiedenen Situationen zu erkennen und darauf zu reagieren. Wenn also ein Säugling weint, kann eine Mutter oder ein Vater nach einigen Wochen gut erkennen, ob das Kind erschöpft oder gelangweilt ist. Feinfühligke Eltern schaffen als Antwort darauf entweder eine beruhigende oder eine anregende Umgebung. Der Umgang mit Säuglingen wird deutlich entspannter, wenn ihre Signale gut erkannt und prompt beantwortet werden. Befürchtungen, dass das kleine Kind dabei verwöhnt würde, muss man nicht haben. Im Gegenteil wird mit einem fürsorglichen, feinfühligem Verhalten im ersten Lebensalter der Grundstein dafür gelegt, dass das Kind sich später selbst beruhigen und beschäftigen kann.

Eltern werden...

Wie wird man von einem Liebespaar zu Vater und Mutter – wie wird man Eltern? Der Prozess beginnt bereits während der Schwangerschaft und geschieht meist nicht reibungslos. Gilt es doch, in die neuen Rollen der Elternschaft hineinzuwachsen. Verantwortlichkeiten und Betreuungszeiten müssen verteilt, verschiedene Vorstellungen bezüglich Familie und Kindererziehung geklärt werden. werdende Eltern erleben eine grosse Umwälzung in ihrem Leben, man spricht von einem Übergang oder von einem Lebensereignis. Wenn das Kind da ist, sind frischgebackene Eltern anfänglich oft unsicher. Der Umgang mit einem kleinen Kind konnte in der Schule nicht erlernt werden und vorherige (Modell-) Erfahrungen reichen vielfach nicht aus. Die starke Belastung dadurch, ständig für das Kind präsent sein zu müssen, wie auch Schlafmangel führen nicht selten zu Überforderungsgefühlen der Eltern. Hilfreich ist es, wenn die Umgebung – Grosseltern oder Geschwister, Nachbarn und Freunde – die «jungen» Eltern mit Rat und Tat unterstützt. Konkrete Hütedienste bieten eine manchmal sehr notwendige Entlastung und Gespräche können helfen, die neuen Erlebnisse als Vater und Mutter einzuord-

Fortsetzung nächste Seite »

nen. Manchmal fehlt Eltern eine ausreichende Unterstützung ihrer Umgebung. Dann ist es wichtig und gut, professionelle Hilfe wie zum Beispiel den Kinderarzt, die Mütter- und Väterberatung oder eine Säuglingssprechstunde aufzusuchen. Werden diese Hilfen frühzeitig in Anspruch genommen, führt dies oft schnell zur Entlastung von Eltern und Kind.

weiterführende Literatur:

- Bürgin, Dieter (Hrsg.) (1998). *Triangulierung. Der Übergang zur Elternschaft*. Stuttgart: Schlattauer.
- Elternbildung CH (2010). *Stark durch Beziehung*. Broschüre unter www.elternbildung.ch
- Juul, J. (2000). *Dein kompetentes Kind*. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt.
- Largo, R. *Babyjahre (2007). Entwicklung und Erziehung in den ersten vier Jahren*. München: Piper.
- Papousek, M., Schieche, M., Wurmser, H. (2004). *Regulationsstörungen der frühen Kindheit*. Bern: Huber.
- Steinhardt (Hrsg.) (2002). *Die Bedeutung des Vaters in der frühen Kindheit*. Giessen: Psychosozial-Verlag.
- Zeitschrift «undKinder» Nr. 83. *Säuglinge – kompetent und bedürftig*. Zürich: MMI, 2009.
- Ziegenhain, Fries, Bütow, Derksen (2004). *Entwicklungspsychologische Beratung für junge Eltern*. Weinheim und München: Juventa.