

... genau bestätigt wurde, was ich in meinen Sitzungen mit ihm erlebte. Davon möchte ich hier berichten. Es ist ein Buch auf der Grundlage von archäologischen Untersuchungen mit dem Titel: Prehistory of Sex (Urgeschichte der Sexualität) von Timothy Taylor, veröffentlicht bei Bantam Books, 1997. Der betreffende Abschnitt ist der auf den Seiten 189-191.

Taylor stellt fest, dass in Jäger- und Sammler- Gesellschaften die Kinder bis in das Alter von etwa fünf bis sechs Jahren gestillt werden. Von dieser, sozusagen bedingungslosen Liebe, die mit dem Stillen verbunden ist, profitieren diese Kinder enorm. Sie lernen Vertrauen, Sicherheit und Zugehörigkeit. Besonders weist der Autor darauf hin, dass, weit davon entfernt in Anhängigkeit zu verfallen, diese Kinder eine ganz besonders ausgeprägte Selbständigkeit aufweisen, da sie nämlich ein starkes Selbstwertgefühl besitzen.

Er argumentiert weiter, dass dagegen in kriegerischen Gesellschaften sehr oft genau das Gegenteil passiert. Dort wird dem Kind die Muttermilch eher verweigert, und das Abstillen erfolgt viel früher. Dadurch wird das Baby in unverarbeitetem Schmerz, Wut und Zorn belassen, den es selbst weder verstehen noch ausdrücken kann. Im späteren Leben kommt das dann in der Form von aggressiven und gewaltbereiten Tendenzen gegen andere Personen und Gruppen zum Ausdruck. Auf diese Weise entstehen kriegerische Gesellschaften. (Auch die Schweizer Psychologin Alice Miller beschreibt dieses Phänomen in ihren Büchern.)

Zur Zeit wird von Ärzten und Erziehern ein pädagogisches Modell propagiert, das sich "kontrolliertes Schreien" nennt. (Auch in einer hiesigen Zeitschrift über Kinderbetreuung war kürzlich ein solcher Artikel zu lesen.) Mittels dieser Methode sollen nun die Eltern ihre Kinder, unabhängig machen. Timothy Taylor hat indessen eine ganz andere Vorstellung von den tatsächlichen Folgen dieser Methode für die Babys.

Nach seinen Worten muss, damit das Abstillen überhaupt funktioniert, das Kind alleine schlafen gelegt und sein Schreien ignoriert werden. Bei der "kontrolliertes Schreien" genannten Methode lässt man nun das Kind jede Nacht ein klein wenig länger schreien, bevor die Eltern auf sein Bedürfnis nach Nahrung und Zuwendung eingehen. Im Ergebnis dessen ist dann das Kind irgendwann ganz ruhig. (Der Moment, an dem natürlich alle hoch erfreut sind in der Annahme, dass dem Kind jetzt bessere Gewohnheiten, antrainiert' wurden.)

Dagegen wendet nun Timothy Taylor ein, dass in Wirklichkeit jetzt ein elementarer Instinkt zum Tragen kam, der auch bei den meisten Säugetieren und Vögeln beobachtet werden kann. Das Baby fühlt intuitiv "Wenn ich hier meine Not signalisiere und niemand kommt, dann bin ich also verlassen worden. Um jetzt nicht zu sterben, muss ich Energie sparen. Schreien kostet mich aber Energie. Also muss ich, um zu überleben, mit dem Schreien aufhören und still sein". Um also mit dem Schreien auf zu hören, muss das Baby sich mit dem Gedanken abgefunden haben, dass es verlassen worden ist.

Daraus ergeben sich aber ernste Konsequenzen. Unter Bezugnahme auf Martin Seligman's Theorie der "erlernten Hilflosigkeit" argumentiert Taylor, dass, wenn ein Kind schreit, aber dem keine Beachtung geschenkt und auf seine dringenden Bedürfnisse nicht eingegangen wird, dass es dann anfängt, sich aus der Realität zurück zu ziehen. Sein Gefühl ist: "Egal, wie sehr ich schreie, es ändert ja doch nichts, es kommt keine Hilfe. Warum also weiter machen? Es ist ja sowieso zwecklos." Das aber kann das Kind nicht verarbeiten und um das zu überleben, verdrängt es diese

Erkenntnis ins Unterbewusstsein und sucht dann die Empfindungslosigkeit des Schlafs.

Die Erfahrung des vergeblichen Versuchs, auf die Umgebung einwirken und die Bezugsperson herholen zu können, führt dann zu dem, was als "erlernte Hilflosigkeit" bezeichnet wird. Sehr früh hat das Kind jetzt gelernt, dass der Versuch, seine Bedürfnisse befriedigt zu bekommen und sich irgendwie Gehör zu verschaffen, zum Scheitern verurteilt ist. Das Tragische dabei ist, dass diese erlernte Hilflosigkeit eine Frühform von lebenslanger Depression darstellt. Wie vielen Eltern ist wohl bewusst, dass ihre braven und wohlerzogenen Babys schon Gefahr laufen, depressiv zu werden und es wohl auch später im Leben bleiben werden, es sei denn dies wird in langjähriger und kostspieliger Therapie bearbeitet? Und selbst dann ist einer Depression, die aus früh erlernter Hilflosigkeit herrührt, nur schwer bei zu kommen. Deswegen ist dringend geboten, jetzt endlich diese Situation zu verbessern.

Dr. Nils Bergman, Kapstadt, präsentierte bei der internationalen Konferenz zu ['Kangaroo Mother Care'](#) (etwa: ‚Kangaroo-Methode der Säuglingspflege‘) einen Artikel, in dem er Studien von Lozoff et al (1977) zitiert. Diese hatten die Art der Kindererziehung bei Jäger- und Sammler- Völkern untersucht. Danach " . . . ist allen diesen Gruppen gemeinsam, dass die Neugeborenen ständig getragen werden. Sie schlafen bei ihren Müttern, auf ihr Schreien wird umgehend reagiert, das Fütterungsintervall beträgt ein bis zwei Stunden und gestillt wird mindestens zwei Jahre lang." Weiter rief er alle Eltern auf, es bei ihren eigenen Kindern genau so zu machen.

Tragisch, aber für die meisten von uns kommt diese Information zu spät. Was mich persönlich so traurig stimmt ist folgendes. Obwohl meine Mutter an sich nicht sehr warmherzig war, so war sie doch sehr gewissenhaft: Wäre nun damals in den Büchern über Kindererziehung gestanden, dass sie mich nach der Geburt im Arm halten und trösten, mich aufnehmen und direkt am Körper tragen sollte, dass sie mich bei ihr schlafen lassen und mich dann, wenn ich hungrig sei, füttern sollte anstatt mich jede Nacht acht Stunden lang hungern zu lassen, dann hätte sie das auch genau so gemacht. Ich gehe davon aus, dass dann auch in meinen weiteren Leben einiges anders gelaufen wäre.

Statt dessen war ihr vom Arzt gesagt worden, sie solle mich nicht zu oft aufnehmen und mich unter gar keinen Umständen zwischen 22:00 Uhr und 06:00 Uhr füttern, weil da meine Verdauung Ruhe bräuchte. (Einige meiner tiefsten und schmerzlichsten Baby- Primals drehten sich dann um genau dieses entsetzliche, allnächtliche Martyrium von Hunger- und Verlassenheitsgefühlen.) Und weil sie nun einmal eine gewissenhafte Mutter war, hielt sie sich an diese ärztlichen Anweisungen peinlich genau.

Und doch ließen sie meine Schreie nicht unberührt und als sie den Arzt anrief um ihn zu fragen "So kann ich mein Kind doch nicht schreien lassen, was kann ich tun?" war seine Antwort: " Machen Sie was sie für richtig halten, aber füttern sie es auf keinen Fall vor sechs Uhr früh, weil das seinem Magen nicht gut tut". Also trug sie mich jeden Morgen ab etwa vier Uhr durchs Haus, während ich schrie, gab mir dabei aber nie zu Essen. Wie sie mir später sagte, war sie dabei ziemlich verzweifelt. Mir selbst ging es damals nicht anders.

So deutlich, wie ich nur konnte, hatte ich mitgeteilt, dass ich Hunger hatte und Schmerz empfand. Aber anscheinend konnte ich ihr mit nichts klar machen, was ich brauchte. Was später dann zu meiner Angst führte, dass, egal wie eindeutig ich mich auszudrücken versuche, ich doch nie richtig verstanden werde. Von da rührt auch meine große Unsicherheit in Bezug auf Essen bzw. auch meine

Furcht, es könnte nicht genug davon im Haus sein. Und zudem führte es dazu, mich selbst für schlecht zu halten und unwert, irgend etwas zu bekommen (nicht einmal zu Essen, wenn ich Hunger habe) weil ich natürlich die Gereiztheit und ihren Ärger darüber spüren konnte, jeden Morgen so früh aus dem Bett geholt zu werden.

Entsprechend hatte ich mein Leben lang mit geringem Selbstwertempfinden und mit dem Gefühl des Unwerts zu kämpfen, konnte ich auch nicht selbstbewusst auftreten, hatte aber Hilflosigkeit erlernt und war depressiv. Was mich ja dann auch dazu brachte, mich über viele Jahre mittels Psychotherapie von meiner Kindheit zu erholen.

Das meiste davon wäre vermeidbar gewesen, wenn dieser Arzt meiner Mutter geraten hätte, einfach ihrem mütterlichen Instinkt zu folgen und auf das zu hören, was ihr Baby ihr versuchen würde mit zu teilen. Aber genau das tat er nicht und wer den Preis dafür zahlen musste, war ich. Nun können wir zwar leider die Vergangenheit nicht ungeschehen machen, was wir aber können, ist, alles zu tun, was in unserer Macht steht um heutigen Eltern dieses Wissen zugänglich zu machen. Sie müssen geradezu wieder-erinnert werden, wie Kinder aufgezogen werden sollten und man muss sie darin bestärken, ihren natürlichen mütterlichen Instinkten zu folgen. Damit die Kinder von heute glücklicher und gesünder aufwachsen, als wir selbst - wodurch auch die Welt hoffentlich ein klein wenig vernünftiger wird.

Eltern können sich auch aus dem Internet Unterstützung holen. Zwei gute Seiten, die ich empfehlen möchte sind, allerdings beide auf Englisch: "The Natural Child Project" und "The Attachment Parenting Website". Ich möchte sie allen nahe legen, die entweder schon ein Baby haben oder planen, in nächster Zeit eines zu bekommen. Dort wird "attachment parenting" empfohlen, zu Deutsch etwa "bindungsorientierte Elternschaft", also enger, liebevoller Körperkontakt zur Mutter bzw. zum Vater während der ersten Lebensmonate, Nahrungsreichung jeweils dann, wenn das Baby Hunger hat und nächtliches Schlafen nah bei den warmen Körpern der Eltern. Bleibt zu hoffen, dass diese fürsorglich- liebevolle Art, sich um die Kinder zu kümmern, die Normalform zukünftiger Elternschaft werden wird. Wenn nicht, wären das trübe Zukunftsaussichten.

Dr. Nils Bergman schließt seinen Artikel über das ‚Kangaroo Mother Care‘ mit den Worten:

". . . es ist ein Gebot der allgemeinen Gesundheit. Es ist zwar eine Erfindung aus der Vergangenheit aber unsere Zukunft hängt davon ab."

Empfohlene Bücher:

- The Continuum Concept by Jean Liedloff
(dt.: Auf der Suche nach dem verlorenen Glück)
- Magical Child by Joseph Chilton Pearce
(dt.: Die magische Welt des Kindes)