

Evelin Kirkilionis

Der Bestseller
komplett
überarbeitet
und aktualisiert

Ein Baby will getragen sein



❖ Alles über geeignete Tragehilfen
und die Vorteile des Tragens



KÖSEL

Evelin Kirkilionis

Der Bestseller
komplett
überarbeitet
und aktualisiert

Ein Baby will getragen sein



→ Alles über geeignete Tragehilfen
und die Vorteile des Tragens



KÖSEL

Evelin Kirkilionis

Ein Baby will getragen sein

Alles über geeignete
Tragehilfen
und die Vorteile des Tragens

Mit Fotografien von Susanne Krauss



KÖSEL

Hinweis

Alle Hinweise, Empfehlungen und Bindeanleitungen in diesem Buch sind von der Autorin sorgfältig geprüft worden. Sie beruhen auf langjähriger Erfahrung sowie umfangreichen Forschungen und haben sich in der Praxis bewährt. Die Umsetzung geschieht in eigener Verantwortung der Leser. Eine Haftung vonseiten der Autorin oder des Verlags wird hiermit ausdrücklich ausgeschlossen.

Bei dem vorliegenden Buch handelt es sich um eine komplette Überarbeitung des erstmals 1999 im Kösel-Verlag erschienenen Werks von Evelin Kirkilionis.

Copyright © 2013 Kösel-Verlag, München, in der
Verlagsgruppe Random House GmbH

Umschlag: Fuchs_design, München

Umschlagmotive: Susanne Krauss, München

Illustrationen: Mascha Greune, München

Lektorat: Katrin Fischotter

Layout, Satz & Herstellung: Karin Fercher, Alling

ISBN 978-3-641-10664-5

www.koesel.de

Inhalt

Einführung

- 1 Tragen: Warum, weshalb und wieso eigentlich? Die Hintergründe

Nähe und Geborgenheit

Das Bedürfnis nach Nähe versus die Angst vor dem verwöhnten Kind

Infobox: Das intuitive Elternprogramm

Der Tragling – ein Schnellkursus

Infobox: Traditionale Kulturen – ein Fenster in die Vergangenheit

Infobox: Die Jungentypen: Nesthocker, Nestflüchter und Traglinge

Der menschliche Säugling, ein ganz besonderer Typ

Der Tragling – und seine spezielle Geschichte

Infobox: **Australopithecus** aktuell: Klein-Lucy ging bereits aufrecht

Die angeborenen Verhaltensweisen des heutigen Menschenjungen

Die besondere Physiologie und Anatomie im Säuglingsalter – die Wirbelsäule

Infobox: Die kindliche Wirbelsäule – leicht gerundet

Die besondere Physiologie und Anatomie im Säuglingsalter – das Becken und die Hüftgelenke

Infobox: Abduktions- und Adduktionswinkel – die gängigen Angaben in der Medizin

Hüftdysplasie und Tragen

Grundlegendes zum Thema Dysplasie

Infobox: Die sogenannte angeborene Hüftdysplasie im Säuglingsalter

Von guten und schlechten Traditionen – ein kleiner Kulturvergleich

Tragen – ein Plädoyer für eine kindgerechte Prophylaxe gegen Hüftdysplasie

Rund ums Tragen: Märchen, Mythen und konkrete Fakten

Das Märchen von den Wirbelsäulenschäden

Dichtung und Wahrheit – die Sauerstoffversorgung im Tragetuch

Ein »leidiges« Thema – der menschliche Säugling: Nesthocker oder Tragling?

Eine kindgerechte, natürliche »Frühförderung«

Tragen: Wahrnehmen der Eltern mit fast allen Sinnen

Infobox: Das proprio-vestibuläre Sinnessystem – allgegenwärtig und doch kaum beachtet

Der Hautkontakt – Nahrung für Leib und Seele

Unbeachtet, aber grundlegend: Die Bewegungs- und Gleichgewichtswahrnehmung

Das Wechselspiel der Sinne: Das Zauberwort »Integration«

Tragen – »Frühförderung spezial«

Die Bedeutung der Eltern-Kind-Bindung

Tragen – ein Grundstein für eine gelungene Entwicklung

Mit doppeltem Boden: Der Start der Bindungsbeziehung

Erfahrung sammeln außerhalb der eigenen Möglichkeiten

Nähe und Distanz - die Selbstständigkeitsentwicklung

Tragen spezial: Besondere Situationen und Kinder

Frühchen - Urlaub vom Inkubator

Spezielle Kinder - kein leichter Start ins Leben

Wenn etwas schief läuft mit den Kleinen - Babys mit Asymmetrien

Bitte keine Ideologie!

2 Tragen: Ab wann, wie und worin? Die Tragepraxis

Die große Frage: Welche Trage?

Tragen ist nicht gleich Tragen

Infobox: Wie lange und ab wann?

Das A und O beim aufrechten Tragen Ihres Babys: Die richtige Haltung

Kleine Entscheidungshilfe

Tragesäcke, -beutel oder Komforttragen

Worauf Eltern beim Kauf achten sollten

Tragen im Tragetuch

Aller Anfang ist schwer

Was das Leben erleichtert

Die Qualität von Tragetüchern

Infobox: Wodurch sich gute Tragetücher auszeichnen

Nachtrag: Elastische Tragetücher für die Kleinen

Verschiedene Bindetechniken

Allgemeingültiges für die verschiedenen Techniken

Die klassische »Wickel-Kreuztrage«

Die »Känguru-Trage«

Infobox: Füßchen rein oder Füßchen raus?

Die klassische »Kreuztrage«

Infobox: Die Rundrückenhaltung

Der klassische »seitliche Hüftsitz«

Die »Hüftschlinge«

Die »Rucksacktrage«

Die »Wiege-Trageweise«

»Tuchtragen« wie Ringslings, Mei Tais, Ombuhimos ...

Ringslings

Pouches

Mei Tais

Ombuhimos

Sonstige

Infobox: Kritische Produktdesigns

Tragen verkehrt - in »Fahrtrichtung«



Anhang

Dank

Zur Fotoauswahl

Anmerkungen

Register

Bildnachweis

Einführung



Ein Baby eingepackt in ein Tragetuch oder in einer mit Schnallen oder Bändern versehenen Tragehilfe, das ist heute schon fast ein gewohnter Anblick. Die Vorteile dieser Art des »Kindertransports« sind unbestreitbar.

Schwungvoll treppauf, treppab, ungebremste Spaziergänge über Stock und Stein, locker durch das Marktgewühl ohne dieses ewige »Tschuldigung, darf ich mal durch?«, begleitet von *diesen* Blicken, wenn der Buggy in Stop-and-go-Manier durch die Menge pflügt. Weder fühlt man sich als Hindernis beim Einstieg in den Bus, noch verkeilen sich die Räder auf der überfüllten »Kinderwagenplattform« der Straßenbahn in denen anderer Wägen. Viele kleinere oder größere Alltagsprobleme sind leichter zu meistern. Die Kleinen tragen, für manche Mütter stellte sich das als wahre Überlebensstrategie heraus, um die täglichen Anforderungen halbwegs in den Griff zu bekommen. Schließlich ist die Babybetreuung nicht alles, was in einem Familienalltag zu bewältigen ist, obwohl das für eine einzelne Person oft ja schon ein Fulltimejob ist.

Und zusätzlich das Gefühl der wohligen Nähe – für beide Seiten. Seinen Nachwuchs so eng am Körper zu tragen, das bedeutet seine Wärme und jede seiner Bewegungen wahrzunehmen, aber auch sein momentanes Befinden ganz direkt zu erspüren. Und das Kleine fühlt sich wohl, so nahe an seiner »Sicherheitsbasis«. Kein Muckser, sobald es die

Stufen hinunter an die frische Luft geht, höchstens dieses genüssliche Grunzen, das wie »Na endlich« klingt, kurz bevor es friedlich einschlummert.

Sicher, Körperkontakt und Nähe sind wichtig für einen Säugling, aber dieses ganze Brimborium um Geborgenheit und Nähe, sind das nicht etwas übertriebene Schwärmereien? Schließlich sind seit Jahrzehnten Kinder auch im Kinderwagen groß geworden und ganz ordentlich geraten – oder? Auch wenn die Hebamme so betonte, wie wichtig Körperkontakt ist und geradezu schwärmte von dieser Bindetechnik, bei der das Kleine vorn eng angeschmiegt sitzt. Diese Menge Stoff so kreuz und quer à la Sarong für kühle Breitengrade, sieht doch etwas knifflig aus. Eine kompakte Trage wäre vielleicht eher etwas, aber da gibt's ja die unterschiedlichsten Kommentare. Und dann gleich von Anfang an aufrecht – ist das überhaupt gut? Vielleicht doch vorläufig besser erst diese Liege-Bindetechnik mit so einem Stoffungetüm – wie geht die eigentlich richtig? Und ab wann kann ich denn mein Baby nun so oder so tragen, ohne etwas falsch zu machen?

Widerstreitende Gefühle und Kommentare, Fragen über Fragen – wie, ab wann und warum eigentlich – begleiten das Thema »Tragen von Babys«, seit diese Methode Einzug in die »moderne Kinderbetreuung« gehalten hat. Auch wenn inzwischen das Tragen den Flair des alternativen Gegenprogramms zum konventionellen Kinderwagenschieben abgelegt hat und auch wenn Tragetücher sowie diverse Tragehilfen heute in fast jedem Baby-Ausstattungsgeschäft angeboten werden: Diese wiederentdeckte – auch in unserem Kulturkreis eigentlich uralte – Methode der Kinderbetreuung und des Kindertransportes ist noch immer nicht unumstritten. Es sind nahezu die gleichen Bedenken wie vor 20 Jahren, die tragewillige Eltern auch heute fortwährend beunruhigen oder gar davon abhalten. Die Fragen, ob die Sauerstoffversorgung des Kleinen wirklich ausreicht und

ob die Wirbelsäule vielleicht nicht zu stark belastet wird, haben schon geradezu Tradition. Großeltern warten mit Verwöhnargumenten auf, die Skepsis mancher Kinderärzte und Physiotherapeuten ist ungebrochen. Die Frage völlig fremder Leute, zu welcher Glaubensgemeinschaft man gehöre, mag ja noch amüsieren, auch der Geldschein, der verschämt mit dem Kommentar »für das Kind« ins Tragetuch geschoben wird.¹ Wohl kaum aber eine aggressive Frage wie: »Wissen Sie eigentlich, was Sie Ihrem Kind da antun!?!«



Natürlich erhalten Eltern auch positive Resonanz. Doch selbst wenn das Tragen von Säuglingen den Touch des Exotischen abgelegt hat und immer mehr junge Mütter mit dieser Art der Betreuung liebäugeln, so bestimmen zunächst erst einmal Vorbehalte das Thema. Gegen derartige Verunsicherungen hilft nur fundiertes Hintergrundwissen. Auch wenn praktische Tipps zum Tragen wichtig sind, sie stehen nicht im Mittelpunkt dieses Buches, obwohl sie einen großen Teil der Seiten beanspruchen. Schließlich gibt es inzwischen fast überall kompetente Beratung rund um Bindetechniken und

Tragemöglichkeiten, es werden Tragekurse und Beratungen von Hebammen, ausgebildeten Beraterinnen, kompetenten Tragetuchexpertinnen oder ganzen Trageschulen angeboten. Zum Teil bieten Tuchhersteller selbst Kurse an und üblicherweise werden bebilderte Beschreibungen für die verschiedenen Bindetechniken mit jedem Produkt mitgeliefert oder können im Internet abgerufen werden. Man kann sich tagelang durch Hunderte von Webseiten wühlen und sich anhand von mehr oder weniger professionell eingestellten Videos verschiedene Bindeweisen vorführen lassen. Die Experimentierfreude der Tragebegeisterten brachte eine Flut von variierenden Tragemöglichkeiten – leider auch ungeeignete Versionen –, die, sollten sie alle erwähnt werden, den Rahmen dieses Buches sprengen würden. Dennoch sollen zumindest die grundlegenden Bindeweisen vorgestellt und vor allem die kritischen Punkte hervorgehoben werden, um so direkt oder indirekt Ihre Aufmerksamkeit auf bedenkliche bis untaugliche Tragemethoden zu lenken, damit Fehler vermieden und auch ungeeignete Tragen aussortiert werden können.



Ein besonderes Anliegen dieses Buches ist es auch, über das Thema Babytransport Ihr Verständnis für die grundlegenden kindlichen Bedürfnisse zu wecken, die in unserer Stammesgeschichte begründet sind.

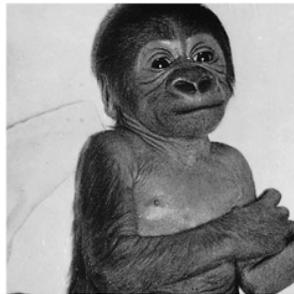
Ich werde Sie also ein klein wenig in die Gedankenwelt der Evolution einführen und auch anatomische Besonderheiten von biologischer und medizinischer Seite her beleuchten. Hier werden Sie ebenfalls Argumentationshilfen für sich und andere finden und feststellen, wie zeitgemäß und – hoffentlich – interessant Stammesgeschichte und sogar trockene Anatomie sein können. Denn beides ist der Hintergrund für das Verständnis der Grundbedürfnisse und Verhaltensweisen eines Säuglings. Dieses Verständnis, das viele Eltern unbewusst oder intuitiv besitzen, spielt eine gewichtige Rolle für eine gelungene emotionale Beziehung zwischen den großen und kleinen Beteiligten. Für den Start in eine gute Eltern-Kind-Bindung sind zunächst vor allem die Eltern gefordert und ihr Feingespür für den anfangs noch eingeschränkten Handlungsrahmen eines Babys. Auch

wenn der Säugling heute den Ruf des hilflosen Reflexbündels abgelegt hat und seine Kompetenzen auch wissenschaftlich hinreichend unter Beweis stellen konnte, so wird er von Gegebenheiten oder Interaktionsangeboten, die nicht an seinen Entwicklungsstand angepasst sind, verunsichert oder überfordert. Hier sind die Eltern gefragt. Sie befriedigen nicht nur seine Bedürfnisse und helfen, seine innere Sicherheit aufzubauen, die so wichtig für den weiteren Verlauf seiner Entwicklung ist. Sondern sie sind es auch, die den Rahmen vorgeben, in dem ein Baby seine Fähigkeiten zur Geltung bringen und entfalten kann. Eltern sind also diejenigen, die zunächst für eine geeignete Umwelt sorgen müssen - und sie können dies üblicherweise auch. Aber leider verhindern die gegebenen Umstände dies so manches Mal und Eltern benötigen dann Hilfestellung und Erleichterungen im Babyalltag. All diese Themenbereiche sind mit dem Babytragen verbunden. Tragen ist also weit mehr als nur eine praktische Transportart.



1

Tragen: Warum, weshalb und wieso eigentlich? Die Hintergründe



Nähe und Geborgenheit



Das Bedürfnis nach Nähe versus die Angst vor dem verwöhnten Kind

»Ich weiß nicht warum, aber seit einiger Zeit schläft er einfach nicht mehr ein. Dabei haben wir nun endlich ein eigenes, ruhiges Zimmer für Nikolas.« In den Worten der Eltern klingen Überraschung, Enttäuschung und Unverständnis mit. Die frühere Wohnsituation erlaubte kein separates Kinderzimmer. Zum Mittagsschlaf wurde die Tragetasche auf die Eckbank neben dem Küchentisch platziert und da war es trotz größter Mühe oft nicht gerade leise. Dennoch: Der Kleine schlief meist sofort ein. Und heute gibt es Schwierigkeiten, wenn er in seinem eigenen, ruhigen, so liebevoll eingerichteten Kinderzimmer einschlummern soll. Es liegt nahe, dahinter kapriziöse Ansprüche zu vermuten. Schließlich ist ein ruhiger, separater Raum für einen Erwachsenen die richtige Einschlafumgebung. Doch ein Säugling hat andere Bedürfnisse. Absolute Ruhe ist für ihn keineswegs die beste Voraussetzung, um den Weg in den Schlaf zu finden. Denken Sie an das Baby, das auf Papas Schoß entspannt ein Nickerchen macht, während sich der gesamte Familienkreis am Küchentisch lautstark miteinander unterhält; oder die Szene, bei der das Kleine im Tragetuch

angekuschelt an die Mutter friedlich schlummert, während die Geschwister mit gesamer Freundesschar um beide herum toben. **Nicht Ruhe, sondern die beruhigende Wahrnehmung der ihm Geborgenheit vermittelnden Menschen ist für ein Baby wichtig, nicht nur, um einschlafen zu können.**

»Du kannst ja nicht einmal eine Minute aus dem Raum gehen, ohne dass sie unruhig wird oder zu weinen beginnt. Anouk ist ganz schön verwöhnt!« Wie viele Mütter haben diesen oder ähnliche Kommentare schon von der älteren Generation zu hören bekommen. Die Vorstellung vom egoistischen Säugling, dem man möglichst frühzeitig beibringen sollte, dass man sich nicht »auf der Nase herumtanzen« lässt, scheint einfach unausrottbar zu sein.

Derartige Bemerkungen verhindern zum einen, dass Eltern ihrem ersten Impuls folgen und ihr Baby hochnehmen, also ihren »intuitiven Elternfähigkeiten« nachgeben. Zum anderen *verhindern* sie ebenso, dass Eltern ihrem Kind beruhigende Nähe gewähren. Das bedeutet, dass sie ihm also eines seiner Grundbedürfnisse *nicht* zugestehen.

Die Nähe seiner Eltern vermittelt einem Baby Geborgenheit, Sicherheit und Ruhe – und das ist weit über das Säuglingsalter hinaus gültig. Der Kontakt zu vertrauten Menschen ist für ein Kind auch über die nächsten Jahre hinweg wichtigste Voraussetzung, um ausgeglichen und neugierig seine Umgebung erkunden zu können. Natürlich erweitert sich mit der Zeit der Verhaltensspielraum eines Kindes. Die Eltern im Nebenraum zu wissen, sie lediglich zu hören, hin und wieder zu ihnen laufen und kurz Nähe »tanken« zu können, genügt irgendwann. In verunsichernden Situationen ist jedoch wieder direkter Körperkontakt nötig. Doch zurück zum Babyalter.



Der gerade erwähnte Begriff »Grundbedürfnis« legt es bereits nahe: Bei dem Einfordern der Nähe eines vertrauten Menschen spielt die Biologie eine gewichtige Rolle. Die Verhaltensausrüstung eines Säuglings ist zunächst einmal darauf angelegt, seine ihn umsorgenden Menschen möglichst ständig in der Nähe zu haben. Schließlich weiß ein Baby nicht, dass es heute in einer derart geschützten Umgebung aufwächst, dass ihm – auch wenn es alleine in seinem Bettchen liegt – eigentlich keinerlei Gefahr droht und es schon lange nicht mehr auf dem Speiseplan von Höhlenbär und sonstigen Untieren steht. Wir können es drehen und wenden, wie wir wollen: **Unsere genetische Verhaltensausrüstung entspricht nach wie vor weitgehend derjenigen während der Jäger-und-Sammler-Phase in unserer Stammesgeschichte, die erst mit dem Sesshaftwerden der ersten Menschen vor 10.000 Jahren allmählich ausklang.** Natürlich lernen wir in unserer individuellen Entwicklung, dass dem heute nicht mehr so ist. Auch diese Lernfähigkeit ist in unserer genetischen Ausrüstung

verankert und machte den Menschen zu dem »evolutionären Erfolgsmodell«, als das er sich bis heute insgesamt erwiesen hat. Denn diese geistige Kreativität ermöglichte den Menschen schließlich, so variabel auf die sich ändernden Lebensbedingungen reagieren zu können. Doch je kleiner und unerfahrener ein Lebewesen ist, desto stärker ist es auf die angeborenen Komponenten seiner Verhaltensausrüstung angewiesen und desto enger muss es sich an deren Rahmenbedingungen orientieren. Diese ursprüngliche Verhaltensausrüstung »sagt« einem Baby zunächst einmal: »Sieh zu, dass die Leute permanent um dich sind, die dich vor all dem Unbill der Welt und all den Gefahren schützen! Nur die versorgen dich mit allem Nötigen, nur die bedeuten Sicherheit, nur die garantieren dein Überleben und halten Wolf und Co. in Schach!«

Das intuitive Elternprogramm

Eltern und jeder für die kindlichen Signale offene Erwachsene erfassen unbewusst die Befindlichkeiten eines Säuglings, reagieren intuitiv auf seine Signale – und zwar weitgehend situationsgerecht und seinen Fähigkeiten angepasst. Auch ohne Erfahrung kann aufgrund dieses Programms jeder einem Baby innerlich zugewandte Mensch einen ganz akzeptablen Interaktionspartner abgeben. Voraussetzung ist jedoch, dass nichts Verunsicherndes, Beunruhigendes und Stressendes die intuitiven elterlichen Fähigkeiten überdeckt. Denn das intuitive Elternprogramm ist zwar biologisch angelegt, jedoch störanfällig, kann sich daher gegebenenfalls nicht gegen die momentanen Gegebenheiten durchsetzen und wird schnell, vor allem durch Stress, überdeckt bzw. unterdrückt. Das intuitive Elternverhalten zeigt sich z. B. darin, dass Eltern unbewusst mit erhöhter Stimmlage, langsam und

überbetont mit ihrem Baby sprechen, dass sie sich durch Wiederholungen und Sprechrhythmus an seine Fähigkeiten anpassen. Diese »Ammensprache« (oder dieser »Baby Talk«) wird durch eine überbetonte, verlangsamte Mimik begleitet. Die Reaktionen auf die kindlichen Signale sind zeitlich passgenau auf das Baby abgestimmt, ebenso der Abstand des elterlichen Gesichts zum Kind. Denn Babys sind anfangs kurzsichtig, der optimale Sehbereich liegt bei 20 bis 25 cm. Eltern nehmen dies unbewusst wahr und bringen sich immer wieder in die richtige Position, um seinen Blick einzufangen und so Kontakt aufzunehmen.



Wenn wir uns nur ganz grob die Lebensweisen der menschlichen Ahnengalerie vor Augen halten, so ist von Beginn an die Menschheitsgeschichte von einer permanenten Mobilität der gesamten Gruppe geprägt, die

das Sammeln von Nahrung und das Jagen zwangsläufig mit sich brachte. Das macht einen Zeitraum von rund 5 Millionen Jahren aus – abzüglich der letzten, recht kurzen Zeitspanne von 10.000 Jahren –, in der die Menschen allmählich sesshaft wurden. Die gesamte Nachkommenschaft war im Verlauf der menschlichen Stammesgeschichte also weitgehend daran angepasst, permanent mitgenommen zu werden und überdies auch in kurzen Zeitabständen gestillt zu werden. Unsere nächsten Verwandten, z. B. Schimpansenmütter, führen uns dies stellvertretend heute noch vor Augen. Entsprechend »programmiert« sind unsere Babys immer noch. **Irgendwo alleine zurückbleiben heißt gemäß ihres biologischen Programms nichts anderes, als von den sie umsorgenden Menschen nicht nur zurückgelassen, sondern auch verlassen worden zu sein, sich also in höchster Lebensgefahr zu befinden.** Vor diesem stammesgeschichtlichen Hintergrund ist es also nur folgerichtig, dass ein separat in seinem Bettchen alleine zum Schlaf niedergelegtes oder ein nur kurzzeitig alleine in einem Zimmer zurückbleibendes Baby sofort unruhig wird. Es wird deswegen – wenn seine anfänglichen Kontaktsignale nicht beantwortet werden – mit aller Kraft versuchen, einen seiner ihm Schutz gebenden Menschen herbeizurufen.² Hierzu stehen ihm zunächst nur wenige Mittel zur Verfügung. Ein heftiges Aufweinen ist die wirksamste Methode, die normalerweise ihren Zweck auch vollkommen erfüllt. Selbst gänzlich fremde Personen schrecken durch das Weinen auf und haben das Bedürfnis, sich um das »arme Baby« kümmern zu müssen, es hochzunehmen, zu schaukeln und zu trösten, wenn es dieses dramatische Verlassensweinen erklingen lässt. Hier kommt die Verhaltensbiologie – auch bei eigentlich unbeteiligten Erwachsenen – »voll zum Zuge«, denn

schließlich ist das intuitive Elternprogramm nicht auf Eltern alleine beschränkt.



Unsere Stammesgeschichte setzt also eigentlich schon das Argument »Verwöhnen« außer Kraft – wohlgemerkt, wir reden hier vom Säuglingsalter. Aber wer sich mit unserer Evolution an dieser Stelle nicht weiter auseinandersetzen mag, dem sollte ein anderes gewichtiges Argument zum Nachdenken darüber anregen, inwieweit hier wirklich Verwöhnen im Spiel sein kann: die Grenzen der kognitiven Möglichkeiten eines Kindes in diesem Alter.

Ein Säugling lebt im Hier und Jetzt und zunächst einmal sind für ihn Gegenstände und natürlich auch Personen nur vorhanden, wenn sie für ihn direkt wahrnehmbar sind. **Erst mit etwa neun Monaten existieren für ein Kind Dinge und natürlich auch Menschen weiterhin, auch wenn sie nicht unmittelbar zu sehen, zu hören oder zu spüren sind.** Über Ansätze dieser sogenannten

»Objektpermanenz« verfügen Babys zwar schon etwa um den fünften bis sechsten Lebensmonat, jedoch erst drei bis vier Monate später suchen sie auch aktiv nach einem aus dem Blickfeld verschwundenen Gegenstand. ³ Somit kann sich ein Säugling in den ersten Monaten auch nicht der Weiterexistenz seiner Eltern und folglich ihrer Fürsorge sicher sein, sobald sie aus seinem Gesichtsfeld entschwunden sind. Es ist daher auch vor dem Hintergrund der kindlichen Fähigkeiten absolut folgerichtig, dass ein Baby, wird es in einem separaten Zimmer niedergelegt, genau das nicht tun kann, was es soll, nämlich einschlafen. Auch wir Erwachsene können üblicherweise nur dann gut in den Schlaf finden, wenn uns nichts bekümmert und unsere Welt in Ordnung ist. **Die Babywelt ist aber keineswegs in Ordnung, wenn seine ihm Schutz und somit Ruhe spendenden Eltern nicht zugegen oder nicht irgendwie wahrnehmbar sind.** In einer solchen Situation regiert purer, aus Angst geborener Stress. Selbstständig in den Schlaf zu finden ist allgemein auch für ein etwas älteres Kind keine einfache Sache. Das will gelernt sein. Und ausgerechnet von einem wenige Monate alten Baby verlangen wir manchmal schon in seinem separaten Zimmer etwas, was selbst uns Erwachsenen recht schwerfällt: in einer angespannten Situation zur Ruhe zu kommen.

Dass gerade in der Einschlafsituation das Bedürfnis nach Geborgenheit besonders ausgeprägt ist, kann daher kaum verwundern. Und umgekehrt ebenfalls nicht, nämlich dass ein Baby im Tragetuch sofort in den Schlaf hinübergleitet, wie so manche Mutter schon beim ersten Trageerlebnis überrascht feststellt: »Um diese Zeit hat er eigentlich noch nie geschlafen.« Es gibt eben kaum eine bessere Voraussetzung, um zur Ruhe zu kommen und ein Nickerchen zu starten, als so angeschmiegt auf Tuchfühlung mit Mama oder Papa, besonders wenn

zusätzlich die Wiegebewegungen durch jeden Schritt hinzukommen.

Der Wunsch nach beständiger Nähe und Körperkontakt ist ein Grundbedürfnis im Säuglingsalter. Erst mit etwa neun Monaten sind für ein Baby Gegenstände und natürlich auch Personen weiterhin existent, wenn sie nicht zu sehen, zu hören oder zu greifen sind. Erst dann ist die Voraussetzung geschaffen, dass ein Kind das Weiterbestehen der elterlichen Fürsorge auch bei deren Abwesenheit erfassen kann.

Der Tragling - ein Schnellkursus

Wiegen sind eigentlich nichts anderes als die Simulation der Eltern in Bewegung. Dass dies ein so wirkungsvolles Beruhigungsmittel ist, lässt sich aus den Lebensbedingungen während unserer Stammesgeschichte erschließen. Der Nachwuchs musste, wie schon erwähnt, auf den Wanderungen mitgenommen werden. Während der langen Streifzüge verbrachte er also die erste Zeit seines Lebens weitgehend am Körper seiner Mutter oder einer sie begleitenden, vertrauten Person. Doch eine Beschränkung auf die Jäger-und-Sammler-Zeit während unserer menschlichen Evolution wird der Bedeutung dieser Anpassung nicht gerecht. Nicht nur, dass auch heute noch traditionale Kulturen existieren, die ein entsprechendes Jäger-und-Sammler-Dasein führen und uns so eine Vorstellung von der Lebensweise unserer Vorfahren vermitteln können. Auch unsere bereits aufrecht gehenden »vormenschlichen« Vorfahren - *Australopithecus* ist Ihnen vielleicht ein Begriff - können in die Betrachtung mit einbezogen werden. Denn bereits in dieser stammesgeschichtlichen Vorzeit wurde der Nachwuchs von den Müttern zwangsläufig beständig am Körper mitgenommen. Wir können hier ohne Weiteres von einer stammesgeschichtlich bedingten »Tragetradition« von etwa vier bis sechs Millionen Jahren sprechen - über das genaue Alter der ersten zu den Vorfahren des Menschen zählenden Funde streiten sich nach wie vor die wissenschaftlichen Geister. Ein Streit, den ein Menschenkind heute kaum anfigt, es geht ja schließlich um seine aktuellen Bedürfnisse. Es geht darum, dass dieses kleine Wesen von Anbeginn der Menschheitsentwicklung daran angepasst ist, in seiner ersten Lebensphase ständig bei einer seiner Betreuungspersonen zu sein und mitgenommen zu werden, das heißt konkret mangels anderer Möglichkeiten:

getragen zu werden. Ziehen wir zudem unsere frühen nicht menschlichen Vorfahren mit in diese Betrachtung ein, scheuen wir weiterhin nicht den Blick auf die uns nahestehenden Tierarten wie die verschiedenen Affen- und Menschenaffenarten, **so können wir auf eine Anpassung an das Getragenwerden von flotten 55 Millionen Jahren zurückblicken** ([»Der Tragling - und seine spezielle Geschichte«](#)).⁴ Dem gegenüber steht ungefähr eine Zeitspanne von recht armseligen 10.000 Jahren, in der ein Teil der Menschheit begann, sesshaft zu werden, und in der der jeweilige Teil des Nachwuchses hätte gefahrlos an einem sicheren Ort niedergelegt werden können. Diese Zeitspanne ist für die Evolution des Menschen viel zu kurz, als dass sich die Verhaltensausrüstung eines Säuglings an die ungefährdete Situation hätte anpassen können.

Neben diesen stammesgeschichtlichen Erkenntnissen belegen verschiedene verhaltensbiologische, anatomische und physiologische Gegebenheiten die Anpassungen eines Babys an das Tragen. Angefangen beim Greifreflex der Hände und Füße, über die Spreiz-Anhock-Reaktion bis hin zur Prophylaxe gegen Hüftdysplasie (siehe [»Hüftdysplasie und Tragen«](#)). Wer sich mit diesen Argumentationen näher befassen möchte, dem stehen die nächsten Kapitel ausführlich Rede und Antwort. An dieser Stelle möchte ich nur nochmals hervorheben: Ein Säugling ist heute nach wie vor, wie sein kleiner neugeborener *Australopithecus*-Vorfahr, an das Getragenwerden angepasst, nach wie vor richten sich seine Bedürfnisse hieran aus und nach wie vor zählt er wie dieser zu den sogenannten »Traglingen«, eine Bezeichnung, die den biologischen Besonderheiten im ersten Lebensjahr Rechnung trägt. Dieser Begriff steht sozusagen stellvertretend für die verschiedenen Komponenten der Verhaltensausrüstung eines Neugeborenen, einschließlich seiner emotionalen Bedürfnisse, die als wichtige Anpassungsleistungen zu

sehen sind. In stammesgeschichtlicher Vorzeit garantierten sie sein Überleben und somit auch das Überleben der Gattung Mensch.

Traditionale Kulturen - ein Fenster in die Vergangenheit

Traditionale (das ist die korrekte verhaltensbiologische Bezeichnung, nicht zu verwechseln mit dem Begriff »traditionell«) Kulturen sind meist in Kleingruppen lebende Gesellschaften, die von den Einflüssen der technisch-zivilisierten Welt kaum oder nicht beeinflusst sind, also weitgehend naturnah leben. Als »altsteinzeitliche« Jäger-und-Sammler-Kultur bzw. Wildbeuter oder als »neusteinzeitliche« Gartenbauer, die ursprünglich für die Herstellung von Geräten nur Stein, Knochen, Holz etc. nutzten, kann man sie als »Vorstellungsmodell« für die verschiedenen frühen Stufen der menschlichen Kulturentwicklung betrachten. Beispiele für Jäger- und Sammler-Kulturen sind die südafrikanischen !Kung oder die ostafrikanischen Hadza. Sie vermitteln uns eine Vorstellung von der Lebensweise und den sozialen Beziehungen in stammesgeschichtlicher Zeit, aus der wir die meisten genetisch angepassten Verhaltensweisen besitzen. Der Mensch begann vor ca. 10.000 Jahren das Wildbeuterleben aufzugeben und sesshaft zu werden. Eine insgesamt zu kurze Zeitspanne, um grundlegende Anpassungen an die veränderten Lebensbedingungen genetisch zu manifestieren. Somit ist auch der heutige Mensch an ein Zusammenleben in kleinen, überschaubaren Gruppen angepasst, die 40 bis maximal 150 Personen umfassen und in kleinere Familienverbände strukturiert sind. Erst vor 6.000 Jahren