

8. Brief - Alter des Kindes: 8 Monate

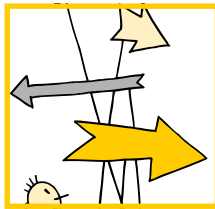
In diesem Brief lesen Sie:

Seite 73



Nein!

Seite 75



Warum Grenzen
sinnvoll sind

Seite 76



Konsequenz um
jeden Preis ?

Seite 77

Von Freude,
Trauer, Wut
und Angst

8. Brief - Alter des Kindes: 8 Monate

Liebe Eltern, liebe Mutter, lieber Vater

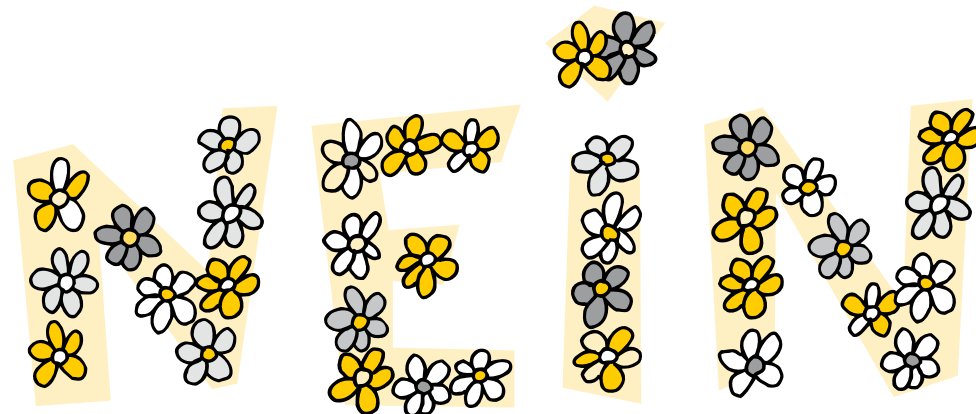
Mütter, die ihr Kind weiterhin stillen, beschäftigen sich vielleicht zunehmend mit der Frage, ob und wann sie ihr Baby abstillen sollen. Manche Frauen haben den Wunsch, es allmählich von ihrer Brust, dieser „zweiten Nabelschnur“, zu lösen, um wieder mehr Unabhängigkeit und Eigenständigkeit zu gewinnen. Andere möchten auf diese körperliche Verbundenheit beim Stillen noch nicht verzichten. Wieder andere fühlen sich durch missbilligende Blicke oder Bemerkungen aus der näheren und ferneren Umgebung verunsichert, etwa von der Art: „Was, du stillst immer noch?“

Gleich vorweg: **Es ist weder ungesund noch unanständig, Babys auch über das erste Lebensjahr hinaus zu stillen. Und es ist weder schädlich für die Entwicklung des Kindes noch egoistisch, wenn Sie Ihr Kind abstillen.** Es gibt auch in dieser Frage kein „Richtig“ oder „Falsch“, sondern wieder einmal nur verschiedene Wege. Einen unterschiedlichen Weg können Sie je nach eigenem oder dem Temperament Ihres Kindes auch für das

Abstillen selbst wählen: entweder den geraden Weg, der ohne Umschweif zum Ziel führt, indem Sie dem Kind ab einem bestimmten Zeitpunkt ausschließlich die Flasche anbieten. Oder Sie entscheiden sich für die etwas gemächlichere Tour mit kleinen Schritten. Sie können dann nach und nach alle Brustmahlzeiten durch Breinahrung ersetzen bzw. durch eine Milch- oder Teeflasche. Wenn das Baby an die Brust auch als Einschlafhilfe abends oder nachts gewöhnt war, wird der Ablösungsprozess vielleicht schwierig. **Da kann es hilfreich sein, wenn Sie als Vater Ihr Kind eine Zeit lang zu Bett bringen oder es nachts alleine versorgen und trösten.** Ihre Frau wird für diese Unterstützung dankbar sein, denn dieser erste Ablösungsschritt fällt vielen Müttern nicht leicht, und er braucht Geduld und Verständnis. Alleinerziehende Mütter müssen ohne diese tatkräftige Hilfe auskommen, aber vielleicht kann der Austausch von Erfahrungen mit Müttern in der gleichen Situation eine wertvolle Unterstützung sein.



Kindes: 8 Monate



Nein!

Mit der wachsenden Fähigkeit des Kindes, sich selbstständig fortzubewegen und nach Dingen zu greifen und damit zu spielen, wird es immer häufiger aus Ihrem Mund ein „Nein!“ hören. Vielleicht sind Sie erschrocken, wenn Sie zum ersten Mal bewusst den Widerhall dieses „Neins“ hören, weil Sie doch keine strenge, verbotende Mutter oder kein autoritärer Vater sein wollten. Oder Sie denken, Sie müssten ganz früh und häufig Verbote aussprechen, um sich kein verwöhntes, tyrannisches Kind heranzuziehen, das Ihnen auf der Nase herumtanzt. Selbstverständlich muss jedes Kind lernen, dass es bestimmte Dinge nicht tun darf: weil sie ihm selbst, anderen Menschen oder Tieren schaden. Es muss ein „Nein“ auch respektieren, wenn es Gegenstände beschädigt, die Ihnen beziehungsweise anderen wichtig sind.

Bei diesem schwierigen Lernprozess hilft es Ihnen und Ihrem Kind, wenn Sie ihm erklären, warum Sie „nein“ sagen: Der heiße Topf verbrennt die Fingerchen,

das scharfe Messer schneidet und das tut weh, das Katzenfutter ist nur für die Katze, das Glas zerbricht... Weil es all dies noch nicht mit dem Verstand aufnehmen kann, ist Ihre Haltung dabei so wichtig: der Ton Ihrer Stimme, Ihr Gesichtsausdruck, mit welchen Gesten Sie das Kind zurückhalten, freundlich und entschieden. Ihr Kind wird umso besser „verstehen“, je deutlicher es spürt, dass Sie diese Verbote ebenso wichtig nehmen, wie seine Wünsche. So wird es sich ernst genommen fühlen, und das ist der beste Ansporn zum Lernen. Das ist mit Sicherheit viel wirksamer als Angst vor Strafen, wie etwa ein Schlag auf die Finger oder gar die Drohung: „Mama oder Papa haben dich nicht mehr lieb!“ Solche Botschaften sind für ein Kind eine seelische Grausamkeit, denn seine ganze Existenz gründet sich doch darauf, dass es von den Eltern geliebt wird.

In diesem Alter leben die Kinder noch ganz in der Gegenwart. Wenn Sie vor fünf Minuten „nein“ gesagt haben, als es z. B. nach Ihrer Kaffeetasse griff, so hat

8. Brief - Alter des Kindes: 8 Monate

es dieses „Nein“ jetzt schon wieder vergessen und sieht nur die Tasse, die es haben will. Daher hilft vorläufig allein ein geduldiges Zurückhalten und eine Wiederholung des Verbotes, wieder und wieder. **Und natürlich ein dickes Lob, wenn es ein Nein schon befolgen konnte.** Erleichtert wird dieser Lernprozess für das Kind, wenn Sie nicht gedankenlos „nein“ sagen, nicht zu viele Verbote aussprechen und wenn ein Nein ein Nein bleibt, so lange es sinnvoll ist. Wenn Sie dem Kind etwas verbieten und es im nächsten Augenblick gewähren lassen,

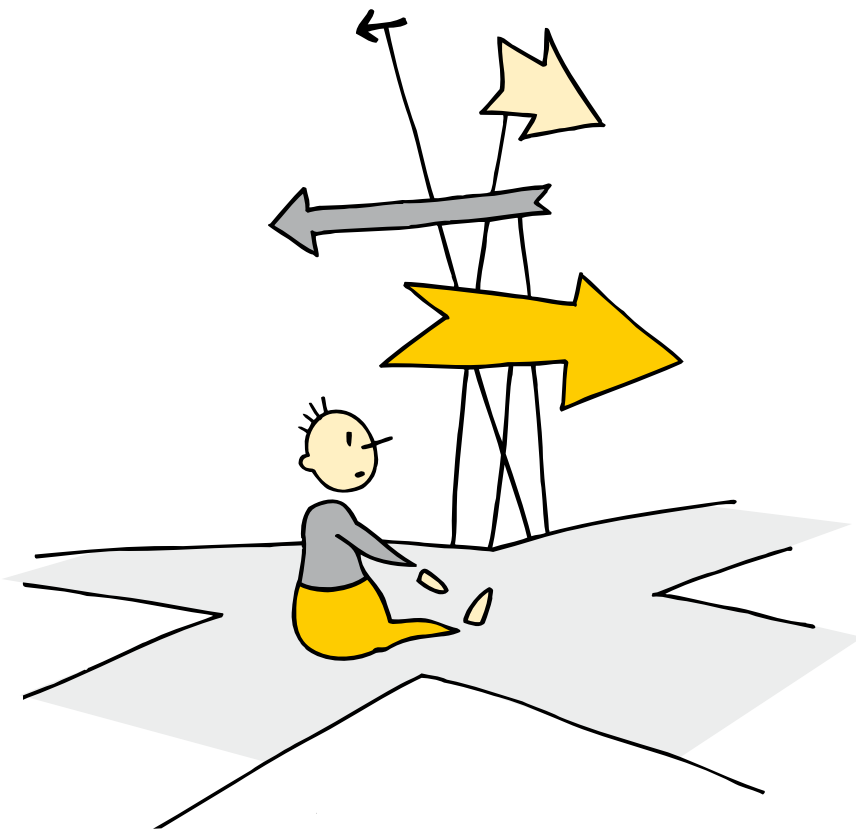
verwirren Sie Ihr Baby. Indem Sie dem Kind Ihre Gründe für ein Verbot erklären, überprüfen Sie auch vor sich selbst, warum Sie es aussprechen und ob wirklich einleuchtende Gründe dafür gegeben sind. Sie können sich ganz konkret die Frage stellen: „Was kann passieren, wenn ich ihm dies oder jenes nicht verbiete?“ Mit allzu viel Maßregeln schränken Sie schließlich nicht nur Ihr Kind ein, sondern nehmen auch sich selbst an die Fessel, denn Sie müssen ja immer kontrollieren, ob die Verbote auch eingehalten werden.

Ein Kind braucht Grenzen. Sie geben ihm Sicherheit und Schutz. Doch jedes „Nein“ sollte wohl überlegt sein und dem Kind erklärt werden. Kinder brauchen die klare Haltung ihrer Eltern. Konsequenz um jeden Preis ist kein Zeichen von guter Erziehung, sondern von Unnachgiebigkeit und Härte.

Warum Grenzen sinnvoll sind

Mit jedem „Nein“ begrenzen Sie den Drang Ihres Kindes, etwas zu tun. **Grenzen sind aber nicht nur Einschränkungen, Grenzen geben auch Sicherheit und Schutz.** Nicht allein vor körperlichen Gefahren - sie helfen dem Kind auch, sich in seinem sozialen Umfeld zurechtzufinden. Sie dienen ihm sozusagen als Wegweiser. Und jeder Erwachsene kann nachempfinden, dass sich ein kleines Kind in einem „Wald von Verbotschildern“ ebenso verlaufen muss, wie es ohne jede Wegmarkierung die Orientierung verlieren wird. Wenn wir dieses Bild in den Alltag übertragen, dann bedeutet dies, dass ein Kind, das nie an Grenzen stößt, weil ihm alles „Konflikträchtige“ vorausschauend aus dem Weg geräumt wird, genauso in seiner Persönlichkeitsentwicklung behindert wird, wie ein Kind, das übermäßig viel Verbote zu hören bekommt. Wenn dazu Vater und Mutter sich nicht einig sind, der eine erlaubt, was die

andere verbietet, wird ein Kind in große Verwirrung gestürzt. Mit Verboten aus Übervorsichtigkeit, die aus der ständigen Angst ausgesprochen werden, das Kind könne sich verletzen, tut man dem Kind keinen Gefallen. **Ein Kind, das immer aufgefangen wird, wenn es versucht sich vom niedrigen Sofa herunterzukollern, wird nicht lernen vorsichtig zu sein, weil es nie die Erfahrung gemacht hat, dass es unsanft landen kann.** Sinnvolle Grenzen einzuhalten, das wird Ihrem Kind nicht schwer fallen. Sinnvoll sind Grenzen immer da, wo das Kind sich oder andere gefährden oder schädigen könnte und wo es die Bedürfnisse von anderen verletzt. **Auch Ihre eigenen, etwa nach einer Ruhepause!** Grenzen müssen natürlich gegenseitig geachtet werden. Auch das Kind muss ausdrücken dürfen, was ihm nicht gefällt, etwa: Ich will nicht mehr schmusen, ich bin nicht hungrig, ich will nicht allein sein...



8. Brief - Alter des Kindes: 8 Monate



Konsequenz um jeden Preis?

Dieses erste Aufweisen von Grenzen gegenüber dem Kind erfordert viel Geduld, und es ist wahrscheinlich, dass Ihnen hin und wieder der Geduldsfaden reißt. Vielleicht sind Sie auch heute einfach anders „drauf“ als gestern oder noch vor einer Stunde. Zum Beispiel lieben Sie es, wenn das Kind beim Stillen mit Ihren Haaren spielt; doch manchmal geht es Ihnen auf die Nerven, oder es zieht so heftig, dass es wehtut. Das sollten Sie ihm auch deutlich zeigen, denn dies bedeutet nicht, dass Sie launisch sind. Ihr Kind lernt so, dass Gefühle und Stimmungen nicht immer gleich sind, bei anderen Menschen genauso wenig, wie bei ihm selbst. Auf der anderen Seite ist es auch nicht sinnvoll für das Kind, **wenn an einem bestimmten „Verbot“ nur deshalb festgehalten wird, weil es nun einmal ausgesprochen wurde.** Etwa weil Sie meinen, Konsequenz sei in der Erziehung so wichtig, dass Sie es nun nicht aufheben dürften. Das Leben mit Ihrem Kind wird aber davon bestimmt

sein, dass Sie einmal getroffene Entscheidungen wieder verändern müssen, weil sie nicht mehr sinnvoll sind. **Auch Verbote passen irgendwann nicht mehr - wie der zu kurz gewordene Strampler.** Konsequenz bedeutet ja nicht Unnachgiebigkeit oder Härte. Sie sind auch nicht grundsätzlich inkonsequent und verführbar, wenn Sie einmal nicht so nervenstark sind und dem Protestgeschrei Ihres Kindes nachgeben, wo Sie sonst nein sagen. Es geht viel mehr darum, eine Balance zu finden, sodass Sie und Ihr Kind im Gleichgewicht sind. Und das Gleichgewicht zu halten lernt man nicht durch Starrheit oder Unbeweglichkeit, sondern indem man mal ein wenig nach der einen und mal nach der anderen Seite schwankt. **Jede Beziehung lebt von dieser Bewegung, auch die Beziehung zu Kindern.** Unsicher und haltlos wird ein Kind allerdings, wenn die Erwartungen der Eltern es überfordern oder unberechenbar sind. Wenn es nie wirklich weiß, was die

Eltern von ihm wollen, weil sich die Regeln ständig ändern. Falls Ihre Nerven aber einmal blank liegen, warum auch immer, und Sie Ihr Kind anschreien oder es ungeduldig wegreißen, so quälen Sie sich nicht unendlich mit Schuldgefühlen. **Auch Babys können sehr wohl verzeihen, wenn sie wissen, dass sie geliebt werden.** Das spüren sie, wenn Sie danach wieder liebevoll mit ihm umgehen. Einen Gefühlsausbruch verkräftet jedes Kind alle Mal besser als eisiges Schweigen. Wenn Sie allerdings merken, dass sich solche Situationen häufen, Ihnen immer öfters der Geduldsfaden reißt, dann kann dies ein Hinweis sein, dass Sie dringend Entlastung brauchen. Falls Sie sich diese Entlastung nicht gegenseitig als Eltern geben können, dann bitten Sie doch Freunde oder die Großeltern um Unterstützung, und sei es nur, um bei einem Einkaufsbummel, einem Cafébesuch wieder einmal aufzutanken. Sollten Sie aber im Dauerstress sein, weil die Wohnung zu klein ist, das Geld nicht reicht oder Sie Probleme in der Partnerschaft haben, dann quälen Sie sich nicht zusätzlich mit Schuldgefühlen Ihrem Kind gegenüber. **Nicht Sie sind eine schlechte Mutter oder ein schlechter Vater, sondern die Situation erlaubt es Ihnen nicht, gelassene Eltern zu sein.** Wir möchten Sie jedoch dringend ermutigen, sich Hilfe zu holen, etwa bei Familienberatungsstellen, Mutter-Kind-Treffpunkten, Familienbildungsstätten oder in einer Einrichtung für Alleinerziehende. Oft ist es ja nur die Blickrichtung, die sich ändern muss, und das Leben sieht wieder ganz anders aus.

Von Freude, Trauer, Wut und Angst

Wir haben in diesem Brief viel von Gefühlen gesprochen, von Ihren Gefühlen gegenüber dem Kind. Wie aber steht es mit den Gefühlen des Kindes? **Sie werden beobachtet haben, dass auch das Kind zunehmend in der Lage ist seine Gefühle zu äußern.** Der Ausdruck von Gefühlen ist lebenswichtig, ja für ein Baby sogar überlebenswichtig. Denn so gibt es wichtige Botschaften, etwa wenn es wütend nach der Brust oder Flasche schreit. Wie sonst sollen Mutter oder Vater merken, dass es Hunger hat? Oder sein Weinen klingt traurig, weil es Ihre Gesellschaft, die Geborgenheit an Ihrem Körper, den vertrauten Klang Ihrer Stimme braucht. Oder es lächelt selig vor Freude und Sie erkennen beruhigt, dass es ihm gut geht. Gefühle drücken sich nicht nur in der Stimme, sondern auch in der Mimik, ja in der ganzen Körpersprache aus. In unseren Sprachbildern wird dies sehr deutlich: „starr vor Angst – bebend vor Wut – vor Freude hüpfend“. Gefühle sind immer mit körperlicher Aktivierung verbunden. Beim Kleinkind ist dies noch sehr deutlich, während wir Erwachsene uns meist unter „Kontrolle“ haben. **Doch in unserer Mimik, am Klang unserer Stimme, ja selbst an der Muskelspannung, wenn wir es im Arm halten, spürt und „versteht“ das Baby unsere Gefühle sehr wohl.** Ein Baby drückt seine Gefühle noch sehr spontan aus. Es kann sie nicht kontrollieren wie Erwachsene, für die es sozial ja durchaus sinnvoll ist, nicht jeden Ärger herauszubrüllen. Manchmal sind wir Erwachsene darin so perfekt geworden, dass wir unsere Gefühle gar nicht

8. Brief - Alter des Kindes: 8 Monate

mehr spüren. Kinder können da eine Chance bieten, auch die eigenen Gefühle wieder deutlicher zu spüren.

Noch ist es viel zu früh, ein Kind dazu erziehen zu wollen, nicht wütend loszuschreien. In diesem Alter gibt es für ein Kind noch keine grundsätzlich „bösen“ oder „guten“ Gefühle. **Auch Aggression und Wut sind Kraft und Energie, die vorwärts drängen, sind der Motor, sich zu behaupten, sich durchzusetzen.**

Kinder können jedoch ihre Gefühle noch nicht beherrschen – so wie sie ja auch erst lernen müssen, das körperliche Gleichgewicht zu halten. Und dazu brauchen sie die Eltern, als Stütze, um die Balance zu finden. Die Hilfe, die Sie ihm geben können, sich in seiner Gefühlswelt zurecht zu finden, liegt im Schutz, im Trost und Halt. Und weil Gefühle sich durch den Körper ausdrücken, geben Sie ihm dies alles am besten durch Körperkontakt, indem Sie

es festhalten, in den Arm nehmen. Natürlich nur, wenn es dies auch will. Ähnlich wie die Bewegungs- und die Sprachentwicklung werden sich die Gefühlsempfindungen und Gefühlsäußerungen des Kindes immer weiter ausformen.

So wichtig es für das Kind ist, dass Sie Ihren eigenen Gefühlen Ausdruck geben, so wichtig ist es aber auch, dass Sie seine Gefühle respektieren. **Wenn ein Kind erleben muss, dass seine Gefühle nicht ernst genommen werden, etwa weil Erwachsene ihm seine Angst ausreden wollen oder sie lächerlich machen, dann kann es nicht lernen, seinen eigenen Gefühlen zu trauen.** Gefühle sind Energien – Lebensenergien, man spricht nicht umsonst von dem „Lebensgefühl“. **Was gibt es Schöneres, als dass Ihr Kind ausdrücken kann: Ich bin gerne auf dieser Welt!**

Ihnen und Ihrem Kind bis zum nächsten Brief alles Gute.

Ihr Stadtjugendamt

Impressum:

Verantwortlich:

Landeshauptstadt
München
Sozialreferat,
Stadtjugendamt

Text:

Monika Meister

Überarbeitung:

Claudia Stiebels

Gestaltung:

Kunst oder Reklame,
München

Illustration:

Jonas Distel

Fotos:

Juanmonino, S. 72

© 2018

Landeshauptstadt
München, Abdruck
nur mit schriftlicher
Genehmigung.

Haben Sie noch Fragen zu den Elternbriefen?

Rufen Sie uns an: Tel. 233 - 4 71 90
oder schicken Sie uns eine Mail:
erziehungsinformation.soz@muenchen.de

Sie können die Elternbriefe auch
online erhalten unter
www.muenchen.de/elternbriefe