

Die Natur hat mit Glucken gerechnet

»Glucke« ist ein Begriff aus der Tierwelt und bezeichnet eine Mutterhenne, die ihre Küken wärmt, füttert und beschützt. Umgangssprachlich werden auch Menschenmütter so bezeichnet, die sich intensiv um ihre Kinder kümmern. Was in der Tierwelt eine durchaus überlebensnotwendige Funktion hat, wird bei den Menschen interessanterweise belächelt oder sogar kritisiert. Wird eine Mutter als »Glucke« bezeichnet, ist das keineswegs als Kompliment für ihren wertvollen Einsatz gemeint. Vielmehr wird ihr der Vorwurf gemacht, sie würde ihre Kinder mit ihrer übermäßigen und eigentlich unnötigen Fürsorge erdrücken.

Mit der Nähe in der Mutter-Kind-Beziehung verhält es sich wie folgt: Je intensiver Mutter und Kind gleich nach der Geburt zusammen sein können, desto besser finden sich beide in der neuen Aufgabe bzw. Welt zurecht. Zum Glück wird seit mehreren Jahren zumindest in fortschrittlichen Kliniken die Wichtigkeit des Körperkontaktes aufgrund überzeugender wissenschaftlicher Untersuchungen zunehmend anerkannt. Heute werden neugeborene Babys häufig gleich auf den Bauch der Mutter gelegt. Wartet die Mutter eine Weile, beginnt ihr Baby von sich aus zur Brust zu robben und an der Brustwarze zu saugen. Dieses erste Stillen sollte innerhalb kurzer Zeit nach der Geburt erfolgen.

Mütter, die sich voll und ganz auf die Mutterschaft einlassen, erleben eine regelrechte Symbiose mit ihrem Kind. Das Kind riecht so vertraut und fühlt sich so gut an, dass es nicht als fremdes Wesen, sondern als Erweiterung des eigenen Körpers, der eigenen Person wahrgenommen wird. Das Bedürfnis, das Kind zu halten, zu stillen und zu streicheln ist enorm groß, so dass jede längere Trennung als bedrohlich betrachtet wird. Müttern, die solche Empfindungen äußern, wird dann oft unterstellt, sie würden zu sehr an ihrem Kind klammern und es in seiner Selbständigkeitsentwicklung behindern. Gesellschaftliche Vorstellungen lassen Zweifel aufkommen, ob dieser symbiotische Zustand richtig ist, und veranlassen gerade unsichere Mütter, immer wieder (innerlich und äußerlich) auf Distanz zu gehen. Diese mütterlichen Empfindungen entsprechen jedoch einem uralten Programm, das bei idealen Bedingungen autonom abläuft. Durch die modernen, völlig veränderten Lebensumstände mögen manche dieser Emotionen auf den ersten Blick keinen Sinn mehr ergeben, bei genauerem Hinsehen sind sie aber auch heute noch sehr wichtig und unterstützen den Aufbau einer gesunden Mutter-Kind-Beziehung.

Es ist absolut nichts falsch daran, wenn Mütter ihre Babys ungern hergeben, sich selbst überlassen oder sich längere Zeit von ihnen trennen. Diese Mütter sind keine »Glucken«, die nicht loslassen können und ihrem Kind mit ihrem Verhalten später die Loslösung erschweren werden. Im Gegenteil: Über die ganze Menschheitsgeschichte hinweg war es die mütterliche Aufgabe, Babys vor Gefahren zu schützen.

»Seit mehr als 35 Millionen Jahren ist Sicherheit für Primatenkinder [also auch Menschenkinder, d.V.] gleichbedeutend damit, Tag und Nacht ganz nahe bei ihren Müttern zu bleiben. Wer den Kontakt verlor, war so gut wie tot. Dies erklärt, warum selbst heute noch die Trennung von einer vertrauten Pflege-

person bei einem Kind zunächst Unruhe verursacht, dann Verzweiflung, Wut und schließlich Hoffnungslosigkeit. [...] Die sensorische und kognitive Ausstattung moderner Kinder, die Panik, die sie in Trennungssituationen immer noch erfasst, sind das Destillat unzähliger vergangener Leben, in denen jene Kinder die größten Überlebenschancen besaßen, die es schafften, eine Trennung von ihren Müttern zu verhindern.«

Die Mutter durchläuft dieselben unangenehmen Gefühle, wenn sie ihr Kind nicht bei sich hat. Das ist höchst sinnvoll, weil ja hauptsächlich sie über Nähe und Distanz entscheidet. Für einen Säugling ist der Körper der Mutter zunächst die ganze Welt. Hier fühlt er sich sicher und geborgen. In der Nähe ihres Herzens getragen (tatsächlich tragen die meisten Mütter ihr Kind instinktiv immer links und haben in der linken Brust die größere Milchproduktion), durch den Herzschlag und die Wärme des mütterlichen Körpers beruhigt, sind die meisten Babys zufrieden, was sich wiederum positiv auf das Wohlbefinden und die Selbstsicherheit der Mutter auswirkt.

Auch für die Mutter wird – zumindest für einige Zeit – das Kind zum Zentrum ihres Lebens. Sie wird sich nicht wirklich wohl fühlen, wenn sie nicht weiß, wie es ihrem Kind geht und ob es gut betreut ist.

Ich kann mich gut erinnern, wie ich hochschwanger meinem Mann eröffnete, nach der Geburt wolle ich, sobald ich wieder fit sei, drei Abende pro Woche »frei« haben. Sobald mein Sohn aber da war, wollte ich gar nicht mehr weg. In den ersten sechs Monaten bin ich nur an drei Abenden insgesamt wirklich weg gewesen – und zwei davon waren für einen Erste-Hilfe-Kurs für Kinder reserviert.

Anfangs konnte ich den ganzen Abend an nichts anderes denken als daran, wie es meinem Sohn wohl gerade gehe. Ich konnte die »freien« Stunden einfach nicht genießen. Sogar als er schon fast neun Monate alt war, fiel es mir noch sehr schwer, mich zu verabschieden.

Jetzt, da er älter wird, fällt es mir immer leichter, und ich genieße es auch, einmal ein paar Stunden für mich alleine zu haben. Ich spüre, dass er mich weniger intensiv braucht, er selbst auch Trennungen sucht und zulässt. So kann ich mir nun auch besser vorstellen, wieder zu arbeiten. Am leichtesten fällt es mir, wenn in dieser Zeit mein Mann oder meine Mutter zu unserem Sohn schauen, weil ich mir da ganz sicher bin, dass sie ihn ähnlich wie ich betreuen.

Mütter, die in der ersten Zeit nach der Geburt mehr Nähe zu ihrem Kind zulassen, tun sich auch Wochen oder Monate später schwerer, Zeit ohne das Kind zu verbringen. Dieses Phänomen verstärkt sich noch bei stillenden Müttern. Stillen, Nähe und Körperkontakt machen eine Mutter im positivsten Sinn des Wortes süchtig. Und genau diese Tatsache, die von westlichen Müttern eher verleugnet denn zugegeben wird, ist eine optimale Einrichtung der Natur, um das Wohlergehen und die Sicherheit des Kindes zu gewährleisten. Selbstverständlich ändert sich die Mutter-Kind-Beziehung, wenn das Kleinkind in die Phase der Selbständigkeitsentwicklung kommt.

Dass die Natur Mechanismen vorgesehen hat, um Mütter dazu zu animieren,

ihre Babys nahe bei sich zu tragen und häufig zu stillen, hat nichts mit Moral zu tun. Es geht hier nicht um gut oder schlecht, es geht einzig und allein um biologisch sinnvoll oder eben nicht. In der Fachwelt spricht man von natürlicher Selektion: Das bedeutet, dass bestimmte Merkmale und – in diesem Fall mütterliche – Verhaltensweisen sich insofern bewährt haben, als dank ihnen sehr viele Nachkommen überlebt und weitere Kinder gezeugt haben. Andere Kinder, deren Mütter aus irgendeinem Grund weniger für-sorglich waren, sind schon früh gestorben und konnten ihren genetischen Zweig nicht fortsetzen. Stillen war über Jahrtausende ein zentrales Kriterium dieser natürlichen Selektion. Moderne Mütter sind aus vielfältigen Gründen weder fähig noch gewillt, sich hundertprozentig nach dem evolutionären Modell zu verhalten. Das ist nicht unbedingt tragisch, sofern die Bedürfnisse des Kindes zuverlässig erfüllt werden.

Aus "Stillen ohne Zwang", Sibylle Lüpold, Seite 33-36, rüffer&rub 2013