

Hänschen klein, zieht gestillt, in die weite Welt hinein...

Mag. Theresia Herbst ist Klinische Psychologin mit eigener Praxis in Wien, Diplompädagogin, Dozentin in der Erwachsenenbildung und Mutter zweier Kinder, die lange gestillt wurden.

Ist der Vorwurf, längeres Stillen verhindere die Autonomieentwicklung des Kindes, berechtigt?

Hier muss man differenzieren. Stillen oder Nicht-Stillen führen nicht automatisch zu Selbstständigkeit oder Unselbstständig. Diese beiden Ebenen müssen getrennt voneinander betrachtet werden. Einerseits ist Stillen die natürliche mütterliche Versorgung des Kindes mit Nahrung und Liebe und bringt viele Vorteile für die Gesundheit mit sich. Manche sehen im Stillen den Nachteil, dass die Mutter für den Säugling verfügbar bleiben muss. Das liegt in der Natur der Sache. Eine stillende Mutter kann sich nicht lange und weit vom Säugling entfernen. Diese Nähe stärkt die Entstehung einer sicheren Bindung. Andererseits wird schon im ersten Lebensjahr die Entwicklung der eigenständigen Persönlichkeit durch die Erfahrung der Selbstwirksamkeit und die soziale Resonanz mit der primären Bindungsperson, meist der Mutter, grundgelegt. Vom zweiten bis zum vierten Jahr wird das Wissen um das eigene Selbst immer bewusster und im Trotz eindrucksvoll behauptet. Das Kind erweitert durch Aktivitäten mit dem Vater und anderen Bezugspersonen seinen sozialen Erfahrungsraum und wird zunehmend eigenständig. Die aktive Zuwendung und Präsenz von weiteren Bindungspersonen treiben die Entwicklung der Autonomie voran, unabhängig vom Stillen.

Macht frühes Abstillen selbstständiger, wie oft behauptet wird?

Nein, das ist eine zu einfache Behauptung. Der Prozess des Abstillens stellt nur eine kleine Facette auf dem zwei Jahrzehnte dauernden Weg zur Selbstständigkeit dar. Kinder sind individuell verschieden. Viele benötigen mehr Zeit für ihre Entwicklung, als ihnen gewährt wird. Vermutlich führen ein zu frühes Drängen in eine vermeintliche Selbstständigkeit, frühe Verlusterfahrungen und emotionale Frustration zu einer verminderten Stresstoleranz und Abhängigkeiten - Suchtmittel wie Alkohol, Drogen, Arbeit, Essen, Konsum oder Computerspiele werden später im Leben zum Tröster und Bindungsersatz. Dahinter steht eigentlich das Bedürfnis nach Zuwendung und Anerkennung, die wir besser im engen Kontakt mit unseren Menschen erhalten bzw. als Kind erhalten haben.

Was sagen Sie zu dem Vorwurf, ein Vater eines lange gestillten Kindes könne keine Beziehung zu diesem aufbauen?

Der Vater ist mit dem, was er bieten kann, unersetzlich. Er muss keinen Nachteil fürchten. Stillen ist nicht der einzige Weg zur guten Beziehung, auch keine Garantie dafür. Entscheidend ist, dass der Vater sich dem Kind ab Geburt aktiv und feinfühlig zuwendet und viel Zeit mit ihm verbringt. Der autonome Vater gilt als bestes Loslösungsvorbild für das Kind. Ein Kind will mit seinem Vater etwas erleben, mutig sein, etwas Neues lernen! Viele Väter sind beruflich stark engagiert und fehlen im Leben des Kindes. Bleibt der Vater für das

Kind ein Unbekannter, geht es nicht auf ihn zu und orientiert sich verstärkt an der Mutter. Dadurch fühlt sich der Vater ausgeschlossen und zieht sich immer weiter zurück – ein Teufelskreis, der durchbrochen werden kann.

Wird Stillen ab einem gewissen Alter pathologisch?

Solange sich ein Kind in einer intakten Familie in jeder Hinsicht gut entwickelt und anderen Menschen gegenüber aufgeschlossen ist, mache ich mir keine Sorgen. Tendenziell wollen Kinder länger gestillt werden, als ihnen zugestanden wird. Nur das Kind weiß, ab wann es körperlich und psychisch mit Muttermilch „gesättigt“ ist. Das Saugbedürfnis ist bis in das Kindergartenalter hinein stark ausgeprägt und nimmt sukzessive ab. Kinder nuckeln am Schnuller, am Daumen, etwas anderem oder eben am Original - Mamas Brust. Hat ein Kind jedoch Verlusterfahrungen oder Traumata erlitten, kann das Stillen Ausdruck seiner seelischen Not sein. Das gilt auch für stillende Mütter, die zum Beispiel unter sozialer Isolation oder Partnerschaftsproblemen leiden. Hier braucht die Familie psychosoziale Unterstützung; da hilft es nicht, einfach abzustillen.

Was würden Sie einer Mutter raten, die von ihrer Umgebung zum Abstillen gedrängt wird?

Sie soll die Reaktionen ihres Kindes und in ihr beachten. Hat sie den Eindruck, dass es sich gut entwickelt? Ist sie selbst in einer guten Beziehung zum Partner emotional versorgt? Nur sie selbst kann für sich und ihr Kind entscheiden, was stimmig ist. Die Stillbeziehung ist etwas Intimes zwischen Mutter und Kind, wird von diesen beiden Personen eingegangen, erhalten und aufgelöst. Das sollte von der Umgebung respektiert werden. Individualität und Vielfalt sind Grundfeste unserer westlichen Gesellschaften, die immer wieder neu behauptet werden müssen und Spannungsfelder erzeugen. Wer sich traut und den Luxus gönnt, selbstbewusst von der Norm abzuweichen, wird kritisch beäugt. Schließlich wirft man damit Fragen ob der Sinnhaftigkeit der Normvorgabe auf und zeigt, dass auch andere Wege möglich sind.

Bindungsorientierte Fachleute betonen, dass Säuglinge zuerst eine Bindung zu ihren Bezugspersonen aufbauen müssen, was viel Nähe und Zuwendung erfordert. Was braucht es, damit die Eigenständigkeit in Gang kommt?

Kleine Kinder brauchen den Schutz vertrauter Erwachsener und spüren das instinktiv. Sie kommen durch ihre Unreife noch nicht alleine zurecht. Meistens ist die Mutter die erste und wichtigste Bindungsperson. Um von diesem Ausgangspunkt ein soziales Netz entwickeln zu können, brauchen Kinder eine weitere Bindungsperson, zuallererst den Vater oder – fehlt er – einen Ersatzbezugsperson. Aus der Bindungsforschung wissen wir heute, dass der Zuwendung des Vaters und seine Spielfeinfähigkeit eine enorme Bedeutung für die gesunde Entwicklung des Kindes zukommt. Auch Großeltern, Tanten, Onkel und weitere Bezugspersonen, die sich dem Kind mit Interesse, Herzenswärme und Geduld zuwenden, helfen dem Kleinkind, sich als soziales Wesen zu entfalten und zunehmend eigenständig zu werden. Kinder brauchen ein soziales Umfeld, welches ihren Selbsttätigkeitsdrang unterstützt

und ihnen Gelegenheit gibt, sich mit anderen vertrauten Personen zu erleben und vielfältige Interaktionserfahrungen zu sammeln. Lebt eine Mutter allein, ist oft die Kleinkindpädagogin die zweite Bezugsperson im Leben eines Kindes, jedoch mit dem Nachteil, dass sie nach wenigen Jahren aus dem Leben des Kindes wieder ausscheidet. Moderne Wohnbauprojekte schaffen zusammengeschlossene Wohneinheiten für alleinerziehende Eltern und kompensieren diesen sozialen Nachteil.

Ist ein Kleinkind, das zur Beruhigung, zum Trost oder zum Einschlafen gestillt werden möchte und von daher nach der Mutter verlangt, unselbstständiger als eines, das sich mit Hilfe eines Übergangsobjektes (Schnuller, Teddy usw.) selbst beruhigen kann oder sich von einer anderen Bezugsperson beruhigen lässt?

Wer Selbständigkeit als einen Zustand definiert, in dem das Kind ohne seine Mutter etwas bewerkstelligen kann, wird in dieser Kategorie denken. Die Frage ist, ob man als Eltern wartet, bis sich die Selbstständigkeit beim Kind von selbst einstellt, ob man sie sensibel dazu anregt oder mit Druck zwingt. Hier unterscheiden sich die Erziehungsvorstellungen nach wie vor stark. Ob man nun sensibel oder hart mit dem Kind umgeht, wirkt sich natürlich auf die Mutter-Kind-Beziehung aus. Aus der Sicht der Bindungs- und Regulationsforschung sind Säuglinge und Kleinkinder zunächst von der Ko-Regulation der Bindungspersonen abhängig. Die Selbstregulation baut auf positive Erfahrungen der Ko-Regulation auf. Die Selbstregulation wiederum ist nur ein Teil dessen, was die Selbstständigkeit ausmacht. Dazu gehört auch die sozial verträgliche Durchsetzung der Willens- und der Entscheidungskraft. Die Selbstständigkeit muss als Ergebnis eines umfassenden Prozesses begriffen werden, bei dem das Kind ein Mitbestimmungsrecht hat. Einen Säugling auf die Flasche und den Schnuller einzustellen, ist relativ einfach. Ein Kleinkind zwischen 2 und 4 jedoch ist bereits eine kleine Persönlichkeit, die immer besser argumentieren kann. Sie wird der Mutter erklären, dass ihre „Busenmilch“ viel süßer und besser schmeckt und wärmer ist, als die Kuhmilch aus dem Kühlschrank. Es wird ihr auch sagen, dass es gerne an ihr kuschelt. Ein Kleinkind anzuregen, ohne Stillen einzuschlafen, ist ein Prozess, welcher viel Einfühlungsvermögen, Zeit und Geduld verlangt. Damit wird sehr viel Taktgefühl, gegenseitiges Verständnis und Dialog in eine Familie gelebt.

Im sogenannten „Trotzalter“, in dem das Kind zunehmend seine Selbstständigkeit entwickelt, reagiert es zwischendurch mit Wut auf seine Mutter. Kritiker sagen, dass ein gestilltes Kind diese durchaus gesunden Gefühle nicht ausdrücken könne, weil es wegen dem Stillen von der Mutter abhängig ist. Stimmt das?

Hier muss ich schmunzeln. Wer so etwas behauptet, hat ein trotzendes Stillkind noch nicht erlebt. Ein Kleinkind, welches sein Selbst und seine Willenskraft entdeckt hat und dieses mit aller Macht im Trotz behauptet, lässt sich durch Stillen in seinem heftigen Gefühlsausdruck und Autonomiestreben überhaupt nicht bremsen. Das Trotzalter soll schließlich nicht zu Beziehungsabbrüchen führen, sondern die Qualität der Mutter-Kind-Bindung auf eine höhere, reziproke Stufe weiterbringen. Darin hat die ganze Palette positiver und negativer Gefühle ihren Platz und ihre Berechtigung.

Sind aus Ihrer Erfahrung unter Kindern, die sich mit der Autonomieentwicklung schwer tun, besonders viele, die lange gestillt wurden respektive eine enge Bindung zu ihrer Mutter haben?

Nein. So pauschal lässt sich das nicht sagen. Hier wirken viele Faktoren in einander. Jegliches Schwarz-Weiß-Denken blockiert die Diskussion. Ich erachte für die Autonomieentwicklung das soziale Umfeld als ausschlaggebend. Nicht das Stillen oder die Milchflasche, sondern die Qualität der Bindung zwischen der Mutter und dem Vater stellen die Basis der kindlichen Autonomieentwicklung dar. Die Erziehung kann nicht von der Mutter alleine getragen werden. Der Vater, die Großeltern, weitere Familienangehörige, die Pädagogin und andere Bezugspersonen haben eine große Bedeutung. Ich beobachte ein interessantes Phänomen: Sicher gebundene Kleinkinder wehren sich stärker gegen Fehler im zwischenmenschlichen Umgang. Sie haben höhere Ansprüche und Erwartungen an neue Bezugspersonen und fordern ihre Reifezeit für die soziale Entwicklung mehr ein. Sie lehnen fremde Personen zunächst ab, bilden jedoch nach einer Phase des Kennenlernens und Vertrauensaufbaus tiefere Beziehungen zu ihnen aus. Sie sind gesprächiger, zeigen in ihrer Kindheit mehr soziale Kompetenz beim Spielen und mehr Rücksichtnahme. Unserer Gesellschaft gefallen jene Kleinkinder mehr, die sich schon früh beliebig und/oder distanzlos auf fremde Personen einlassen. Sie „kleben“ nicht und können häufig ohne Widerstand in die Fremdbetreuung abgegeben werden. Das wirkt für jene, die wenig von Entwicklungspsychologie verstehen, sozial kompetent und autonom. Ich meine, dahinter steckt häufig eine bereits früh etablierte Selbstbezogenheit und Einsamkeit. Für mich sind solche Kinder vielen Gefahren ausgesetzt. Sie lassen sich unkritisch auf Menschen ein, die ihnen auch schaden könnten. Und: Wem vertrauen sie sich an, wenn sie in Not sind und Angst haben?

Mit Theresia Herbst sprach Sibylle Lüpold, Juli 2012