



Die kleine Jara, die hier so wach und neugierig auf dem Schoß von Claudia Vogt sitzt und ihre Eltern anschaut, kam mit 1700 Gramm auf die Welt. Neun Monate später ist sie ein gesundes, kräftiges Mädchen. Die Bindungsberaterin betreut die Familie schon seit der Entlassung aus der Klinik. Besonders wichtig für eine gute Entwicklung ist viel Nähe, sagt sie. Wer sein Kind im Tuch trägt, gibt ihm Wärme und Sicherheit zugleich.

FOTOS: ROBERT HAAS; IMAGO IMAGES/HALFPOINT



Interview: Martina Scherf

Claudia Vogt, 51, arbeitet für den Münchner Verein HarLe.kin, der vor 25 Jahren im Klinikum Harlaching gegründet wurde und inzwischen in vielen bayerischen Kommunen aktiv ist. Seine Mitarbeiterinnen betreuen Familien mit früh- oder risikogeborenen Kindern in der Übergangsphase von der Klinik nach Hause. Denn die Überlebenschancen von Frühgeborenen haben sich – in technisch hoch entwickelten Ländern wie Deutschland – enorm verbessert. Viele Frühchen können sich heute genauso gut entwickeln wie alle anderen Kinder. Entscheidend dafür ist aber nicht nur die Medizin, sondern auch, wie gut die Eltern unterstützt werden.

Seit mehr als 20 Jahren begleitet die Ergotherapeutin zudem für die Münchner Lebenshilfe Familien mit behinderten und entwicklungsverzögerten Kindern. Am Universitätsklinikum Ulm hat sich Claudia Vogt zur Entwicklungspsychologischen Beraterin fortbilden lassen. Inzwischen ist die Mutter zweier erwachsener Kinder auch freiberuflich als Bindungsberaterin tätig. Bei ihren Hausbesuchen erlebt sie immer wieder viel Unsicherheit und ein Wechselbad der Gefühle bei den Eltern – sowohl von Frühchen als auch von „reif“ geborenen Kindern – und die Erleichterung, wenn die Sicherheit im Umgang mit den kleinen Wesen wächst und Entspannung einkehrt.

SZ: Frau Vogt, was ist eine Bindungsberaterin?

Claudia Vogt: Ich habe bei allen Beratungsthemen immer die Bindung im Blick. Viele Studien belegen, dass Kinder, die sich von Geburt an sicher fühlen, im späteren Leben selbständiger, belastbarer, lernfähiger, sozial kompetenter werden. Am wichtigsten sind dafür die ersten drei Lebensjahre. Manchmal sind Eltern aber nach der Geburt selbst sehr verunsichert – wenn das Baby viel weint, schlecht schläft, wenn es mit dem Stillen nicht klappt. Diese Unsicherheit überträgt sich, das ist dann oft ein Ping-Pong-Effekt. Dann helfen wir den Eltern, dass sie ihr Kind besser verstehen lernen, entsprechend reagieren und damit mehr Sicherheit ausstrahlen.

„Viele schauen häufiger ins Internet als auf ihr Baby“

Claudia Vogt bringt Eltern nach der Geburt bei, ihr Kind zu lesen und zu verstehen.

Die Bindungsberaterin hat mehr als 20 Jahre Erfahrung. Sie weiß, auf was es ankommt, damit der Start ins Leben gut gelingt – auch dann, wenn er holgrig ist

Bindungsforscher wie der Psychoanalytiker Karl Heinz Brisch sprechen davon, dass Eltern ihr Baby „lesen“ lernen sollten. Was ist damit gemeint?

Schon ein Neugeborenes kann seine Gefühle und Bedürfnisse sehr gut ausdrücken. Es gibt feine Zeichen, was es gerade braucht, und mit ein bisschen Hinwendung und Übung versteht man die sehr schnell.

Zum Beispiel?

Ein Baby schmatzt oder schiebt die Zunge nach vorne, wenn es Hunger hat. Es hält ein Händchen vors Gesicht, mit der Handfläche nach außen, um zu signalisieren: Ich möchte jetzt meine Ruhe. Es macht Fäuste und spannt den Körper an, wenn es ängstlich oder überreizt ist. Schläft es dagegen ruhig, die Arme nach oben angewinkelt, die Händchen geöffnet, ist es entspannt. Dann sollte man es auch nicht wecken.

Auch nicht zum Füttern? Haben nicht gerade Eltern von Frühchen oft Angst, dass das Kind nicht genug Nahrung bekommt?

Natürlich brauchen die Kleinen regelmäßig Milch, und man muss auf das Gewicht und den Blutzuckerspiegel achten. Aber manche Eltern meinen es zu gut. Sie sollten dem Baby keinen Stundenplan aufzwingen, so wie das früher üblich war. In der Klinik geht das nicht anders, da läuft alles nach Schema. Aber zuhause bestärken wir die Eltern darin, zu allererst auf das Baby zu achten. Also dann füttern, wenn es wach ist und Hunger hat. Das ist bei jedem Kind anders. Stillkinder kommen öfter, diesem Bedürfnis sollte man nachgeben. Und das Stillen ist viel mehr als Nahrung, es bedeutet auch Nähe und Geborgenheit. Dann klappt es auch mit dem Schlafen besser.

Was ist, wenn das Kind anfangs keine Kraft hat, bei der Mutter zu trinken?

Dann kann die Mutter die Milch abpumpen, und das Baby bekommt damit alle wertvollen Nährstoffe der Muttermilch. Wenn sie gleichzeitig immer wieder die Brust anbietet und viel Geduld aufbringt, schaffen es manche Kinder dann mit der Zeit doch noch. Aber wenn nicht, dann können natürlich auch Babys, die mit der Flasche ernährt wurden, eine gute Bindung entwickeln.

Schlafen ist das andere große Thema.

Ein Riesenthema. Das zieht sich manchmal über Jahre. Ich berate zur Zeit eine Familie, deren Kind jetzt schon zwei Jahre alt ist und noch immer keinen Schlafrythmus hat. Ihnen wurde damals bei der Entlassung aus der Klinik gesagt, sie müssten es alle zwei Stunden wecken und füttern. So kam es nie zur Ruhe. Und seit ich auch freiberuflich Beratung anbiete, nicht nur für Frühchen, kommen immer wieder erschöpfte Eltern auf mich zu, deren Kinder schon acht Monate oder älter sind.

Was braucht es für einen guten Schlaf?

Wenn seine körperlichen Bedürfnisse befriedigt sind, braucht das Kind vor allem das Gefühl der Sicherheit durch die Nähe der Eltern. Da läuft das Steinteil-Programm ab: Wer allein im Dunkeln liegt, bekommt Angst. Man kann beim sogenannten Kängururufen von Frühchen, also wenn sie Mama oder Papa auf die nackte Brust gelegt werden, sehr gut beobachten, dass sich sofort Herzschlag, Atmung und Körpertemperatur regulieren. Leider sind Frühchen in den Münchner Kliniken immer noch nachts allein. Zuhause kann man es anders machen. Wenn das Kind in der Nähe der Familie schläft, wenn es im Hintergrund noch die leisen Geräusche hört, fühlt es sich sicher. Und das Tragetuch ist eine wunderbare Hilfe. Es wirkt sofort beruhigend, wenn Mütter oder Väter ihr Kind ins Tuch binden und am Körper tragen.

So wie es Naturvölker seit je her tun.

Genau, in fast allen vorindustriellen Gesellschaften wurden und werden die Kinder von den Müttern auf dem Rücken oder vor dem Bauch getragen. Sie hören den Herzschlag, riechen den Geruch der Bindungsperson und fühlen sich sicher.

Sie sprechen von Bindungsperson, erleben Sie Väter genauso engagiert wie Mütter?

Absolut. Und das freut mich sehr. Es gibt immer mehr Väter, die Elternzeit nehmen. Und die Corona-Lockdowns mit Home-Office führten dazu, dass Männer mehr vom Familienleben mitbekamen und jetzt mehr teilhaben wollen. Ich hatte erst neulich einen Vater, dessen Frau krank war. Er wollte das Tragetuch ausprobieren, und als er spürte, wie sich sein Baby entspannt, kamen ihm fast die Tränen vor Rührung. Manchmal habe ich den Eindruck, Frauen zweifeln mehr an sich als Männer.

Haben Sie eine Erklärung dafür?

Viele Mütter haben heute schon in der Schwangerschaft alles gelesen, Ratgeber, Zeitschriften, Instagram-Posts, und dann sieht die Realität plötzlich ganz anders aus.

„In der Kindheit lässt sich noch viel auffüllen, wenn es eine sichere Bindung gibt.“

Dann vergleichen sie sich mit anderen, und in den einschlägigen Foren lesen sie tausende Ratschläge. Viele schauen inzwischen häufiger ins Internet als auf ihr Baby. Da sind wir wieder beim Baby-Lesen. Ich sage dann immer: Bleiben Sie doch einfach mit der Konzentration bei Ihrem Kind. Es zeigt Ihnen schon, was es braucht.

Es gibt aber auch Schrei-Babys, oder?

Ja, es gibt High-Need-Kinder, die brauchen einfach sehr viel mehr als andere. Das zerrt an den Nerven. Dann zweifeln Eltern schnell an sich selbst. Ich filme manchmal die Situation beim Füttern oder Wickeln und zeige ihnen nachher die Momente, wo sie ganz nah beim Kind sind. Das rührt sie dann meistens sehr und stärkt ihr Selbstvertrauen. Ich sage den Eltern auch: Man kann ein Baby nicht verwöhnen. Dann kriegt ich oft verwunderte Blicke: Ach, wirklich? Oft kommt das noch von den Großmüttern, denen bis in die Siebzigerjahre

hinein beigebracht wurde, dass Stillen nichts bringt und dass Schreien lassen die effektivste Methode sei, damit Ruhe einkehrt.

Es ist ja immer noch der Ratgeber „Jedes Kind kann schlafen lernen“ im Umlauf, in dem steht, man solle ein Baby ans Alleine-Schlafen gewöhnen und ruhig weinen lassen.

Ja, leider. Ich finde das furchtbar und sehe auch, dass immer mehr Eltern Abstand davon nehmen. Eines ist sicher: Schreien lassen fördert die Bindung nicht. Es gibt wie gesagt andere Wege, um ein Kind zum Schlafen zu bringen.

Sie begleiten manche Kinder auch über das Säuglingsalter hinaus. Was erleben Sie da?

Für Bindung gibt es mehrere Zeitfenster. Auch wenn der Start sehr schwierig war, lässt sich in der Kindheit noch viel aufholen, wenn es sichere Beziehungen gibt. Da können auch andere Personen als die Eltern eine Rolle spielen. Es gibt aber immer noch Kitas, in denen überhaupt keine Eingewöhnung stattfindet. Man sollte es kaum glauben. Da kommt ein neues Kind, wird morgens abgegeben, Tür zu, fertig. Wie lange es dann weint, erfahren die Eltern oft gar nicht.

Wenn Sie zu den Familien gehen, sind dann alle gleichermaßen für Ihre Ratschläge offen?

Ich komme ja in alle Gesellschaftsschichten und Kulturen, zu Wohlhabenden genauso wie zu Flüchtlingsfamilien. Alle sind extrem dankbar für die Unterstützung, dass es da jemanden gibt, der zu ihnen nach Hause kommt und zwar solange, wie es nötig ist oder gewünscht wird. Zumal wir leider viel zu wenige Hebammen haben. Es gibt natürlich auch familiäre Belastungen, die sind so traumatisch, da vermitteln wir an spezielle Einrichtungen, wie zum Beispiel das Jugendamt oder eine psychosoziale Beratung. Aber bei allen anderen Familien ist es immer wieder schön zu sehen, wie sich das Baby entwickelt, wenn die Eltern sich ganz auf das Kind einlassen. Das macht mich selbst auch jedes Mal glücklich.