

„Ein Baby will getragen sein!“ Von Traglingen und Steinzeitmenschen

Kommt ein Baby auf die Welt, ahnt es wohl kaum, dass wir doppelt verglaste Fenster und Sicherheitstüren haben und dass der Transport von kleinen Menschenkindern heutzutage liegend im Maxi Cosi vonstatten geht. Vielmehr denkt es instinktiv, alles sei wie vor 10.000 Jahren.

Sarah Mral und ihre Kolleginnen Britta Rühmer, Julia Schmidt und Svea Geißler, die sich als speziell ausgebildete Trageberaterinnen in der südlichen Metropolregion Hamburgs für das Tragen von Babys stark machen, erklären Eltern die Zusammenhänge: "Früher wurde jedes Baby getragen. Schlichtweg auf den Arm, mit den Händen festgehalten" erläutert Svea Geißler, die Eltern im Bereich Buchholz und Buxtehude beratend zur Seite steht. "Dies erwies sich als äußerst praktisch: Geht man mal 10.000 Jahre zurück auf dem Zeitstrahl der Geschichte und denkt an die wilden Tiere und den Säbelzahn tiger... Die Babys mussten geschützt werden, um zu überleben. Die Babys wurden getragen, und das gab ihnen Schutz, Sicherheit und Geborgenheit. Für unsere Babys von heute sind diese 10.000 Jahre entwicklungsbiologisch erst einen Wimpernschlag her, man darf sich also nicht wundern, dass sich ein Baby schnell wieder bemerkbar macht, wenn es abgelegt wird und damit dem Wunsch nach Schutz und Sicherheit durch Körperkontakt Ausdruck verleiht".

Menschen sind Traglinge. Sie können sich nach der Geburt nicht alleine fortbewegen und sind auf Hilfe angewiesen. Alle von Geburt an vorhandenen Reflexe deuten auf ein Anklammern oder Festhalten im früher vorhandenen Fell hin, und sie werden auch heute noch in den Vorsorge-Untersuchungen beim Kinderarzt getestet. "Warum also sollte man diesen vorhandenen Reflex nicht nutzen?", fragt Britta Rühmer, die Eltern im Raum Lüneburg zum Thema Tragen berät. "Die meisten Babys fangen an zu weinen, sobald wir sie ablegen - eine völlig normale Reaktion", so die Fachfrau. "Babys kommen als Steinzeitmenschen auf die Welt. Ihr Gehirn hat die weitere evolutionäre und gesellschaftliche Entwick-

lung noch nicht im Bauch durchlebt. Woher soll das Baby also wissen, dass es ein sicheres Zuhause mit Dach über dem Kopf hat? Das Baby geht, sobald es abgelegt wird, schlicht und ergreifend davon aus, dass es entweder von seiner Sippe vergessen wird oder gar der böse Säbelzahn tiger um die Ecke biegt und sich über einen kleinen Imbiss freut. Wer würde da nicht vor Angst weinen?"

Julia Schmidt, Trageberaterin aus dem Raum Rosengarten und Umgebung, ist es wichtig zu ergänzen, dass man ein Baby nicht zu sehr verwöhnt, wenn man es trägt: "Beim Tragen hat man es bei sich und erfüllt sein natürliches Bedürfnis nach Nähe. Es fühlt sich sicher und verstanden, erfährt Liebe und Geborgenheit - was will so ein kleines Wesen mehr? So schafft man eine wunderbare Basis für eine gute Beziehung zum eigenen Kind, in der es sich sicher aufgehoben und gebunden, fühlt. Und nur wer weiß, wo ein sicherer Hafen ist, traut sich auch aufs weite Meer hinaus. Ganz zu schweigen davon, dass dein Baby dir nunmal nicht hinterherkommen kann, wenn du mal eben kurz den Raum verlässt."

Ein getragenes Baby fühlt sich sicher. Es ist bei seinen Eltern und kann ganz entspannt auf Augenhöhe seine Umwelt erleben und wahrnehmen. Sinnesreize werden positiv stimuliert und aktiviert. "Man könnte dabei sogar von kostenloser Frühförderung sprechen", sagt Sarah Mral, Trage- und Stoffwindelberaterin im Raum Seevetal, Winsen und Lüneburg. Darüber hinaus wirkt Tragen positiv auf die physische und psychische Entwicklung: "Die Hüftentwicklung ist nach der Geburt noch nicht abgeschlossen. Daher sollte ein Baby in der korrekten Anhook-Spreizhaltung getragen werden, um positiv auf die weitere Hüftfreife zu wirken" erläutert sie.

In einer Trageberatung lernt man viel über das Verhalten von Babys und wird darin bestärkt, beim Thema Tragen dem eigenen Bauchgefühl zu folgen. Ein theoretischer Teil am Anfang des Personal Coachings vermittelt einen Überblick über unterschiedliche Trageweisen. Im praktischen Teil wird ganz

! TRAGEN HILFT

- ⊙ um nach einer Geburt schneller wieder in den gewohnten Alltag zu finden
- ⊙ um die Bindung zu fördern nach einer anstrengenden und kräfte raubenden oder auch problematischen Geburt
- ⊙ bei Frühgeburten, um die fehlende "Bauchzeit" nachzuholen
- ⊙ Babys, sich zu beruhigen: getragene Babys schreien 50% weniger
- ⊙ um das eifersüchtige Geschwisterkind langsam an den Zuwachs zu gewöhnen
- ⊙ um positiv auf die weitere Hüftfreife zu wirken
- ⊙ bei Blähungen und Unwohlsein

nach Wunsch der Eltern gearbeitet. Man kann das Tragen mit dem Tuch mit unterschiedlichen Bindeweisen erlernen. Alles wird so lange mit einer speziellen Tragepuppe geübt, bis man sich sicher genug fühlt, das eigene Baby einzubinden. Sitzt alles gut und fühlen sich Träger und Tragling gleichermaßen wohl, bedarf es noch einiger regelmäßiger Übung, bis das Binden des Tuches ganz selbstverständlich wird. Besteht eher Interesse an anderen Tragehilfen, so können im Rahmen einer Trageberatung viele Varianten getestet werden. Vor- und Nachteil werden erläutert und das korrekte Anlegen und Einstellen demonstriert. Es ist wichtig, eine für sich passende Tragevariante zu finden, denn nur, wenn es dem Rücken des Tragenden gut geht, geht es auch dem Baby gut.

Auch im Anschluss an ein Coaching stehen die Trageberaterinnen für Fragen weiterhin zur Verfügung. Eine Beratung kostet in der Regel € 25,- bis 30,- pro Stunde. Zum Leistungsspektrum einer Trageberaterin gehören Einzelcoachings, Gruppenberatungen, Workshops für Tragehilfen und Bindetechniken sowie "Tragepartys" als Infoveranstaltungen, zum Beispiel im Rahmen von Geburtsvorbereitungs- und Rückbildungskursen.

GUT BERATEN BEIM TRAGEN & MEHR



Britta Rühmer
Trageberaterin, Erzieherin
LieblingsPlatz@t-online.de
Facebook: Trageberatung Lieblingsplatz
Festnetz: 04136/ 911582
Mobil: 0176/ 66809255
Beratungsgebiet: Lüneburg und Umgebung



Julia Schmidt
Trageberatung, Kangatraining
info@natuerlichtrageich.de
www.natuerlichtrageich.de
Mobil: 0151/11671964
Beratungsgebiet: Rosengarten und Umgebung



Svea Geißler
Trageberatung, OnlineShop,
EinfachEltern Babykurse,
info@nesthaekchen-nordheide.de
www.nesthaekchen-nordheide.de
Mobil: 0176/23583568
Beratungsgebiet: Buchholz, Nordheide, Buxtehude



Sarah Mral
Trageberaterin, Stoffwindelberaterin
Sarah@gerne-tragen.de
www.gerne-tragen.de
Mobil: 0173 / 45 44 799
Beratungsgebiet: Seevetal, Winsen, Lüneburg