

*Jana
König*

**.. WENN
MÜTTER
ROT
SEHEN**

*Der
tägliche Wahnsinn der
»Mommy Wars«*

Eulenspiegel Verlag

Über das Buch

Wie erziehst du denn dein Kind? Ob Impfen, Stillen, Schlaflernphase oder Beikosteneinführung: Konnte frau früher einfach ihre Mutter um Rat bitten, kursieren heute zu jeder Frage hundert Standpunkte.

Nichtsahnend sitzt eine junge Mutter auf der Parkbank unweit des Spielplatzes und kommt ins Gespräch mit anderen Mamas, tauscht sich mit Freundinnen aus oder sucht Auskunft im Internet, dabei auf freundliche und informative Auskunft hoffend – schon ist es passiert: Sie gerät mitten hinein in die »Mommy Wars«, ein Schlachtfeld, auf dem gnadenlos Gefechte ausgetragen werden. Bereits kleine Fragen führen zu Grundsatzdebatten und heftigen verbalen Attacken. Denn jede hat die einzig richtige Antwort parat, verteidigt ihre Position mit Klauen und Zähnen und lässt keine andere Meinung gelten. Stillen, tragen, wickeln – welche Auffassungen gibt es, wie werden sie begründet?

Die Autorin dieses Buches hat eine Schneise durch den Meinungsdschungel geschlagen, denn sie meint: Argumente abwägen, mit dem Bauchgefühl in Übereinstimmung bringen, und dann einfach machen. Dabei greift sie auf Erfahrungen mit dem eigenen Kind zurück, schreibt mit Sachkenntnis und Witz und hat ein Best-of der fiesen Anfeindungen und absurden Ausfälle von den Schlachtfeldern der »Mommy Wars« gesammelt.

Über die Autorin

Jana König wurde 1985 in Cottbus geboren und 2014 in Berlin Mutter. Zwischendurch wuchs sie auf, ging zur Schule, studierte in Halle sowohl Germanistische Literaturwissenschaft als auch Geschichte, übersiedelte von der Saale an die Hauptstadt-Spree und arbeitet heute als Lektorin.

Irgendwo am Wegesrand fand sie den Mann, der der Vater ihrer Tochter werden sollte, und weil in dieser Familie Besserwisseri als Volkssport gilt, war ein Buch über die weitverbreiteten »Mommy Wars« unumgänglich.

Sämtliche Inhalte dieser Leseprobe sind urheberrechtlich geschützt.
Sie dürfen ohne vorherige schriftliche Genehmigung weder
ganz noch auszugsweise kopiert, verändert, vervielfältigt oder
veröffentlicht werden.

ISBN Buch: 978-3-359-01716-5

ISBN E-Book: ISBN 978-3-359-50063-6

© 2016 Eulenspiegel Verlag, Berlin

Umschlaggestaltung: Buchgut, Berlin

Die Bücher des Eulenspiegel Verlags erscheinen
in der Eulenspiegel Verlagsgruppe.

www.eulenspiegel.com



Inhalt

Vorwort 7

Die Grundsatzfrage: Herd oder Karriere? 10

Fremdbetreut 18

Raus kommen sie alle 26

Die Diskretion des Fläschchens 35

For ever and ever? 43

1, 2, 3er Milch 48

Food under one is just for fun 52

Böser Zucker, mörderisches Salz 57

Ist Stillen eigentlich vegan? 62

StoffWindelFrei 67

Attachment Parenting 74

Tragen statt Schieben 79

Schläft sie denn schon durch? 84

Sind wir nicht alle ein bisschen
regulationsgestört? 93

Wie man sich bettet, so liegt man 99

Die totale Überwachung 104

Schnuller vs. Daumen 109

Nur ein kleiner Pieks 114

Globuli heilen alles 119

Alles so schön keimfrei 124

Freie Fahrt im Gängelwagen 131
Schicht über Schicht über Schicht über ... 138
Wer erzieht, ist schlecht erzogen 142
Lob der konsequenten Inkonsequenz 149
Alle Mann rein in den Helikopter! 155



Vorwort

Was passiert, wenn eine Frau Mutter wird? Sie erlebt das Wunder des Lebens, erfährt ein einmaliges Gefühl des Gebrauchtwerdens und eine Liebe von ungeahnter Tiefe. Und sie wird mir nichts, dir nichts in eine Schlacht geworfen, von der sie nichts ahnte: die Mommy Wars! Wer sich als Mutter unter Mütter auf Spielplätze und in Krabbelgruppen, in Elterncafés oder auch in einschlägige Internetforen begibt, wird mit hitzigen Gefechten konfrontiert, die kaum ein Thema der Säuglingspflege und Erziehung unbehandelt lassen. Fast jede hat eine Meinung, die es mit Klauen und Zähnen zu verteidigen gilt.

Als angehende und dann frischgebackene Mutter war ich mittendrin: Mit 29 mitten im Durchschnitt der Erstgebärenden und dank Hormonchaos mitten im »O Gott, ist dieser Strampler zuckersüß, aber was, wenn das Kind beim Anziehen vom Wickeltisch fällt?«-Modus. Glück, aber auch große Verunsicherung trieben mich um. Plötzlich ist man – ob nun allein oder gemeinsam mit dem Partner – hauptverantwortlich für das Wohlergehen eines kleinen Menschen, der noch etliche Jahre nicht für sich selbst wird sorgen können. Mein Mann und ich wollten alles richtig machen, brachten aber keinerlei Babypflegeerfahrung mit. Kleine Geschwister, Cousins, Nichten, Neffen, Patenkinder? Fehlanzeige.

Und die Eltern wohnten zu weit weg, um eine echte Hilfe zu sein. Einerseits hat es sein Gutes, auf diese Weise relativ unvoreingenommen an die Elternschaft heranzugehen. Aber so ganz ohne theoretischen Rückhalt fühlten wir zwei elterngewordene Akademiker uns wie Nichtschwimmer über dem Marianengraben. Orientierung musste her!

Damit begann für mich die Suche nach Kompetenz in Sachen Eltern-Know-how. Ich wollte wissen: Wie tickt dieser kleine Mensch, der sich noch nicht in Worten artikulieren kann? Was sind seine Bedürfnisse? Und wie lassen die sich mit unseren elterlichen Ansprüchen und Ressourcen zusammenbringen? Den Anfang machten Elternratgeber, die einen Überblick boten, aber viele Themen, über die ich mehr erfahren wollte, nur anrissen. Ich musste also tiefer in die Materie und wälzte Bücherberge, in denen sich auch etliche Schätze fanden. »Kinder verstehen« von dem Kinderarzt Herbert Renz-Polster, der Kinderverhalten mithilfe der Evolution verständlich macht, war zum Beispiel so ein Schatz. Ich sprach mit Freunden, mit Hebammen, und ich las mich einmal quer durchs Internet. Denn viele Eltern suchen mittlerweile dort Rat und Hilfe oder Gleichgesinnte und Sparringspartner, auf Ratgeberseiten, in Blogs und in Foren.

Ich gewann dabei zwei wesentliche Erkenntnisse. Erstens: Es gibt kein Thema, zu dem nicht verschiedene Meinungen kursieren, die allesamt Argumente für sich haben und einander doch teils heftig widersprechen. Man könnte sich also guten Gewissens so, aber auch anders entscheiden. Zweitens: Dieser Umstand sorgt

dafür, dass viele, die ihre Position gefunden haben, weit übers Ziel hinausschießen. Da wird nicht sachlich argumentiert oder gar Raum für abweichende Meinungen und Erfahrungen gelassen, nein, es hagelt Vorwürfe, Beleidigungen, Unterstellungen, und sogar Verschwörungstheorien werden aufgerollt, dass einem die Luft wegbleibt. Da sind sie, die Mommy Wars!

Was ich daraus gelernt habe, ist vor allem: Wir brauchen mehr Gelassenheit. Auch und insbesondere dann, wenn andere Mütter etwas anders handhaben oder anderer Meinung sind. Sollen sie doch! Jede Mutter tickt auf ihre Weise, und jedes Kind ebenfalls. Das ist kein Angriff auf die eigene Kompetenz und erfordert keinen Gegenschlag. Weder totale Verunsicherung noch Hysterie sind der geistigen Gesundheit von Mutter und Kind besonders zuträglich. Also am besten: Argumente abwägen, mit dem Bauchgefühl in Übereinstimmung bringen, und dann einfach machen.

Weil das mit dem Abwägen so mühselig ist, wenn man sich aus allen Ecken und Enden die Argumente zusammensuchen muss, habe ich versucht, eine kleine Abkürzung durch den Meinungsdschungel zu schaffen. Stillen, tragen, wickeln – welche Auffassungen gibt es, wie werden sie begründet? Und da ein Buch über Mommy Wars unvollständig wäre, wenn die Arena nur sachlich ausgeschritten würde, darf ein Best-of der fiessten Anfeindungen, absurden verbalen Aussetzer und unfreiwillig komischen Sentenzen nicht fehlen. Denn Lachen hilft bekanntlich beim Entspannen ungemein.



..... Die totale Überwachung

Waren Kinder früher eine Selbstverständlichkeit, sind sie heute für die meisten Eltern eine ganz bewusste Entscheidung. Vielleicht scheint die Sorge ums Kind auch deshalb größer geworden zu sein – im Dreck spielende Kleinkinder oder Erstklässler, die alleine zur Schule gehen, sind heute für viele Eltern schon beängstigende Szenarien. Und dann ist da noch der plötzliche Kindstod, der nur dadurch definiert ist, dass man ihn nicht erklären kann – eine klassische Ausschlussdiagnose. Er ist das Schreckgespenst schlechthin, vor allem für Erstlingseltern.

Klar ist aber, dass SIDS (Sudden Infant Death Syndrome) fast immer mit bekannten Risikofaktoren verbunden ist: Überwärmung, isoliertes Schlafen, Bauchlage, Passivrauchen. Viele lassen sich aktiv vermeiden. Stattdessen lautet die Empfehlung: Das Kind mindestens sechs Monate lang, besser das gesamte erste Lebensjahr hindurch nicht im eigenen Zimmer schlafen lassen, sondern bei den Eltern oder wenigstens mit offener Tür. Erstens verhindern so die Störgeräusche, dass das Kind zu tief schläft, was Atemaussetzer begünstigt. Zweitens merken die Eltern in unmittelbarer Nähe eher, wenn etwas nicht stimmt. Wenn das alles berücksichtigt wird, liegt das Risiko schon bei unter einer Promille. Für alle,

die nicht wie Frühchen zu den Risikokindern gehören, ist es demnach verschwindend gering.

Doch die Empfehlung des gemeinsamen Schafzimmers mit ständiger unmittelbarer Hörweite widerspricht den gängigen mitteleuropäischen Schlafgewohnheiten. Alleine zu schlafen ist das Ideal. Die Angst ums Kind wird dadurch aber nicht vermindert, eher im Gegenteil: Atmet es noch? Hat es sich das Schnuffeltuch übers Gesicht gezogen? Springt es mit dem Kopf voran über die Kinderbettreling? Diese Konstellation sorgt für den Boom einer ganzen Industrie: die Babyüberwachung!

Dass ein Babyfon irgendwie Pflicht ist, hatte sich auch in meiner Familie festgesetzt. Gleichwohl brauchten wir es im ersten Jahr nur für die zwei, drei Stunden, die unsere Tochter früher ins Bett ging als wir – und in denen sie sowieso so oft aufwachte, dass man in den meisten Nächten gleich ganz hätte dableiben können. Deswegen war unser erster Impuls: wenn, dann bitte das allereinfachste Gerät, gerne auch billig. Das Resultat war ein Basic-Babyfon mit zwei Frequenzen. Beide rauschten übel, und über eine davon konnten wir den vergeblichen Versuchen unserer Nachbarn lauschen, ihren Zweijährigen in die Federn zu bringen. So kommt man sich auch irgendwie näher. Außerdem fiel das Sender-Teil ständig um und verursachte einen Höllenlärm. Wir griffen dann also doch etwas tiefer ins Portemonnaie und besorgten uns ein auf Herz und Nieren geprüftes Gerät, das ebenfalls nichts kann, als den Ton zu übertragen. Ziel der Übung war nämlich nicht die Bekämpfung von SIDS-Angst, sondern einfach rechtzeitig zu hören, wenn

unsere Tochter Zuwendung braucht – bevor sie so laut weint, dass es durch die ganze Wohnung schallt.

Vielleicht kamen wir deshalb gar nicht erst auf die Idee, uns über die segensreichen Möglichkeiten zu informieren, die wir bei Freunden in Aktion erleben durften: Nachtsichtkamera, Atemüberwachungsmatte und sogar Gegensprechanlage sind Gimmicks, die sich bei besorgten Eltern großer Beliebtheit erfreuen. All dies dient nicht wirklich der Sicherheit der Kinder, denn die ist erstens gar nicht in so großer Gefahr, und zweitens ist die Absolvierung eines Kurses »Erste Hilfe am Kind« viel wichtiger als irgendein technischer Schnickschnack. Es dient vielmehr schlicht der Beruhigung der Eltern, wie die meisten auch offen zugeben. Also ruhige Abende dank Hightech? Weit gefehlt!

Eine Mutter hat mir dazu folgende Geschichte erzählt: Da es ihr wichtig ist, dass ihr Kind ohne Hilfe und Begleitung einschläft, legte sie es wach ins Bett, wünschte ihm eine gute Nacht, schaltete die Babykamera ein und verließ das Zimmer. Tatsächlich blieb das Kind friedlich, doch die Mutter krabbelte nicht etwa zu ihrem Partner auf die Couch, nein, sie setzte sich in die Küche und verbrachte die nächsten zwei Stunden damit, ihr Kind via Kamera zu beobachten, um dann zufrieden festzustellen, dass es nach Ablauf dieser Zeit tatsächlich eingeschlafen war. Baby-Watching statt Fernsehfilm?

Ich habe mich in den Foren mal auf Spurensuche gegeben, welche sachlichen Argumente es – neben dem Baldrianersatz – für solche technischen Extras gibt. Was man dort so findet, sind aber vor allem und mal wieder

Anfeindungen. Die Befürworterinnen sagen hauptsächlich: »Lieber kaufe ich für viel Geld so eine Matte, als irgendwann ein totes Kind vorzufinden und mir ewig vorzuwerfen, dass ich es damit vielleicht früher gemerkt und noch etwas hätte tun können.« Die Gegnerinnen finden: »Ihr spinnt doch alle!« Und das artikulieren sie deutlich:

Das ist ja die totale Überwachung schon von Geburt an! Immer dieser Kontrollwahn! Manchmal hat man echt das Gefühl, dass Babys für einige nur Spielzeug sind.

Ich hab mir gerade vorgestellt, wie das Baby nicht etwa weint, sondern das Knöpfchen drückt und ruft: »Mama, Milch, pronto!!!«, und aus der Küche wird zurückgefunkt: »Sofort!«

Wenn man schon zu bequem ist, nach seinem Baby zu schauen, wenn es noch so klein ist, will ich gar nicht erst wissen, wie ihr später mit nem Kind fertig werdet, das mobil ist.

Wahrscheinlich wegsperren. Ab ins Kinderzimmer, Tür zu, und die Kamera wird auch abgestellt, man will das Elend ja nicht mit ansehen müssen. Die Gegensprechanlage hingegen bleibt in Gebrauch, um dem Kind klare Ansa-gen zu machen, wann es leiser spielen soll, weil es den Fernseher übertönt.

Was soll denn eine Gegensprechfunktion? Sollen Eltern allen Ernstes darüber ihr Kind beruhigen? Oder Anwei-sung geben, wo der Schnuller liegt? »Ein bisschen weiter rechts, Klaus, und noch eine Kekslänge nach oben. Ja,

wärmer, wärmer!« Nee, also echt nicht. Das machen wir dann lieber persönlich. So viel Zeit muss sein, liebe Freundinnen!

Wer selbst Kleinkinder hat, der weiß, wie »ruhig« sie nachts schlafen – oft stützen sie sich im Halbschlaf auf, robben einfach los, bis das Köpfchen irgendwo anschlägt, brechen an Ort und Stelle zusammen und schlummern friedlich weiter, als wäre nichts geschehen. Das schafft keine Matte, und aus der vermeintlich ruhigen Nacht wird eine Kette von Fehlalarmen, die Eltern und Kind wachhalten. Herzlichen Glückwunsch!

Dann wäre da noch die diffuse Angst vor Elektrosmog.
Aber echte sachliche Argumente? Fehlanzeige.



Schnuller vs. Daumen

Wenn ich auf meinen Pfaden durch die Mütterforen dieser Welt eins gelernt habe, dann dies: Heikle Fragen erkennt man ziemlich leicht an einem übermäßigen Gebrauch von Ausrufe- und Fragezeichen. Sehr beliebt ist zum Beispiel: »Hilfe!!!! Was ist schlimmer: Schnuller oder Daumen?!?!?!?!??« Bei der Beantwortung dieser Frage hilft vielleicht eine kleine Aufstellung der übelsten der üblen Schrecklichkeiten dieser beiden Geißeln der Menschheit:

SCHNULLER



CONTRA

⚡ muss ständig (!!!) gereinigt werden

⚡ monatelang muss man nachts ständig (!!!) aufstehen, solange das Baby den Schnuller noch nicht selbst wiederfindet und sich in den Mund friemelt

DAUMEN



CONTRA

⚡ ist nicht (!!!) sterilisierbar, alles, was das Baby anfasst, gelangt also in seinen Mund

⚡ in den ersten Wochen droht das Damoklesschwert Saugverwirrung

⚡ am deformierten Daumen und Nagel sieht man, dass daran geknackelt wird/wurde

⚡ behindert auf Dauer die Sprachentwicklung und schädigt die Zähne, auch Mittelohrentzündungen treten häufiger auf

⚡ nicht kieferergonomisch geformt, schädigt die Zähne also noch schlimmer als ein Schnuller, wenn man ihn zu lange benutzt

⚡ z. T. wochenlange Überredungsarbeit, bis das Kind den Nuckel endgültig abgibt

⚡ ist immer am Kind – wie soll man den je wieder abgewöhnen?

Wirkliches Teufelszeug, oder? Da schüttelt's einen doch! Dementsprechend bringen sich gegen jedes dieser bizarren Instrumente Gegnerinnen in Position. Oder ist vielleicht doch alles nur halb so schlimm?

Saugreflex und Saugbedürfnis sind angeboren, schon im fünften Schwangerschaftsmonat lutschen Ungeborene an ihrem Daumen. Das ist enorm wichtig, damit Babys unmittelbar nach der Geburt in der Lage sind, Nahrung aufzunehmen. Die Befriedigung des Saugbedürfnisses sorgt für Beruhigung, das Baby entspannt und baut Stress ab. Wie stark das Bedürfnis ausgeprägt ist, variiert von Kind zu Kind mitunter enorm und ist abhängig von seiner Persönlichkeit und dem Stresslevel in seinem Alltag. Mancher kann sich von Brust, Flasche

oder Schnuller gar nicht lösen, der nächste ist mit zehn Minuten pro Mahlzeit schon bestens bedient. Aber was tut man nun, wenn man einen Saug-Junkie erwischt hat? Gibt es überhaupt eine vertretbare Lösung, oder sollte man schon mal die Fäustlinge fürs Kind und die Ohrenschützer für die Eltern bereitlegen?

Zum Glück gibt es auch Problemkelche, die an einem vorübergehen. Die Frage »Schnuller oder Daumen?« ist für mich so einer. Meine Tochter interessierte sich weder für das eine noch für das andere. Na gut, das stimmt nicht ganz: In den ersten Wochen akzeptierte sie – ultimativer Tipp unserer Hebamme – die kleinen Finger ihrer Eltern als Entspannungshilfe. Neulich bemerkte eine Verkäuferin auf dem Wochenmarkt sogar mal hochofren, als sie meine Anderthalbjährige sah: »Endlich mal ein Kind, das nicht geknebelt ist! Ich frage die Eltern immer, ob sie die Kleinen nicht auch noch fesseln wollen, wenn ich ein Kind mit Nuckel im Mund sehe.« Puh, starker Tobak! Wir hätten uns gerade in den anstrengenden, schreiintensiven ersten Monaten durchaus über eine solche anorganische Beruhigungsallzweckwaffe gefreut.

Ich kenne aber auch das andere Extrem: Mein Freund Martin hatte einen Zweijährigen, der an Sprachfaulheit kaum zu überbieten war – bis der Kinderarzt mal leise nachfragte, warum der Bub denn die ganze Zeit den Schnuller im Mund habe. Für Martin und seine Frau war der Nuckeleinsatz so selbstverständlich geworden, dass ihnen der Dauergebrauch bis dato gar nicht aufgefallen war. Schon gar nicht als Problem, das schuld an

der verzögerten Sprachentwicklung ihres Sohnes sein könnte. Ihm den Schnuller tagsüber abzugewöhnen, erwies sich tatsächlich als gar nicht so schwierig, und es dauerte nicht lange, bis er zu plappern anfang wie seine Altersgenossen.

In diesem Fall löste sich die Sache also von selbst. Solche Muster sind auffallend: Zu jeder besorgten Nachfrage, ob dies oder jenes gehe, gibt es eine Story, die Ängste schürt, und drei oder mehr, wo alles ganz problemlos lief. Dabei kann man meist herauslesen, dass das Erleben eines problematischen Falls irgendwann im eigenen Leben oder irgendwo im Umfeld dazu führt, den Stein des Anstoßes für die blödeste Idee überhaupt zu halten. Die vielen unproblematischen Beispiele fallen dabei einfach unter den Tisch. Vielleicht sollte man sich eher auf ebendiese konzentrieren – ein Kind zu haben bedeutet schließlich nicht, immer kurz vorm Nervenzusammenbruch oder Herzinfarkt zu stehen.

Zurück zum Thema. Bei einem Großteil der Daumenlutscher gilt: Wenn sie erst mobil werden, also ihre Hände zum Krabbeln, Festhalten, Hochziehen und Dinge-aus-dem-Regal-Stibitzen brauchen, ist der Daumen schnell vergessen. Auch das Durchbrechen der Zähne kann die Phase beenden. Wo sich die Sache, ob nun Schnuller oder Daumen, nicht von allein erledigt, werden Eltern trickreich: Belohnungssternchen für jede Nacht ohne Hilfsinstrument, Handschuhe, ekelhaft schmeckende Tinkturen, der Nuckelbaum im Park oder die Schnullerfee, die nachts still und leise ein Geschenk im Austausch für den Schnuller aufs Kissen legt.

Manchmal tun es auch schon ein paar extra Kuscheleinheiten, wenn das Bedürfnis nach dem Beruhigungssauger übergroß wird.

Man kann die Sache natürlich auch positiv hinterfragen: Was ist *besser*, Schnuller oder Daumen? Den Daumen muss man nicht sterilisieren, er kann nicht runterfallen, das Kind kann sich selbst bedienen, kommt also von Anfang an ohne Hilfe aus, und wie gesagt: Rumrennen und Toben mit Daumen im Mund geht schlecht. Der Konsum ist also von vornherein begrenzt. Ich habe auch schon von der Auffassung gehört, so ein Daumen im Mund sei doch eine wichtige sinnliche Erfahrung und viel intensiver, weil beidseitig (Empfindung am Finger und im Mund), als mit so einem »Gummistöpsel«. Der Gummistöpsel hingegen ist in der Regel kiefergerecht geformt und ermöglicht eine stärkere elterliche Kontrolle über den Gebrauch, zudem senkt nächtliches Saugen das Risiko des plötzlichen Kindstods. Vor dem zweiten Geburtstag ist in Sachen Zahn- und Kieferfehlstellungen sowieso beides unproblematisch. Auch hier gilt also wieder: Es gibt kein Richtig oder Falsch, es ist nur eine Frage der eigenen Vorstellungen und Ansprüche. Und des rechtzeitigen Absprungs.

Sollte mein zweites Kind später Tobsuchtsanfälle kriegen, weil es auch zum fünften Geburtstag partout seinen Schnuller nicht an die entsprechende Fee weiterverschenken möchte, selbst wenn der ganze Weihnachtswunschzettel rauf und runter winkt, schreibe ich dieses Kapitel vielleicht noch mal neu ...