

so* kommunizieren mit meinem Baby

**subjektorientiert: einfühlsam, wertschätzend, stärkend*



Das ABC der Zurückhaltung: Drei konkrete Beispiele

	Abwarten	Beschreiben	Coachen
Situation 1: Ein Baby will eine Rampe hochkrabbeln und rutscht immer wieder runter.	Solange das Baby gar nicht oder nur leicht frustriert ist, brauchen wir uns nicht einzumischen. Auf keinen Fall heben wir das Baby einfach auf die Rampe hoch und nehmen im damit die Möglichkeit es selbst zu schaffen.	Wenn das Baby eine Hilfestellung einfordert, können wir zunächst nur beschreiben: «Du versuchst, diese Rampe hoch zu krabbeln, aber du rutschst immer wieder runter. Die Rampe ist sehr rutschig.» (Das können wir z.B. demonstrieren, indem wir einen Gegenstand runterrutschen lassen)	Wenn das Baby vehement mehr Hilfestellung einfordert, können wir ihm kleine Tipps geben: «Vielleicht hilft es, wenn du dich hier festhältst». Oder wir können ihm evtl. die Aufgabe etwas leichter machen, z.B. indem wir ihm Socken und Hosen ausziehen.
	Was, wenn das Baby vor lauter Frust zu weinen beginnt? Auch dann sollten wir die Aufgabe nicht einfach für das Baby lösen. Ebenso sollten wir uns damit zurückhalten den Frust zu bagatellisieren oder zu leugnen («Das ist doch nicht schlimm», «Mach nicht so ein Theater»). Stattdessen können wir uns darauf konzentrieren, den Frust zu begleiten, indem wir dem Baby unsere ruhige Zuneigung schenken. Wir können etwas sagen: «Dir gelingt es nicht, da hoch zu kommen. Du siehst wirklich frustriert aus. Es kann wirklich ärgerlich sein, etwas noch nicht zu können. Ich bin sicher, du wirst es irgendwann schaffen!»		
Situation 2: Ein Baby nimmt einem anderen Baby einen Gegenstand weg.	Solange keines der Babys damit ein Problem hat, können wir einfach abwarten. Auch wenn es nur einen kurzen Zank gibt und sich die Kinder danach gleich einigen, können wir abwarten.	Wenn der Konflikt sich zuspitzt, können wir zunächst nur beschreibend eingreifen: «Ihr wollt beide mit dem gleichen Gegenstand spielen. Ihr seht etwas verärgert aus.»	Wenn der Konflikt sich weiter verhärtet, können wir Lösungsmöglichkeiten aufzeigen: «Hier hätte es noch ein anderes Spielzeug, mag jemand von euch damit spielen? Oder ihr könntet abwechseln...»
	Was, wenn eines der Babys zu weinen beginnt? Wenn starke Gefühle ins Spiel kommen, dann konzentrieren wir uns zuerst auf die Begleitung dieser Gefühle und nicht auf die Lösung des Konflikts. Diese Gefühle sind legitim und dürfen sein, wir müssen sie nicht durch eine schnelle Lösung stoppen und dem Baby dadurch mitteilen, dass seine Gefühle falsch oder inakzeptabel sind. Wir können etwa sagen: «Du willst wirklich gerne damit spielen und jetzt spielt das andere Kind damit. Das macht dich wütend und traurig.» Wenn die starken Gefühle vorüberziehen konnten, können wir uns wieder dem Konflikt zuwenden, sofern dieser überhaupt noch besteht.		
Situation 3: Ein Baby spielt mit einer Schublade. Wir befürchten, es könnte sich die Hand einklemmen.	Wenn wir die Auswirkungen eines Unfalls nicht als allzu schlimm einschätzen, können wir abwarten. Jedes Baby klemmt sich einmal die Finger ein, das ist eine schmerzhaft, aber nützliche Lernerfahrung.	Wenn wir eingreifen wollen, können wir dem Baby zunächst einfach beschreiben, was wir wahrnehmen: «Du machst diese Schublade auf und zu. Wenn deine Hand an dieser Kante ist, habe ich Angst, du könntest sie einklemmen und dir weh tun»	Allenfalls halten wir es für sinnvoll, unsere Hand so zu positionieren, dass wir einen möglichen Unfall abfedern könnten, so dass sich das Baby die Hand nur leicht einklemmen würde. Wir verhindern den Unfall nicht ganz, aber wir sorgen dafür, dass es keine ernsthaften Verletzungen gibt.
	Was, wenn das Baby sich tatsächlich die Finger einklemmt und weint? Unfälle gehören zum Forschen dazu. Auf keinen Fall sollten wir das Baby abwerten, indem wir etwa sagen: «Das habe ich dir doch gesagt» oder «selber Schuld». Stattdessen können wir ihm unsere ruhige Zuwendung schenken und ihm ermöglichen durch die Schmerzen hindurchzugehen: «Das hat wirklich weh getan!» Dann können wir ihm helfen, zu verstehen und zu verarbeiten, was passiert ist, indem wir ihm den Unfall beschreiben und ihm zeigen, wo was passiert ist: «Du hast diese Schublade hier zu gestossen. Deine andere Hand war noch hier auf der Kante. Dann hast du sie eingeklemmt. Das hat wirklich weh getan!»		