

Auch gesellschaftlich hat das Tragen von Kindern nachhaltig positive Effekte. Gesellschaften, in denen Kinder getragen werden, sind deutlich **friedfertiger**. Nach dem amerikanischen Neuropsychologe James W. Prescott ist es bei mehr als 80 Prozent der untersuchten Gesellschaften möglich, deren friedlichen oder gewalttätigen Charakter allein anhand der Dauer vorherzusagen, die Kinder am Körper getragen werden. Wird die enge mütterliche Fürsorge entzogen, fehlt das Urvertrauen in zwischenmenschliche Beziehungen. Getragene Kinder sind in der Regel emotional und sozial gesunder.

Aber Obacht: Es kommt auch sehr auf die **richtige Art des Tragens** an! Tragetücher beispielsweise bieten rückschonende Varianten, so dass selbst Kindergartenkinder noch problemlos getragen werden können.

Diese Ausgabe wurde erstellt von Marina Gieshoidt und Renate Wenckes

Weitere Informationen zum natürlichen Aufwachsen erhalten Sie

- bei Ihrer Kinesiologin bzw. Ihrer Entwicklungsbegleiterin IKL

Marina Gieshoidt

Greitelerweg 39

33102 Paderborn

Tel: 05251 7091340

mobil: 0175 5636508

mail: info@bewegt-ins-leben.de

www.bewegt-ins-leben.de

- in den Workshops der Entwicklungskinesiologie für Eltern und zur Selbstentfaltung, Termine unter www.ikl-kinesiologie.de
- in den Kursheften der Entwicklungskinesiologie, zu beziehen über das IKL Damme
- in der Literatur: *Ins Leben tragen von Anja Manns*, *Ein Baby will getragen sein* von Evelin Kirkolionis, *Tragekinder* von Alexandra Schneider
- im Internet: www.trageschule-dresden.de, www.trageschule-nrw.de, www.trageportal.de

Warum Kinder tragen?

Seit jeher werden in allen Kulturen Babys und Kinder getragen. In Europa und den „zivilisierten“ Ländern sind uns Selbstverständlichkeit und Wohltat des Tragens fast abhanden gekommen. Dabei gibt reichlich Vorteile für Kind und Mutter oder Tragenden:

Entwicklungsgeschichtlich betrachtet, sind Menschenkinder „Frühgeborene“. Verglichen mit anderen Säugetieren brauchen wir nach der Geburt noch gute neun Monate bis Gehirnentwicklung und Motorik den Stand von neugeborenen Tierkindern erreichen. Es gibt also eine Zeit der **„Schwangerschaft außerhalb der Gebärmutter“**, während der die Entwicklung des Nerven-, Verdauungs- und Immunsystems weiter voranschreitet und das Überleben sehr abhängig von der Fürsorge Erwachsener ist. Das Tragen ermöglicht dem Kind, viele der aus der Gebärmutter bekannten Reize und vor allem Geborgenheit weiter zu erleben.

Der schweizer Psychoanalytiker Franz Renggli unterscheidet bei den Säugetieren drei Formen der Entwicklung der Mutter-Kind-Bindung: Nesthocker, Nestflüchter und **Traglinge**. Unser „Nest“ und Wohnort ist auch nach der Geburt der Körper unserer Mutter – nicht so sehr das Kinderbett. Immer öfter werden unsere Kinder jedoch als Nesthocker erzogen: Kinder werden oftmals abgelegt, damit wieder beide Hände frei sind und Eltern einer anderweitigen wichtigen Beschäftigung nachgehen können.

Probieren Sie einmal aus, wie leicht der Alltag sein kann, während Sie das Kind mit sich tragen. Sie können Ihre Alltagspflichten erledigen und gleichzeitig bei Ihrem Kind sein. Das



Kind steht dadurch nicht länger ständig im **Mittelpunkt**, ist aber mit Freude und Aufmerksamkeit dabei! Es nimmt teil am Leben der Erwachsenen und darf die Welt aus der Erwachsenenposition entdecken. Dies ist für das Kind ein sicherer Ort, um sich mit der für ihn zunächst fremden Welt vertraut zu machen.

Die Geborgenheit des Tragens mindert daher auch die Häufigkeit des Weinens der Kleinen. Mutter oder Vater erfassen und antworten auf die Signale ihres Kindes schneller und so kommt es häufig gar nicht erst zum **Jammern**. Eine Studie aus dem Jahr 1986 durchgeführt an der Universität MacGill in Kanada zeigt dies in Zahlen: Kinder wurden in der Kontrollgruppe im Durchschnitt 2,7 Stunden pro Tag sowieso getragen oder gehalten. Schon eine Erhöhung des Tragens um anderthalb Stunden – eben auch, wenn die Säuglinge zufrieden waren – reduzierte das Schreien um fast die Hälfte, besonders in den Abendstunden.

Gerade Müttern, die ihr erstes Kind erwarten, wird zum Tragen geraten. Die anfänglichen Unsicherheiten

legen sich schnell, der ständige Haut- und oftmals Blickkontakt ermöglicht eine gute und fortwährende **Kommunikation** zwischen Mutter und Kind.

Auch die **Sprachentwicklung** der Kinder wird über das ständige Beisammensein gefördert. Tragende wissen, wohin die Aufmerksamkeit ihres Babys geht und greifen dies gern und oft verbal auf. Wird das Kind aber im Kinderwagen oder Maxi-Cosi mit nach draußen genommen, findet diese enge Kommunikation weniger intensiv und häufig statt.

Eine gute **Mutter-Kinder-Bindung** in den ersten Monaten und Jahren des Kindes schafft ein Urvertrauen, das es den Kindern dann später ermöglicht, einfacher in die Selbstständigkeit zu gehen.

Das Tragen bringt aber auch viele physiologische Vorteile für das Kind. In den ersten Wochen ist die **Temperaturregulierung** noch nicht ausgereift. Der Hautkontakt zum Tragenden erleichtert die Anpassung und Stabilisierung der eigenen Temperatur. Studien haben gezeigt, dass Mütter sogar ihre Körpertem-

peratur automatisch erhöhen, wenn die Temperatur des Kindes zu sehr sinkt (und andersherum).

Die **motorische Entwicklung** von getragenen Kindern ist oft von einer höheren Qualität, Sicherheit und Flexibilität.

Erfahrungen von Kinesiologen zeigen, dass getragene Kinder meist einen wesentlich besseren **Muskeltonus** aufweisen. Das heißt, dass diese Kinder den Spannungszustand ihrer Muskulatur besser regulieren können. Zu langes Liegen auf unbewegten Flächen ist oft der Hauptgrund für hypotone, also zu schlaffe, oder hypertone, also zu angespannte Muskeln.

Aber nicht nur die motorischen Fähigkeiten werden begünstigt. Die gleichen Vorsprünge getragener Kinder zeigen sich auch oft in der **intellektuellen und emotionalen Entwicklung**, die eng an die motorische Entwicklung geknüpft ist.

Der Herzschlag, das Rumoren im Innern der Mutter und das ständige Schaukeln während des Tragens, regen zudem die weitere Entwicklung des Hörsinns und des Gleich-

gewichts und damit auch des zentralen Nervensystems an.

Die fortwährende **Ganzkörper-Massage** vermindert ganz nebenbei um bis zu zwei Drittel die Produktion von Stresshormonen, die die Darmfunktion, die Verdauung allgemein und das Wachstum stören.

Über den Kontakt zum mütterlichen Körper und die eigenen Reflexe wird auch der **Rhythmus für die Verdauung** aufgebaut, der die vielfältigen Verdauungsklappen im Körper koordiniert, die anfangs mit die Ursache für Blähungen, Bauchschmerzen oder Dreimonatskoliken sein können.

Fehlstellungen des Hüftgelenks kann durch das richtige Tragen (!) vorgebeugt und abgeholfen werden. Auch Mütter, die sich um platte Hinterköpfe ihrer Kinder sorgen, sollten die Kinder aus der Wiege ins Tragetuch nehmen.

Die Wahrnehmung der eigenen **Körpermittellinie** – Voraussetzung für eine gute Koordination des Körpers und der beiden Gehirnhälften – wird ebenfalls durch das Tragen gefördert.