



Am Arsch vorbei geht auch ein Weg

Wie sich dein Leben mit Kind verbessert,
wenn du dich locker machst



Für
Mütter

Alexandra Reinwarth

keinen Bock mehr darauf haben, die Flipchart aufzustellen und zu erklären, warum es nachts dunkel ist, aber trotzdem Antworten wie »Weil halt ...Weil halt« vermeiden wollen, habe ich hier eine 1a Empfehlung für Sie: Bemühen Sie sich um eine exakte Erläuterung, und zwar so detailliert, physikalisch korrekt und tiefgreifend, wie Sie nur irgend können. Ihr Kind wird nach wenigen Minuten abwinken oder einschlafen.

»INKONSEQUENZ«

Manchmal starren mich völlig Fremde an, einfach weil ich nicht so reagiere, wie sie sich das vorstellen. Das passiert zugegeben auch ohne Kind hin und wieder (besonders in Verbindung mit Alkohol), aber mit Kind passiert es deutlich öfter. Ich weiß auch: In den seltensten Fällen starren Leute, weil sie etwas gut finden. Im Gegenteil, das Starren ist oft die nonverbale Art, Missfallen kundzutun, getoppt wird es manchmal durch ein Kopfschütteln. Mit dem Kind passiert das oft dann, wenn selbiges Kind und ich nicht einer Meinung sind. Überraschung: Das sind wir relativ häufig. In der Regel setze ich mich aber durch und es kommt vor, dass das Kind mit meiner Entscheidung nicht nur nicht einverstanden ist, sondern sich an den Rand eines Nervenzusammenbruchs bugsiiert. Zum Beispiel, wenn es im Supermarkt kein Überraschungsei bekommt. Oder wenn ich das Brot falsch – also längs statt quer durchschneide (oder anders herum, das wechselt) oder wenn es nicht aus dem Klo trinken darf.

Das alles können Auslöser dafür sein, dass das Kind nach vorne klappt und schreiend seinen Unmut über diese maßlose Ungerechtigkeit kundtut. Das zieht ab einer gewissen Lautstärke, wenn man gerade in der Öffentlichkeit unterwegs ist, die Aufmerksamkeit Außenstehender auf sich.

Jetzt weiß ich aber, dass das Kind noch nicht fertig gewachsen ist, was zum einen zur Folge hat, dass es deutlich kleiner ist als Erwachsene und zum anderen, dass in seinem Hirn der Präfrontale Cortex noch nicht so arbeitet, wie er soll. Dazu müssen sie noch etwas wachsen, das Kind und der Cortex.

Dieser Cortex ist die vernünftige Stimme, die Erwachsene davon abhält, nach vorne zu klappen und laut zu weinen, wenn es in der Kantine keine Pizza gibt oder wenn die hübsche Kollegin nicht mit einem ausgehen will. Anders gesagt: Das Kind ist in Selbstkontrolle noch nicht so gut. Das wird aber noch, heißt es. Und ich sage es mir auch immer wieder vor – zum Beispiel im Supermarkt vor dem Regal mit den Überraschungseiern und dem heulenden Kind. Am liebsten würde ich es auch allen anderen Leuten sagen, die kopfschüttelnd auf das Kind sehen, wenn es vor Verzweiflung schluchzt und aus dem Tal der tiefen Trauer um das Überraschungsei nicht herauskommt. Ich bin aber damit beschäftigt, es zu trösten, um ihm aus ebendiesem Tal herauszuhelfen, denn alleine kann es das (wegen der Sache mit dem

Präfrontalen Cortex) noch nicht so gut. Der Meinung einiger Passanten nach müsste ich das Kind entweder:

a. ignorieren oder

b. schimpfen

von c) will ich gar nicht reden. Ich bin mir ziemlich sicher, dass weder a) noch b) das Kind besser beruhigen als mein Trösten, weswegen ich immer für Trösten bin. Das wäre aber inkonsequent, heißt es. Konsequent ist es, Nein zu sagen und das Kind brüllen zu lassen. Ich verstehe nicht, warum ich nicht konsequent sein kann, im Sinne von: Ich kaufe trotz Weinen kein Überraschungsei, ihm andererseits aber nicht helfen soll, mit seinen Gefühlen zurechtzukommen. Insofern: Passanten, insbesondere deren Hinweise auf inkonsequentes Verhalten meinerseits: am Arsch vorbei.

LÄUFT AUS, FÄLLT UM, GEHT ZU BRUCH

Ärgern Sie sich nicht über alles, was ausläuft, umfällt und zu Bruch geht. Ärgern Sie sich auch nicht über all die Dinge, die durch das Auslaufen, Hinunterfallen und zu Bruchgehen kaputtgehen. Wenn Sie mit dem Baby aus dem Krankenhaus nach Hause kommen, dann sehen Sie sich am besten noch einmal gut um und nehmen innerlich Abschied von allem, was Sie sehen. Macht es gut, Stereoanlage und Computer-Tastatur! Es war schön mit dir, Vase von Oma und Porzellanpuppe, danke für die gute Zeit liebe Jugendstillampe, ich hatte euch gern, aber unsere Wege werden sich vermutlich bald trennen. Finden Sie sich gleich mit dem Verlust ab, dann kommt es später nicht so dicke.

EIN GANZ SCHÖNER TERZ

Wenn ein Mitmensch sagt, man mache einen *ganz schönen Terz* um jemanden oder etwas, dann meint der damit, man betreibe seiner Ansicht nach zu viel Aufwand. Eltern, besonders Müttern, wird gerne so ein ›ganz schöner Terz‹ vorgeworfen, sobald sie etwas an oder mit oder für ihr Kind tun, das der freundliche Mitmensch nicht tun würde, zumindest nicht, wenn er an der Stelle der Eltern wäre.

Alleine, dass der Mitmensch es für erwähnenswert hält, darüber zu informieren, was er selbst tun oder nicht tun würde und was er für übertriebenen Aufwand hält, ist – komisch. Auf andere Lebensbereiche übertragen: Ich sage doch auch niemandem

»Für mein Empfinden machst du einen ganz schönen Terz um deine Zähne!«, nur weil derjenige vielleicht seine Beißerchen länger schrubbt als ich. Man sagt auch nicht: »Du machst aber einen ganz schönen Terz um deine Oma!«, nur weil derjenige seine Oma vielleicht öfter als nötig besucht, für sie einkaufen geht, ihr vorliest, und ihr von Herzen gerne diese Freude macht. Komische Vorstellung, oder? Dass man etwas kritisiert, was jemand gerne für jemand anderen tut? Ich mache jedenfalls jede Menge schöne Terze wegen dem Kind. Wunderschöne Terze sind das, zum Beispiel mache ich einen besonders schönen um das Zubettgehen. Ich kuschle mich dann zu dem Kind, lese ihm noch eine Geschichte vor und es erzählt mir dann noch, was ihm vom Tag so auf der Seele liegt. Würde ich das nicht tun, hätte ich nie erfahren, dass mein Kind in Clara aus der Wolkengruppe verliebt ist – um nur ein Beispiel zu nennen. »Ihr macht einen ganz schönen Terz« heißt es dann, wenn ich zugebe, das Kind nicht ins Bett zu stecken und – Zack – Licht aus. »Ja,« muss ich da grinsen, »das ist wirklich ein sehr, sehr schöner Terz.«

NUDELN OHNE ALLES UND REIS OHNE ALLES

Es gibt ein paar ganz große Lügen in diesen schlauen Büchern über Kinder und viele beschäftigen sich mit der Thematik Essen. Angeblich, so sagen die nämlich, »orientiert sich das Kind in den ersten Lebensjahren an den Ernährungsgewohnheiten der Eltern.« Ha. Ha. Ha. Ich schwöre Ihnen, meine Ernährungsgewohnheiten und auch die von L. sehen zu keiner Mahlzeit an keinem Tag vor: Nudeln ohne alles.

Ich stelle mir das auch immer bei anderen Eltern vor, deren Kinder auch gerade nur Nudeln ohne alles oder in Variation Reis ohne alles essen: Gehen diese Ratgeberbücher wirklich davon aus, dass in deutschen Haushalten abends eine sagt: »Schatz, was wollen wir heute essen?« Und der andere antwortet: »Wie wäre es mal wieder mit ein paar schönen Nudeln ohne alles? Das hatten wir lange nicht mehr!« Im Ernst: Kinder orientieren sich an den Ernährungsgewohnheiten ihrer Eltern lediglich dahingehend, dass sie sich durch die Aufnahme von Nahrung am Leben erhalten. Ob das eigene Kind nun Brokkoli isst oder nicht, hängt zu einem riesig großen Teil einfach davon ab, wie das Kind gestrickt ist – und nicht wie die Eltern gestrickt sind. Schon klar, ist kein Brokkoli im Haus oder kommt er nicht auf den Tisch, sinkt die Wahrscheinlichkeit diesen zu essen gegen Null, aber auch wenn er auf dem Tisch steht, einer der Eltern die Zubereitung toll beherrscht und die ganze Familie am Tisch sitzt, Brokkoli in sich hineinstopft und »Hmmm, lecker!« macht, heißt das noch lange nicht, dass das Kind nicht auf Nudeln ohne alles besteht. Pech. Das geht auch wieder vorbei – das ist die einzige Info, die zählt und je entspannter man das Essen betreibt, desto weniger verwandelt sich der Mittagstisch in eine Art Gaza-Streifen mit Gemüse.

DAMPFGAREN

Lassen Sie sich bloß von niemandem einreden, Sie müssten dampfgaren (siehe Nudeln ohne alles). Und wenn hundertmal in allen Foren steht, wer nicht dampfgart, kann sein Kind eigentlich gleich mit einem nassen Handtuch erschlagen: Sie müssen nicht dampfgaren. Ich sag Ihnen was: In ein paar Jahren wird irgendein Wissenschaftler herausfinden, dass dampfgegartes Gemüse gar nicht so gut ist und im Übermaß zu irgendeinem Dingsbums führen kann. Können Sie sich noch daran erinnern, was das für ein Hallo war wegen dem grünen Spinat? Wie wir als Kinder gequält worden sind mit der grünen Pampe, bloß weil der angeblich so toll viel Eisen enthielt? Gibt es irgendjemanden, der kein Kinderfoto von sich hat, auf einem Hochstuhl und mit grünem Brei überall, weil man den sofort wieder ausgespuckt hat? Und dann kam die Nachricht, man hätte sich damals bei der Kommastellung vertan und Spinat wäre gar nicht soo gesund ...

Die Trends sind wankelmütig und die Herausfindungen der Wissenschaftler sind nicht in Blei gegossen. Wer das nicht glaubt, kann sich online Diskussionen ansehen, die ein paar Jahre alt sind, das ist toll. Vor zehn Jahren gab es die Riesendiskussion, ob man das Getreide für den Babybrei selbst schroten sollte. Sie vermuten es: Unbedingt sollte man das! Außerdem musste man sich einarbeiten in die Getreidesorten, wo man diese kaufte, wie man das Getreide einlegte, kochte und mahlte! Sollte es Bio-Getreide sein oder Hauptsache keimfähig? Welche Getreidemühle ist nötig und sollte der Brei mit verdünnter Kuhmilch, mit PRE-Milch oder gar nur mit Wasser gekocht werden?

Hätten die gewusst, dass es ein paar Jahre später heißt, Babybrei soll man gar nicht füttern und Getreide ist eh der Tod – da hätten sie sich gar nicht so reinhängen müssen! Also falls Sie nicht sicher sind, ob Sie das Kondenswasser einarbeiten sollen, weil da die Vitamine drin sind, welche Gemüsesorten Sie mischen sollten und wie das Mischungsverhältnis zu Beilagen sein muss und ob die Vollkorn sein sollen: Entspannen Sie sich. Sie machen es eh verkehrt und in ein paar Jahren wird sich herausstellen, dass dampfgaren das Schlimmste ist, das Sie Ihrem Baby antun können.

ESSEN

Nachdem ich nun schon gestanden habe, dass ich nicht dampfgare, kann ich gleich noch eins draufsetzen: Bei uns gibt's Schokomüsli zum Frühstück. So, da haben Sie's. Vermutlich steht morgen das Jugendamt vor der Tür wegen akuter Gefährdung des Kindeswohls ...

Im Müsli ist Schoko, das Brot ist wabbeliger Toast statt Vollkorn und Sie glauben

nicht, was ich letztens in unserem Backofen verbrochen habe: Tiefkühlpizza. Und nein, die war nicht Bio mit Birne und Ruccola, sondern Dr. Oetker mit Schinken und Champignons.

Ich persönlich finde das alles nicht schlimm – also mir fallen zumindest auf der Stelle ein paar viel, viel schlimmere Sachen ein – zumindest solange unsere Ernährung ansonsten so einigermaßen mit dem übereinstimmt, was jetzt auch das, sagen wir, Bundesministerium für Ernährung so empfehlen könnte. Leider stehe ich damit alleine da. Keine Ahnung, ob das Bundesministerium für Ernährung das weiß, aber: Die echten Experten sitzen bei uns auf den Bänken des Spielplatzes um die Ecke. Vielleicht sollte man die mal zusammenbringen.

VOR-DEM-FERNSEHER-PARKEN

Ganz schlimm, oder? Wenn man die Kinder einfach so, per Knopfdruck quasi, ausschaltet? Wenn man sie gewissenlos diesem fiesen Schwein Peppa Wutz überlässt, nur weil sie wahnsinnig nerven und man mal zwanzig Minuten seine Ruhe haben möchte, WEIL MAN SONST NÄMLICH EINEN VOGEL KRIEGT!

Ein Halleluja auf das Fernsehen.

PÄDAGOGISCHES SPIELZEUG

Man halte mich für spießig, aber ich dachte immer, Spielzeug ist zum Spielen da. Weit gefehlt! Seit ich in Spielzeuigläden ein- und ausgehe, weiß ich: Spielzeug ist zum Fördern da. Das Neugeborene ist noch nicht ganz trocken gerubbelt, da bekommt es schon Zeug, ›um die motorischen Fähigkeiten zu erlernen und weiterzuentwickeln‹. Es wird ›spielerisch gefördert‹ und ›spielerisch herangeführt‹ und was mal ein Einkaufsladen für Kinder war, ist nun ›ein idealer Ort, um Rollenspiele pädagogisch umzusetzen‹.

Dabei ist es mir piepegal, ob ein Geschenk für ein Kind pädagogisch wertvoll ist oder nicht. Oder ob es aus hochwertigen Hölzern und ohne künstliche Klebstoffe von zertifizierten Bio-Nonnen in der Manufaktur geklöpelt wurde.

Ein Geschenk für einen Drei- bzw. inzwischen Vierjährigen darf wegen mir aus Plastik sein, quietschbunt und es darf Krach machen. Ich finde Holz auch schöner, keine Frage, und ökologischer sowieso und besser zu unserem Holzboden würde es auch passen, aber ein Spielzeug ist nicht das richtige für ein ökologisches und ästhetisches Statement. Von mir aus muss das Kind auch nicht groß gefördert werden oder von seinem Spielzeug irgendwas lernen. Es soll einfach nur Spaß machen. Ich weiß, verrückt. In der Kinderabteilung der Buchhandlung suche ich mir