

Herzlichen Glückwunsch zum Baby! Und einen starken Rücken...



Hallo, Ihr Zwei!

Euer Baby hat Euch just zu Eltern gemacht. Wie fühlt sich das an? Ist es schon so richtig angekommen in Euren Köpfen und Euren Herzen? Habt Ihr verstanden, dass der kleine Mensch in Euren Armen der gleiche ist, der monatelang nur unter einer Bauchdecke zu fühlen war? Dass es Euer Kind ist, das Euch braucht und für immer bleiben wird? Es benötigt Eltern, die für es einstehen, selbstsicher und löwenartig. Eltern, die ihm vertrauen, dass es zeigt, was es braucht, und die gut und rasch darauf eingehen und ihm helfen. Es braucht Hilfe, in dieser Welt klarzukommen. Es kennt die Lautstärke und die Kälte nicht, die Gerüche und die Weite nicht. Es braucht Euch, rund um die Uhr!

Waaaas? Oh Gott, ja, das kommt so langsam an. **Es ist erschreckend und schön.** Es macht Angst, erst recht, wenn die Brustwarzen wund sind, das Stillen nicht gelingen will, die Nachwehen schmerzen, das Schreien nicht aufzuhören scheint, der Wickelbody verknotet ist, die Windel beim Spaziergang zu Hause vergessen wurde, Elterngeldanträge auszufüllen sind, das große Geschwister nicht weiß, wohin mit sich, die Nerven blank liegen und man sich mit dem Partner fuchsiger anspricht als nötig. Oder wenn die Heultage kommen.

Es ist schön, wenn man die Füße betrachtet, die Händchen hält, das erste Lächeln geschenkt bekommt, alte Kinderlieder hervorkramt und singt, an der Babyhaut schnuppert und gar nicht mehr aufhören möchte, das Kind stolz das erste Mal durch die Nachbarschaft trägt, es vielleicht dem Uropa auf den Schoß legen kann. Oder wenn es gluckst und einen anhimmt.

All das gehört dazu. Wir alle gehen durch diese Höhen und Tiefen und lernen das Elternsein erst. Seid nachsichtig mit Euch!

ABER es kann gut sein, dass andere nicht so nachsichtig sind. Verwandtschaft, Freunde, Nachbarn, Kinderärzte, Gynäkologen, auch Hebammen – überall kann es Euch plötzlich passieren, dass jemand an Euch zieht, jemand etwas fordert, jemand etwas besser weiß! Das mag „gut gemeint“ sein, da mag jemand schon viel Erfahrung haben, da mag jemand belesen oder gar gut ausgebildet sein.

DOCH trotzdem habt Ihr das Recht zu sagen „Danke, nein!“ oder noch „Bis hierher und nicht weiter!“ Es ist Euer Kind, Ihr müsst es erstmal kennenlernen. Ihr habt das Recht, Eure eigenen Erfahrungen zu machen, Euren eigenen Weg zu gehen. Ihr dürft dafür Zeit und Ruhe einfordern. Herumreichen muss nicht sein, lange Besuche müssen nicht sein; eventuell muss erstmal gar keiner kommen. Das ist okay! Es ist noch viel Zeit.

Lasst Euch vielleicht Essen bringen. Schickt Fotos rund. Seid dankbar für Großeltern, Freunde & Co. Wenn sie da sind und anklopfen, möchten Sie vermutlich Zeit mit Eurem Kind verbringen, Erfahrung schenken, Freude vermitteln und Gutes tun. **Aber Ihr dürft die Rahmenbedingungen abstecken, gerade zu Beginn Eurer Elternschaft.**

Ihr seid als solche ja auch gerade erst geboren worden!



Bindungs(t)räume ist ein gemeinnütziger Verein, der Attachment Parenting bekannter machen und die Bindung zwischen Eltern und ihren Kindern stärken möchte.

www.bindungstraeume.de