

# Ein Baby will getragen werden

Eltern, die ihr Baby tragen, werden nicht nur mit einer gesunden Entwicklung ihres Babys belohnt sondern profitieren auch selbst davon. Besonders Vätern ist es dadurch oft möglich, eine enge Bindung zu Ihrem Kind aufzubauen. Wenn Sie ihr Baby nah am Körper tragen, geben Sie ihm Nähe, Wärme, Sicherheit und stärken so sein Urvertrauen. Rota-handling erfüllt all diese Bedürfnisse und das Baby erhält die nötigen Reize, die es für seine Entwicklung braucht.

## Was versteht man unter Rota-Handling?

Im Wesentlichen geht es darum, den Körper des Babys in speziellen Drehungen zu bewegen und zu lagern. Über dieses spezielle Handling im Alltag werden Impulse direkt an die „Schaltzentrale“ im Gehirn gerichtet. Man beeinflusst damit den Muskeltonus, also die Körperspannung, die für die gesamte Haltung des Körpers entscheidend ist. Der gute Muskeltonus ist Voraussetzung für eine gesunde Entwicklung von Körper, Geist und Seele.

Konkret geht es darum, in einer besonderen Weise zu tragen, zu stillen, zu wickeln, zu lagern und zu spielen. In einer liebevollen Weise, die wie „nebenbei“ die Entwicklung des Babys nachhaltig unterstützt. Rota-Kinder haben einen entspannten Muskeltonus und nutzen daher ihre Energie für Fähigkeiten wie Saugen, Plaudern und Sprechen, Feinmotorik, Konzentrieren und Lernen.

## Richtiges Hochnehmen und Ablegen des Kindes

Es ist leider üblich, Kindern in die Achselhöhlen zu greifen, wenn man sie aus dem Liegen hochnimmt. Dadurch können frühkindliche Reflexe ausgelöst werden. Darüber hinaus erfährt das Kind eine Bewegung, bei der der Unterkörper ungestützt nach unten hängt und gleichzeitig der Brustkorb nach oben

gezogen wird. Um dies auszugleichen, muss das Kind mit erhöhter Spannung reagieren. Das reflexhafte Anziehen der Beinchen ist sichtbar, aber die erhöhte Spannung findet im ganzen Körper statt.



Abbildung: Hochnehmen im Rota-Griff

## Die motorische Entwicklung – ein grober Überblick

Die Entwicklung der Aufrichtung geht von innen nach außen und von oben nach unten: erst kann der Kopf kontrolliert werden, dann die Arme, dann die Finger und zum Schluss die Beine. Diese Vorgänge hängen mit der Markscheidenreifung zusammen. Die Nervenstränge bekommen in den ersten Monaten eine Ummantelung, die als Markscheide bezeichnet wird. Solange diese „Isolierschicht“

noch nicht vorhanden ist, zerstreut sich der Impuls vom Gehirn entlang der Nervenbahn und erreicht nicht gezielt den richtigen Muskel.

Je weiter die Markscheidenummantelung fortgeschritten ist, desto mehr Fähigkeiten erwirbt das Kind. Sie wächst bei jedem Menschen gleich schnell. Daraus ergibt sich, dass die neuen Fähigkeiten, Meilensteine genannt, bei jedem Baby zur gleichen Zeit stattfinden sollten.

Die Meilensteinentwicklung spult sich, wie bereits erwähnt, entsprechend der Gehirnreife ab. Sie ist genetisch angelegt und muss nicht erlernt, angeregt oder geübt werden.

## Monate: MEILENSTEINE

- 0-3 die Kopfkontrolle entwickelt sich, so dass ein Unterarmstütz in Bauchlage möglich wird
- 4-5 das Kind dreht sich vom Bauch auf den Rücken und umgekehrt, so dass Rollen möglich wird
- 6-7 Vierfüßlerstand, mit vor- und zurückwippen und niedersetzen in den Seitsitz
- 8 Krabbeln auf Händen und Knien (Robben ist kein Meilenstein)
- 9 freies Sitzen
- 10-12 Stehen durch Hochziehen, seitliches und später freies Gehen

Damit sich das Baby entwickeln kann, braucht es allerdings günstige äußere Bedingungen wie z. B. Nahrung, Zuneigung, Sicherheit und Kommunikation. Auch zum Abspulen der motorischen Meilensteine braucht man eine wichtige Voraussetzung: Rotation. Die ersten Rotations-Erfahrungen erhält das ungeborene Kind im Bauch der Mutter. Nach der Geburt geschieht diese Rotation im normalen alltäglichen Umgang der Mutter mit dem Baby. Zum Stillen wird der Säugling abwechselnd links und rechts ange-

legt, er wird auf den Bauch, auf den Rücken, auf die Seite gelegt und links und rechts getragen.

## Ein Baby will getragen werden

Menschenkinder sind aus biologischer Sicht „Traglinge“. Sie sind nicht selbstständig, wie Nestflüchter und können auch nicht alleine gelassen werden, wie Nesthocker. Das Tragen entspricht dem Grundbedürfnis des Kindes nach ständiger Nähe und Körperkontakt. Eltern, die ihr Baby viel tragen und mit ihm kuscheln, können nichts falsch machen. Körpernähe fördert das Urvertrauen, stärkt die Eltern-Kind-Bindung und gibt dem Kind Sicherheit und Geborgenheit. Darüber hinaus erhalten Babys, die getragen werden, die wichtigen Rotationserfahrungen.

Viele traditionelle Völker tragen ihre Babys acht oder mehr Monate lang ausschließlich am Körper. Werden die Babys dann am Boden abgesetzt, beginnen sie ohne vorangegangenes Üben schnell zu krabbeln. Im Rota-Handling trägt man das Baby in einem speziellen Griff. Zusätzlich kann man Tragetücher oder gute Tragehilfen verwenden. Wichtig dabei ist, dass sich die Arme, eng beieinander, vor dem Körper befinden und die Wirbelsäule in eine leichte Verdrehung kommt.

## Wie ein Baby gut liegt – das Nestchen

Während ein Erwachsener in Rückenlage mit dem ganzen Körper flach am Boden aufliegt und dadurch genug Stabilität erlangt, berührt ein Säugling die Unterlage nur mit dem noch leicht gebeugten Rücken und dem Hinterkopf. Der Säugling braucht in diesem Fall daher eine erhöhte Muskelspannung, um das Gleichgewicht zu halten. Solange der Säugling mit der Regulation seiner Körperspannung beschäftigt ist, hat er weniger Ressourcen frei für andere Aktivitäten, wie Saugen oder Beobachten. Deshalb ist es wichtig, ihn gut zu unterstützen. Ein „Nestchen“ für die Rückenlage ist mit Tüchern, Decken, Polstern usw. schnell geformt und zum Schlafen eignet sich eine unterstützte Seiten- oder Bauchlage.

**Primitive Reflexe, welche sind das z.B. und warum sollen diese nicht willkürlich ausgelöst werden**

Bei Babys spielen Reflexe naturgemäß noch eine große Rolle. Am bekanntesten sind der Handgreifreflex und der Moro-Reflex (Schreckreflex). Wenn diese zu stark sind oder zu oft ausgelöst werden, können sie nicht, wie vorgesehen, „in Vergessenheit geraten“ und bestimmen auch später beim größeren Kind jede Haltung und Bewegung mit, Tag und Nacht. Bei manchen Babys sind Reflexmuster deutlich zu sehen, etwa wenn sie immer die Fäustchen geballt halten oder den Kopf überstrecken. Bei anderen zeigen sie sich vielleicht darin, dass das Kind viel weint, schlecht schläft oder Verdauungsprobleme hat. Durch das Rota-Handling werden frühkindlichen Reflexe vermieden, so dass diese rechtzeitig verschwinden können.

**Richtiges Handling hat positive Auswirkungen auf später**

Es gibt Kinder, denen vieles leicht von der Hand geht, z.B. beim Sport, in der Schule und auch im sozialen Verhalten. Bei anderen Kindern läuft es nicht so rund und vieles ist schwieriger. In der Schule zeigen sich dann Lernprobleme, Verhaltensauffälligkeiten oder Wahrnehmungsschwächen. Der Unterschied liegt hauptsächlich im Körpertonus. Kinder mit einer ausgeglichenen Körperspannung sind geschickter, konzentrierter

und gesünder. Deshalb ist es so wichtig schon beim Baby auf die Entwicklung einer gesunden Körperspannung zu achten. Rota-Handling hilft, in jedem Alter, wenn schon Probleme aufgetreten sind. Auch Schulkinder können Rotation in Form von Bodenübungen noch nachholen.

**Sicherheit, Körpernähe & Anregung aller Sinne**

Sabine Kocher ist Lehrerin, Sonderpädagogin und Krisenpflegemutter, und praktiziert seit Jahren Rota-Therapie. Wie man auf dem Schoß wickelt und viele andere sinnvolle Handgriffe, beschreibt sie in ihrem Buch:

**„Halt mich, dreh mich, schau mich an! Rota-Handling für Körper, Geist und Seele.“**

Zum Buch gibt es die Begleit-CD "Halt mich, dreh mich, sing mit mir". Das Sachbuch für Eltern und werdende Eltern beschreibt die Grundsätze des Rota-Handlings. Der Zusammenhang von Körpertonus und Entwicklung wird erklärt und mit Praxistipps und anschaulichen Beispielen abgerundet. [www.rotahandling.at](http://www.rotahandling.at)

Sabine Kocher

**Buchtipps**

**Halt mich Dreh mich Schau mich an**

Sabine Kocher

Dieses Buch über Rota-Handling beschreibt ein Gesamtkonzept für den Umgang mit Kindern vom Säugling bis zum Schulkind. Den Autoren war es besonders wichtig, den Zusammenhang von körperlicher und seelischer Entwicklung zu beschreiben. Als Eltern und Krisenpflegeltern lassen sie den Leser an ihren Erfahrungen teilhaben.

Sabine Kocher

