Ausbildungszentrum
Laktation und Stillen
Frühe Kindheit und Familie

(Seminar Wächtersbach, 2019/2020)

Facharbeit

Ambivalente Gefühle der Mutter beim Stillen eines Kleinkindes

© Johanna Franz, 23.10.2019

Inhaltsverzeichnis

Vorwort III

1 Einleitung 4

1.1 Relevanz des Themas 5

1.2 Aufbau der Arbeit 5

2 Definition von Ambivalenz 6

3 Einflussfaktoren auf die Gefühlslage der Mutter 6

3.1 Äußere Einflussfaktoren 6

3.1.1 Soziales Umfeld der stillenden Mutter 6

3.1.2 Fachpersonal 7

3.1.3 Misshandlung und sexueller Missbrauch 8

3.2 Innere Einflussfaktoren 8

3.2.1 Prägung und Vergangenheit der stillenden Mutter 8

3.2.2 Geburt 9

3.2.3 Gedanken der Mutter 10

3.2.4 Weitere Störfaktoren 10

3.3 Körperliche Ursachen 11

4 Fazit und Grenzen der Arbeit 13

Anhang 17

Literaturverzeichnis 26

Vorwort

Für das Thema der Ambivalenzen beim Stillen habe ich mich aufgrund der Präsenz in meiner Stillgruppe entschieden. Immer wieder berichten mir Frauen von negativen Gefühlen, die sie ihrem stillenden Kleinkind gegenüber hegen, welche sie als verunsichernd oder „falsch“ empfinden. Oft werden sie von einem schlechten Gewissen geplagt, wenn sie diesem Wesen, welches sie über alles lieben, mit „negativen“ Gefühlen begegnen. Oftmals kann dies durch äußere Einflüsse bedingt auftreten. Aber auch aus dem Inneren der Frau können solche Ambivalenzen entstehen. Unter Anderem spielen die eigenen Erfahrungen als Säugling oder auch traumatische Ereignisse im Leben der Mutter eine wesentliche Rolle. Erfahrungsgemäß steigen diese Gefühle mit zunehmendem Alter des Kindes. Hierbei kommt dem Druck von Außen eine wichtige Bedeutung zu: Etwa durch den gesellschaftlichen Zwang zum Abstillen, wenn das Kind ein bestimmtes Alter erreicht hat.
Oft entsteht auch bei der Mutter der Wunsch nach mehr Freiheit und Ungebundenheit. Gerade nach dem meist anstrengenden ersten Lebensjahr können zunehmend innere Konflikte zum Vorschein treten. Unter Umständen kann dies zu einem vorzeitigen Abstillen führen oder negative Auswirkungen auf das Verhältnis zwischen Mutter und Kind haben.

Wie kann man diese Frauen in der Stillberatung unterstützen? Was erwarten sie von der Beraterin?

Diesen Fragen werde ich in der nachfolgenden Facharbeit nachgehen. Dazu habe ich Interviews mit vier Frauen geführt, die bereits ein oder mehrere Kleinkinder gestillt haben. Darüber hinaus habe ich eine Umfrage bei Instagram durchgeführt, welche ein Stimmungsbild zu dieser Thematik aufzeigen soll.

1 Einleitung

Es gibt deutliche Unterschiede in den Hintergründen für ambivalente Gefühle der Mutter, welche beim Stillen von älteren Kindern auftreten können. Während eine Frau durch äußerlichen Druck in ihrer Stimmung beeinflusst wird, liegt der Schwerpunkt bei einer Anderen auf dem Gefühl, angebunden zu sein.[1]

Darüber hinaus können mehrere Frauen von Unterschieden zwischen dem ersten Kind und den nachfolgenden Kindern berichten. Dies kann unter Anderem mit den positiven Erfahrungen zusammenhängen, welche beim Stillen des ersten Kindes gesammelt wurden. Dadurch kann von zunehmender Gelassenheit in den nachfolgenden Stillbeziehungen profitiert werden.[2]

Die Ursprünge dieser Emotionen können unterteilt werden in „durch äußere Einflüsse ausgelöste“ und „aus dem Inneren der Frau stammende“ Gefühle. Doch die Entstehung der Gedanken und damit der Emotionen beginnt immer im Kopf der Mutter.

Genauso wie die Ursache unterscheidet sich auch die Art der Emotionen. Sie können sich unterschiedlich äußern. Manche Frauen werden wütend, teilweise sogar aggressiv. Andere klagen über plötzlich auftretende tiefe Traurigkeit. Meistens sind diese Gefühle umgehend vorbei, sobald der Stillvorgang beendet wird.[3]

---

[1] Vgl. Anhang 1, S. 19 ff.
[2] Vgl. Anhang 1, S. 20; Anhang 1, S. 22.
[3] Vgl. Anhang 1, S. 19 ff.

1.1 Relevanz des Themas

Bedauerlicherweise gibt es zum Thema der Facharbeit nur sehr wenig Literatur. Hauptsächlich gehen die vorhandenen Werke auf den Druck von „Außen“, also die äußeren Einflussfaktoren ein. Die Thematik der inneren und körperlichen Einflussfaktoren betreffen allerdings ebenfalls viele Frauen. Diese sind oft verunsichert durch ihre Gefühle. Nahezu jede Frau hat früher oder später einmal ambivalente Gefühle beim Stillen.[4] Hieraus entsteht der Bedarf, die Hintergründe dieser Gefühle näher zu beleuchten.

1.2 Aufbau der Arbeit

Zur Bearbeitung der Thematik wird diese Facharbeit in verschiedene Abschnitte gegliedert. Einleitend erfolgt die Erläuterung des Schlüsselbegriffes Ambivalenz. Anschließend wird auf verschiedene Einflussfaktoren auf die Gefühlslage der Mutter beim Stillen eines Kleinkindes eingegangen. Diese untergliedern sich in äußere und innere Einflussfaktoren. Darauf folgt eine Betrachtung der körperlichen Ursachen bei der Mutter. Abschließend wird die Problemstellung erneut aufgegriffen und anhand der gewonnenen Ergebnisse dieser Arbeit kritisch gewürdigt.

[4] Vgl. Anhang 1, S. 19 ff.; Anhang 2, S. 24 f.

2 Definition von Ambivalenz

Der Begriff Ambivalenz wird in der deutschen Sprache als Zwiespältigkeit, Spannungszustand oder auch Zerrissenheit der Gefühle und Bestrebungen definiert.[5]

In Bezug auf die Thematik der ambivalenten Gefühle der Mutter beim Stillen eines Kleinkindes bedeutet dies, dass die Mutter sich grundsätzlich zu ihrem Kind liebevoll hingezogen fühlt, jedoch beim Stillen teilweise, oft oder selten Gefühle der Angespanntheit und Abwehr entwickelt.

3 Einflussfaktoren auf die Gefühlslage der Mutter

3.1 Äußere Einflussfaktoren

Durch äußere Einflüsse werden wir geprägt. Von klein auf richten wir uns zunächst nach dem Vorbild der Eltern und Bezugspersonen. Später übernimmt diese Aufgabe der Freundeskreis. Erfahrungen, die wir machen, wirken sich auf unser Gefühlsleben aus und beeinflussen, wie wir Situationen bewerten.[6]

In Bezug auf das Stillen können dies verschiedene Faktoren sein.

3.1.1 Soziales Umfeld der stillenden Mutter

Ein oft genannter Grund für ambivalente Gefühle beim Stillen sind fehlende Unterstützung durch den Partner oder das direkte Umfeld der Mutter. Gerade der Lebenspartner hat einen erheb-

---

[5] Vgl. *Bibliographisches Institut GmbH*, Ambivalenz, die, o.S.
[6] Vgl. *Wittmann, D.- CTRL-Life Team,* Familiäre Prägung – 6 Gründe warum Eltern Experten für ihre Kinder sind, o.S.

lichen Einfluss auf den Erfolg und die Dauer der Stillbeziehung zum Kind. Eine grundsätzlich negative Einstellung des Partners dem Stillen gegenüber, setzt die Frau massiv unter Druck, die Erwartungen des Partners zu erfüllen. Mutter. Gleichzeitig will sie aber auch ihrem Kind gerecht werden und ihm das wertvolle und geliebte Stillen nicht vorenthalten. Dadurch entsteht ein innerer Konflikt. Auch andauernde Belehrungen oder bereits kritische Beobachtung durch Personen aus dem näheren Umfeld können sich auf die Gefühle der Mutter gegenüber dem stillenden Kind auswirken.[7]

3.1.2 Fachpersonal

In einigen Fällen wird Unsicherheit und damit ambivalente Gefühle der Mutter, durch den behandelnden Kinderarzt oder Fachpersonal ausgelöst, welche nicht unbedingt auf dem Gebiet des Stillens weitergebildet sind. Oftmals wird zum unnötigen Abstillen des älteren Kindes geraten.[8]

Viele Eltern machen sich zudem Sorgen um das Gewicht, die Zähne oder die Nährstoffzufuhr des Kindes. Wenn diese Sorgen teilweise durch Fachpersonal bestärkt werden, kann das zu einem verfrühten Abstillen führen.[9]

---

[7] Vgl. *Bumgarner, N. J.*, Wir stillen noch., S. 67; *Lothrop, H.*: Das Stillbuch, S.47; Anhang 1, S.20.
[8] Vgl. *Glodde, L.,* Liste stillfreundlicher Ärzte, o.S.; *Lothrop, H.*, Das Stillbuch, S.47.
[9] Vgl. *Bumgarner, N. J.*, Wir stillen noch., S. 55 ff.

3.1.3 Misshandlung und sexueller Missbrauch

Eigene Erfahrungen oder im schlimmsten Fall Traumata der Mutter können ebenfalls zu schwierigen Situationen in der Stillzeit führen. Gerade die Nacktheit, der körperliche Kontakt, Schmerzen oder die Abhängigkeit des Kindes können dazu führen, dass die stillende Frau an ein zurückliegendes schmerzliches Ereignis erinnert wird. Im schlimmsten Fall kann dies zu einer Entfremdung zwischen Mutter und Kind führen.[10]

3.2 Innere Einflussfaktoren

Innere Einflussfaktoren bzw. Ursachen für ambivalente Gefühle entspringen der inneren Gedankenwelt der Mutter. Oftmals entstehen die ambivalenten Gefühle nur durch einen einzelnen negativen Gedanken, der sich weiterentwickelt.

3.2.1 Prägung und Vergangenheit der stillenden Mutter

Die Angst vor dem Verwöhnen des Kindes ist nach wie vor in einigen Köpfen stark verankert. Damit ist ein Angewöhnen von schlechten „Marotten“ gemeint. Diese Einstellung dem Kind gegenüber zieht sich über alle Generationen hinweg, bis zur heutigen Generation durch – weitergegeben durch die eigene elterliche Prägung. Doch Verhaltensweisen, die für ein Kind völlig normal sind, können nicht angewöhnt werden. Die Bedürfnisse sind von Anfang an da. Vermutlich gibt es zu dieser Angst einen geschichtlichen Hintergrund. In der Zeit des zweiten Weltkrieges gab es eine Pädagogin namens Johanna Haarer, die einen bekannten Ratgeber für junge Mütter schrieb. „Die deut-

[10] Vgl. *Bosch, E.,* Stillen und Missbrauch, o.S.; *Hennig-Scalzo, A*., Umgang beim Stillen von sexuell missbrauchten Frauen, S. 11.

sche Mutter und ihr erstes Kind“ ist mit 1,2 Mio. Auflagen der erfolgreichste Erziehungsratgeber im deutschsprachigen Raum und wurde bis 1987 aufgelegt. In dem wurde empfohlen, die Kinder schon als Säuglinge so zu erziehen, dass es für die Mutter am leichtesten ist. Die Kinder hatten zu funktionieren. Dazu gehörte natürlich auch, dass die Kinder nach einem strengen Zeitplan gestillt werden mussten, wenn überhaupt und schon gar nicht einfach so zwischendurch. Der Ursprung dieser Pädagogik liegt vermutlich noch vor dem zweiten Weltkrieg. Die Nachwirkungen dieser Ansicht vom Kind spürt man allerdings noch bis heute.[11]

Überforderung entsteht oft durch hohe Ansprüche an sich selbst. Viele Mütter kennen den eigenen Druck alles, in ihren Augen, perfekt machen zu wollen. Wenn langes Stillen dazu gehört, die Mutter aber überfordert ist, andere Aufgaben oder Vorhaben zu erfüllen, führt das bei ihr ebenfalls zu Stress.[12]

3.2.2 Geburt

Eine schwierige Geburt und damit einhergehende Traumata sind keine Seltenheit und erfordern ein hohes Maß an Empathie. Oftmals wird bei diesem intimen Ereignis der Anspruch der Mutter auf Selbstbestimmtheit vernachlässigt. Nach der Entbindung kann der innige Kontakt mit dem Kind beim Stillen heilend wirken, unter Umständen kann es allerdings auch dazu kommen, dass es für die Mutter emotional nicht möglich ist, ihr Kind zu stillen. Hierdurch können ebenfalls ambivalente Gefühle ent-

---

[11] Vgl. *Bose, H.,* Johanna Haarer oder was Nazis mit meinem Baby am Hut haben, o.S.; *Gebert, Dr. S.,* Zwischen Drill und Misshandlung, o.S.; *Bayrischer Rundfunk,* Gertrud Haarer: Meine deutsche Mutter, o.S.; *Lothrop, H.*, Das Stillbuch, S. 37.
[12] Vgl. *Bumgarner, N. J.*, Wir stillen noch., S. 18.

stehen, welche sich über die Stillzeit immer wieder bemerkbar machen.[13]

3.2.3 Gedanken der Mutter

Häufig geht mit einem Kind auch das Gefühl des Angebunden Seins einher. Die stillende Mutter muss immer präsent sein, damit ihr Kind nach Bedarf stillen kann. Auch bei gestillten Kleinkindern entsteht die Angst, das Kind könne ohne Stillen nicht zur Ruhe finden, oder zu wenig Nahrung und Flüssigkeit aufnehmen. Hierdurch fühlen sich manche Mütter sehr unter Druck gesetzt, was wiederum zu ambivalenten Gefühlen gegenüber dem Kind, wie auch dem Stillen als Solches führen kann. Zusätzlich kann das Gefühl aufkommen, „auf die Brust reduziert zu werden“. Gerade bei Kleinkindern, die zahnen oder krank sind, passiert dies relativ häufig, da sie in diesen Phasen vermehrt nach der Brust der Mutter verlangen.[14]

3.2.4 Weitere Störfaktoren

Stress ist generell ein Grund für negative Gefühle. Gerade in akuten Stresssituationen kann durch das plötzliche Bedürfnis des Kleinkindes nach Muttermilch ein „Muss das jetzt sein?“ Gefühl dem gestillten Kind gegenüber entstehen.[15]

Mütter die relativ früh wieder berufstätig werden, verspüren oftmals einen großen Druck abstillen zu müssen, um die Unabhängigkeit des Kindes zu gewährleisten. Wenn das Kind aller-

---

[13] Vgl. *Emge, S.*, Geburtstrauma – emotionale und psychische Folgen für das Kind in der frühen Kindheit, o. S.
[14] Vgl. *Bumgarner, N. J.*, Wir stillen noch., S. 86.
[15] Vgl. *Bumgarner, N. J.*, Wir stillen noch., S. 30.

dings noch nicht bereit dazu ist, abgestillt zu werden, oder sich das Abstillen als schwierig erweist, können Ungeduld und Druck der Mutter zu Stress und Wut führen.[16]

Durch Social Media und das Internet empfinden Frauen heute einen massiven Druck Stillen zu müssen. Wenn es aus irgendeinem Grund nicht klappt oder die Frau sich gar nicht zum Stillen berufen fühlt, ist das ebenfalls ein möglicher Auslöser für negative Gefühle dem stillenden Kind gegenüber.[17]

3.3 Körperliche Ursachen

Die permanente Nähe des Kindes beim Stillen, kann für die stillende Mutter zur Belastung werden. Viele Frauen klagen über die ständige Berührung; für manche von Ihnen scheint es kaum noch aushaltbar zu sein. Zusätzlich fällt es den meisten Menschen schwer, während eines Konfliktes körperliche Nähe zuzulassen. Da Kleinkinder aber gerade in Konfliktsituationen oder Krisen stillen möchten, um sich zu versichern, dass alles in Ordnung ist, führt das bei der Mutter zu weiterem Unmut.[18]

Evolutionsbedingt erhält ein weiteres Kind während der Schwangerschaft den Vorrang. Die schwangere Mutter lässt also alle nötigen Energiereserven ihrem ungeborenen Baby zukommen. Auch durch diese doppelte Belastung, kann es zu Widersprüchlichkeiten in den Gefühlen gegenüber dem gestillten Kleinkind kommen.[19]

---

[16] Vgl. *Friedrich, J.*, STILLEN UND BERUF – (K)EIN PROBLEM!?, o.S.
[17] Vgl. *Holzapfel, N.*, „Social Media steigern den Leistungsdruck“, o.S.; *Imlau, N.*, Stillen ist Liebe, Fläschchengeben auch, o.S.
[18] Vgl. Anhang 1, S. 21.
[19] Vgl. Anhang 1, S. 21., *Bumgarner, N. J.*, Wir stillen noch., S. 124 ff.

Keine Komplikation beim Stillen führt so häufig zum Abstillen wie auftretende körperliche Schmerzen. Beispielsweise können während der Stillzeit auch zu einem späteren Zeitpunkt Beschwerden wie Soor oder ein Milchstau auftreten. Durch Schmerzen dieser Art entsteht meist eine Abwehrhaltung und viele Mütter reagieren naturgemäß darauf.[20]

Viele Kinder entwickeln früher oder später eine Phase in der sie während des Stillvorgangs in die Brustwarze der Mutter hineinbeißen. Dies führt nicht nur zu akuten physischen Schmerzen, sondern oftmals auch zu Wut gegenüber dem Kleinkind. Je nach Ausprägung des Beißverhaltens, können auch starke aggressive Gefühle auftreten.[21]

Eine weitere Problematik ergibt sich aus der Müdigkeit und Erschöpfung vieler Mütter. Häufig liegt die Ursache nicht beim Stillen selbst, sondern bei den zahlreichen schlaflosen Nächten, die das Leben mit einem Kleinkind mit sich bringt. Reizbarkeit und Überlastungen sind die Folge. Oftmals wird die Schuld allerdings dem Stillen zugeschrieben.[22]

Je nachdem in welcher Position Mutter und Kind stillen, kann es für die Mutter unbequem werden in ebendieser auszuharren, bis der Stillvorgang beendet ist. Manchmal wollen auch Kleinkinder noch relativ lange stillen. Dazu kommt die physikalische Reibung an der Brustwarze. Diese Reibung über einen längeren Zeitraum auszuhalten kann ebenfalls Auslöser für negative Gedanken dem Kind gegenüber sein.[23]

---

[20] Vgl. *Bauer, Dr. Z.*, Wunde Brustwarzen in der Stillzeit, o.S.; *Bumgarner, N. J.*, Wir stillen noch., S. 117.
[21] Vgl. *Bumgarner, N. J.*, Wir stillen noch., S. 120.
[22] Vgl. *Bumgarner, N. J.*, Wir stillen noch., S. 92 ff.
[23] Vgl. *Bumgarner, N. J.*, Wir stillen noch., S. 116.

Nicht selten sind Frauen verwirrt, wenn sie beim Stillen ihres Kindes sexuelle Empfindungen verspüren. Diese entstehen lediglich durch die physikalische Stimulation und der damit verbundenen Hormonausschüttung beim Stillen und haben keinerlei Zusammenhang mit dem gegenwärtig stillenden Kind. Leider herrschen über dieses Phänomen noch sehr viele verletzende Vorurteile.[24]

4 Fazit und Grenzen der Arbeit

Frauen entscheiden sich aus den verschiedensten Gründen für das Stillen und auch dagegen. Die Hintergründe, die vorherigen Erfahrungen und auch die Strukturen der Familie sind immer ein individuelles Zusammenspiel, das bei jeder Beratung berücksichtigt werden muss. Daher ist eine ausführliche Anamnese von grundlegender Bedeutung.

Wichtig zu wissen ist, dass die Verantwortung für die Gefühle nicht auf das stillende Kind übertragen werden sollte. Für das Kleinkind stellt Stillen ein ganz normales Verhalten dar. Es hat nicht die Intension, physische Verletzungen oder negative Gefühle hervorzurufen. Der Ursprung für alle Gefühle liegt im Unterbewusstsein der Mutter. Somit ist ausschließlich die stillende Mutter für die eigenen Gefühle und deren Auswirkungen verantwortlich. Dieser Verantwortung gerecht zu werden ist nicht immer leicht und teilweise auch nicht möglich. Aber Kinder brauchen keine perfekten Eltern, sondern authentische Menschen.

---

[24] Vgl. *Bauer, Dr. Z.*, Was steckt hinter Stillen von Kleinkindern?, o.S.; *Lüpold, S.*, Die weibliche Brust – Nahrungsquelle, Trostspender oder Lustobjekt?, o.S.; *Bumgarner, N. J.*, Wir stillen noch., S. 54.

Auch für den Umgang mit den ambivalenten Gefühlen liegt die Verantwortung bei der stillenden Mutter. Leidet sie stark, ist es empfehlenswert den Weg Richtung Abstillen einzuschlagen. Dies muss natürlich nicht unverzüglich geschehen. Gegebenenfalls kann es sogar ausreichen, die Gefühle anzuerkennen und zu benennen, damit ein Weiterbestehen der Stillbeziehung für Mutter und Kind möglich ist.[25] Darüber hinaus kann es in ebendiesen Situationen hilfreich sein, sich die Vorteile des Stillens und die eigenen Gründe hierfür ins Gedächtnis zu rufen.

Mit Kleinkindern kann, im Gegensatz zu Säuglingen, auch bereits ein Gespräch geführt und Abmachungen getroffen werden. Beispielsweise besteht die Möglichkeit mit dem Kleinkind über den Zeitpunkt des Stillens zu verhandeln. Hält die Mutter den Augenblick für ungünstig, so kann ein späterer Zeitpunkt vereinbart werden.[26]

Entstehen Unstimmigkeiten in der Familie oder Partnerschaft bezüglich des Stillens, wächst der Druck auf die stillende Mutter. Sind jedoch weder die Mutter, noch das Kind dazu bereit, abzustillen, so kann ein klärendes Gespräch als Lösungsansatz dienen. Die Wahrnehmung der Sorgen aller Beteiligten, sowie die Aufklärung ebendieser, nehmen dabei eine tragende Rolle ein. Dabei ist es von essentieller Bedeutung, dass sich die Mutter mit ihren Wünschen klar positioniert.[27]

Bei Gefühlen, welche sich durch falsche Informationen oder Unwissenheit entwickeln, kann der stillenden Mutter durch eine umfassende Aufklärung Erleichterung verschafft werden. Beispielsweise kann das Wissen, über eine ausreichende Nähr-

---

[25] Vgl. *Bumgarner, N. J.*, Wir stillen noch., S. 44.
[26] Vgl. *Bumgarner, N. J.*, Wir stillen noch., S. 73.
[27] Vgl. *Bumgarner, N. J.*, Wir stillen noch., S. 68 ff.

stoffzufuhr trotz weniger Nahrungsaufnahme des Kindes, bereits eine Befreiung von Angst und schlechtem Gewissen für die Mutter bewirken. Auch bei Verunsicherungen durch Fachpersonal, kann eine umfangreiche Aufklärung der Mutter und gegebenenfalls eine Konfrontation mit der entsprechenden Person helfen.

In vielen Fällen ist der Mutter geholfen, wenn sie sich mit ähnlich denkenden Müttern umgibt. Sie könnte eine Stillgruppe besuchen. Dort kann sie sich über die eigenen Gefühle austauschen. Isolation und damit verbundene Nachteile können so vermieden werden.[28]

Bei Schmerzen empfiehlt es sich nach der Ursache zu forschen und Diese zu bekämpfen. Die Symptome können mit Schmerzmitteln gelindert werden. Bei Schmerzen durch Haltung und Reibung, kann die Seite gewechselt oder die Position verändert werden. Liegen den Schmerzen ein Soor oder eine Mastitis zugrunde, müssen diese behandelt werden.[29]

Ambivalente Gefühle dem eigenen Kind gegenüber, sind mit großer Wahrscheinlichkeit auch nach dem Abstillen immer wieder präsent. So stellen Wut und Aggression einen ganz natürlichen Teil unseres Mensch- und Elternseins dar.[30]

Aus eigener Erfahrung kann ich darüber hinaus über einen Anstieg von ambivalenten Gefühlen berichten. Mir erscheint, dass diese Gefühle, die aus dem Inneren heraus entstehen, mit zunehmendem Alter des Kindes ansteigen. Eine mögliche Erklärung könnte die Betrachtung des Anstiegs an ambivalenten Ge-

---

[28] Vgl. *Bumgarner, N. J.*, Wir stillen noch., S. 66.
[29] Vgl. *Bumgarner, N. J.*, Wir stillen noch., S. 116.
[30] Vgl. Plagge, S., ROT SEHEN: WENN ELTERN FURCHTBAR WÜTEND WERDEN, o.S.

fühlen, als natürlicher Prozess der Ablösung von Mutter und Kind sein.

An dieser Stelle würde sich eine repräsentative Befragung anbieten, um die Gewichtung der einzelnen Ursachen für Ambivalenzen herauszustellen und genauer zu betrachten.

Anhang

Anhang 1: Interviews 18

Anhang 2: Instagram Umfrage 24

Anhang 1: Interviews

Für dieses Interview habe ich vier verschiedenen Frauen die gleichen Fragen zum Thema „Stillen von Kleinkindern“ gestellt. Um sie zu anonymisieren werden sie im Nachfolgenden Frau A, B, C und D genannt.

Fragen:

1. Wieviele Kinder hast du gestillt? Und wie lange?

2. Bist du selbst gestillt worden? Wenn ja, wie lange? Eventuell Tandem?

3. Kennst du das Gefühl von ambivalenten Stimmungen beim Stillen von Kleinkindern? Wie würdest du diese Gefühle beschreiben? Wut? Trauer? Aggression?

4. Haben diese Gefühle erst später angefangen, also als dein Kind erst im Kleinkindalter war (ab 1)? Oder waren sie teilweise schon vorher mal aufgetaucht?

5. Hast du Unterschiede festgestellt beim 1. 2. oder 3. Kind bezüglich dieser Gefühle? Oder beim Tandem stillen?

6. Sind diese Gefühle mit zunehmendem Alter des Kindes/ der Kinder stärker geworden?

7. Hat irgendwas dagegen geholfen? Gedanken? Maßnahmen? Einfach aushalten?

8. Hast du mittlerweile abgestillt? Wie lange schon? Warum?

9. Möchtest du ergänzend noch was dazu erzählen? Würdest du etwas anders machen im Nachhinein?

Antworten:

Frau A

1. Zwei. Kind 1 etwa 3,5 Jahre; Kind 2 Jahre, 8 Monate.

2. Nein bzw. nur wenige Tage.

3. Ja. Als ich mit Kind 2 schwanger war hatte ich (im 2. Teil der Schwangerschaft) das erste Mal ambivalente Gefühle beim Stillen von Kind 1. Ich wollte eigentlich nicht Tandemstillen und war innerlich ungeduldig und frustriert, dass meine Tochter noch so oft und gern stillte und kein Ende in Sicht war. Als ich mich letztlich doch für das Stillen von zwei Kindern entschied, verschwanden diese Gefühle wieder.

Als Kind 2 da war, stieg beim Stillen der Beiden häufig Wut auf Kind 1 in mir auf und ich wollte wirklich nicht mehr, dass sie stillte. Diese Gefühle haben mich sehr traurig gemacht und auch geschockt, da ich diese Wut kognitiv nicht verstehen konnte und sie schließlich auf meine hormonelle Lage und instinktives Schutzverhalten, dem kleinen Säugling gegenüber, zurückführte.

4. Ja, die Gefühle kamen erst im Kleinkindalter, während einer erneuten Schwangerschaft.

5. Keine Unterschiede zwischen Kind 1 und Kind 2, aber beim Tandemstillen wollte ich urplötzlich am liebsten die Stillbeziehung zu Kind 1 abbrechen.

6. Nein.

7. Leider nein. Ich habe letztlich in solchen Momenten die Augen geschlossen, tief ein- und ausgeatmet, meine wundervolle große Tochter beim Stillen vorsichtig umarmt und die Gefühle ausgehalten. Das war aber eine schwierige und belastende Situation, die 8-10 Monate währte! Ich habe die Stillzeit (Zeit an der Brust) meiner Tochter über Monate immer weiter verkürzt, damit unsere Stillbeziehung langsam aber sicher ein Ende findet.

8. Ja, seit kurzem. Mein Sohn war mittlerweile in dem Alter, wo ich das Stillen aus diversen Gründen nicht mehr wollte (Beruhigung und Einschlafbegleitung auch durch Vater, nächtlicher Schlaf, abends mal weggehen, Körper wieder für mich haben...). Ich hatte ihm gegenüber aber keine negativen

Gefühle, es war für mich einfach die Zeit des Abstillens gekommen.

9. Nein, doch ich wäre gerne besser auf das Tandemstillen vorbereitet gewesen und hätte mir in dieser Zeit mehr Begleitung/Unterstützung gewünscht. Ich weiß nicht wie es mittlerweile ist, doch 2016 haben mir gute Artikel zum Tandemstillen gefehlt. Kurze Artikel gab es, doch kaum etwas zu der Praxis á la „Wie kann ich im Wochenbett mit dem Tandemstillen umgehen? Habe ich genug Kolostrum, sodass der Säugling genug bekommt, wenn er immer als erstes trinkt?“ Auch gab es keinerlei Bilderbücher zu dem Thema Tandemstillen.

Frau B

1. Ich habe zwei Kinder gestillt, Josiah 2 Jahre und 8 Monate, Noemi (20 Monate) stille ich noch.

2. Ja, bin ich! Gut 1 Jahr wurden ich und meine Zwillingsschwester Tandem gestillt.

3. Kenne ich, ja. Ich war nicht wütend oder aggressiv, eher unsicher. Es hat mich verunsichert, dass die Menschen um mich herum mein Kind schon viel zu alt zum Stillen fanden und mein Kind immer noch oft darum bat. Es hat mich manchmal traurig und auch ärgerlich gemacht, dass mein Kind dieser Erwartungshaltung nicht entsprochen hat.

4. Nein, erst später!

5. Ja. Jetzt schon als mein Sohn ca 1,5 Jahre alt war, hatte ich mich viel belesen und das Stillen älterer Kinder mit anderen Augen gesehen und mein Kleinkind von Herzen gern gestillt. Jetzt, beim zweiten Kind weiß ich viel mehr über die Bedürfnisse von Babys und Kleinkindern und ich stille meine Tochter sehr gern und immer noch sehr häufig.

6. Nein, siehe oben!

7. Ich habe mich viel belesen! In meine erste Stillbeziehung bin ich ziemlich unwissend gestartet. Die Erwartungen, die Außenstehende an Kinder - gerade in puncto schlaf und stillen - haben (Kinderarzt, Eltern, Schwiegereltern, Nachbarn, Freunde etc.) sind oft total unrealistisch. Zu wissen, wieviel Geborgen-

heit, Sicherheit und Nähe ich meinem Kind durch das Stillen geben kann, hat in mir den Wunsch geweckt, meine Kinder lange zu stillen.

8. Hätte ich geahnt, wie wichtig mir das Stillen mal sein wird, hätte ich gern früher angefangen mich zu belesen oder eine Stillgruppe zu besuchen.... ich hätte mir viele Grübeleien erspart, wenn ich schon früh gewusst hätte, dass das Stillen auch für ein zweijähriges Kind noch wichtig und richtig und gut ist.

9. Nein.

Frau C

1.Zwei Kinder. Die große seit 26 Monaten. Seit fast vier Monaten Tandem.

2. Nein

3. Aggression manchmal. Weil es mich nervt. Aber eher das Gefühl von völliger Überreizung. Als würde sich mir der Magen umdrehen. Ich bin völlig hin- und hergerissen zwischen "sie braucht es noch so sehr" und "ich kann es so schlecht aushalten"

4. Zu Beginn meiner zweiten Schwangerschaft hatte ich Angst, dass sie sich selbst abstillt, weil sie da noch so klein war. Als sie später in der fortschreitenden Schwangerschaft quasi "trocken" weitergestillt hat, habe ich mir gewünscht, sie würde sich abstillen. Weil es wirklich sehr weh getan hat. Es hat mich aber beruhigt, zu wissen, dass nach der Geburt wieder mehr Milch (und auch genug für zwei) da sein wird. Jetzt habe ich genug Milch für zwei und dennoch oft das Gefühl, dass die große der kleinen was wegnimmt.

5. Die große stille ich nicht mehr gerne, die kleine dagegen sehr gerne.

6. Phasenweise ist es wirklich sehr schlecht auszuhalten. Es gibt aber auch Phasen, wo es besser geht.

7. Ich stille die große nicht mehr Tagsüber. Nur noch abends zum einschlafen und ein- bis zweimal in der Nacht.

8. Nein, Vielleicht weil ich Angst habe, dass sie es nicht gut verkraftet, bzw dass sie dann eifersüchtig auf das Baby wird.

9. Nein. Weil Kinder davon profitieren, lange gestillt zu werden (Entwicklung, Gesundheit, Bindung...) und ich irgendwie trotzdem stolz darauf bin, dass die große immer noch stillt, bzw. dass das Tandemstillen klappt.

Frau D

1. Drei Kinder: 1. 2 Jahre 5 Monate, 2. 2 Jahre 2 Monate (kürzer als Kind 1), 3. 2 Jahre 2 Monate

2. Keine Ahnung. Meine Mutter ist früh verstorben. Vermutlich ein Stillversuch in der Klinik. Sonst Nichts. Es gab keine Infos dazu.

3. Ambivalente Gefühle kenne ich manchmal Wut (wegen Abhängigkeit). Genervt sein.

4. Diese Gefühle gab es vorher auch schon mal. Vor allem beim 1. Kind. Bei Kind 2+3 war es „selbstverständlicher“. Es gehörte dazu. Positive Erfahrung bei Kind 1 war: keine Flasche, unkompliziertes Abstillen, kaum krank.

5. Siehe Antwort 4

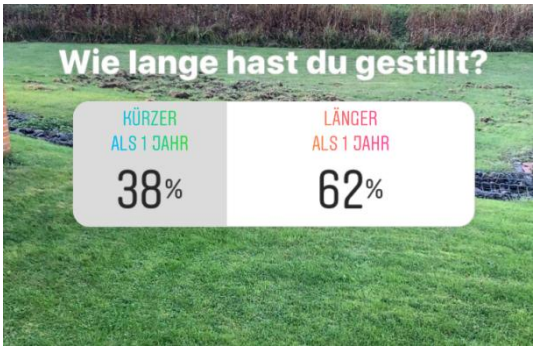
6. Nein, diese Gefühle sind nicht stärker geworden, weil es immer mal besser auch ohne mich und Stillen ging. Papa konnte mit Vorlesen und Singen das „Einschlafritual“ ablösen.

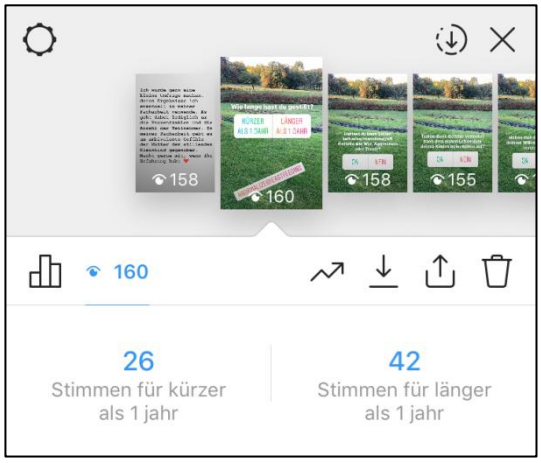
7. Manchmal einfach aushalten. In der Erinnerung ist natürlich alles „halb so schlimm“. Aber das Gefühl „ich bin so angebunden“ erinnere ich noch genau. Anfangs habe ich manchmal beim Stillen gelesen (dann war es auch eine „Auszeit“ für mich). Später, auch bei Kind 3 vor allem, konnte ich gut entspannen dabei.

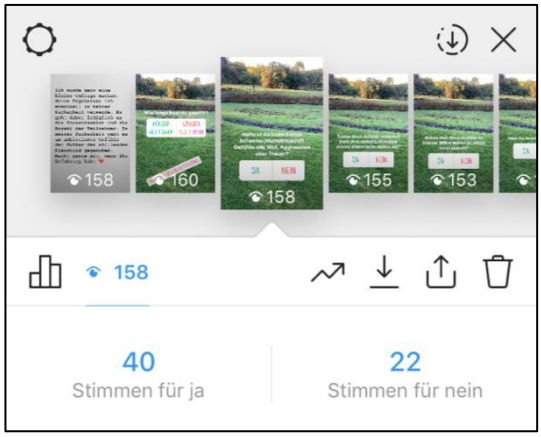
8. Ja abgestillt habe ich. Die Meute ist groß (20 Jahre her+länger). Warum? Weil es einfach ging, andere Rituale.

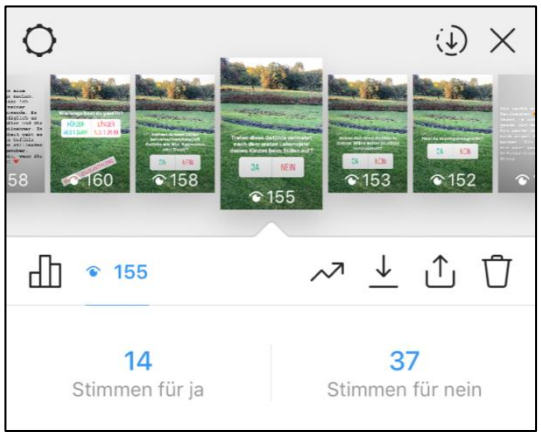
9. Ich würde nichts anders machen, glaube ich. Kürzer würde ich auf keinen Fall stillen. Es war gut so.

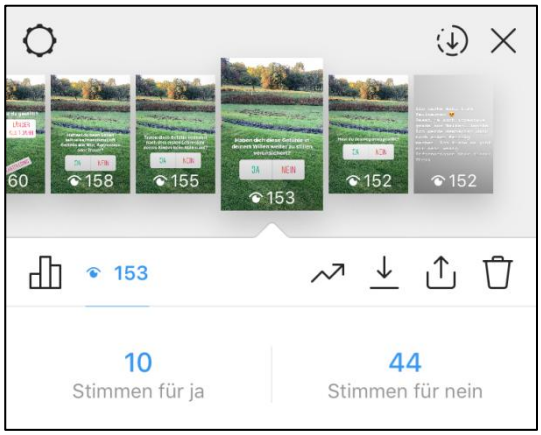
Anhang 2: Instagram Umfrage

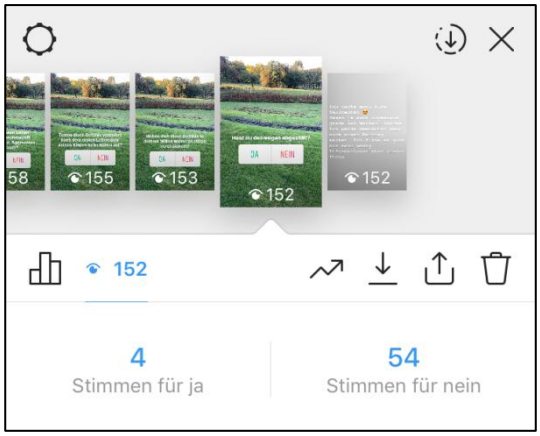












(Instagram.de/fipipax)

Literaturverzeichnis

Bumgarner, Norma Jane: Wir stillen noch.: LLL Deutschland E.V. 2013

Lothrop, Hannah: Das Stillbuch, 23. Aufl., München: Kösel-Verlag, 1995

Internetquellen

Bauer, Dr. Z.: Was steckt hinter Stillen von Kleinkindern? Die Beweggründe der Mütter, https://www.still-lexikon.de/was-steckt-hinter-langzeitstillen-die-beweggruende-der-muetter/.html

Bauer, Dr. Z.: Wunde Brustwarzen in der Stillzeit, https://www.still-lexikon.de/wunde-brustwarzen/.html

Bayrischer Rundfunk: Gertrud Haarer: Meine deutsche Mutter, https://www.youtube.com/watch?v=EbykHL0O6HQ&t=1103s.html

Bibliographisches Institut GmbH: Ambivalenz, die, https://www.duden.de/rechtschreibung/Ambivalenz.html

Bosch, Elisabeth: Stillen und Missbrauch, https://erfolgreichstillen.de/stillen-und-sexueller-missbrauch/.html

Bose, Hanna: Johanna Haarer oder was Nazis mit meinem Baby am Hut haben, https://rubbelbatz.de/johanna-haarer-und-nazis-sollen-mich-und-mein-baby-in-ruhe-lassen/.html

Emge, Sonia: Geburtstrauma – emotionale und psychische Folgen für das Kind in der frühen Kindheit, http://www.rueckhalt.de/media/fachartikel/Hausarbeit_Geburtstrauma_Sonja%20Emge1.pdf

Friedrich, Jana: STILLEN UND BERUF – (K)EIN PROBLEM!?, https://www.hebammenblog.de/stillen-und-beruf-k-ein-problem/.html

Gebert, Dr. Susanne: Zwischen Drill und Misshandlung: Johanna Haarers „Die deutsche Mutter und ihr erstes Kind“, https://xn--generationen-gesprch-szb.de/zwischen-drill-und-misshandlung-johanna-haarers-die-deutsche-mutter-und-ihr-erstes-kind/.html

Glodde, Lena: Liste stillfreundlicher Ärzte, https://beduerfnis-orientiert.de/liste-stillfreundlicher-aerzte/.html

Hennig-Scalzo, Annalisa: Umgang beim Stillen von sexuell missbrauchten Frauen, https://www.stillen.de/wp-content/uploads/2019/01/Stillen-nach-sexueller-Mi%C3%9Fhandlung-A.-Hennig-Scalzo.pdf

Holzapfel, Nicola: „Social Media steigern den Leistungsdruck“, https://www.uni-muenchen.de/aktuelles/medien/einsichten/artikel_einsichten/carstensen_socialmedia.html

Imlau, Nora: Stillen ist Liebe, Fläschchengeben auch, https://www.zeit.de/wissen/2017-05/stillen-geburt-baby-flaschenmilch-muttermilch-stillzeit-hebamme-schwangerschaft/seite-2.html

Lüpold, Sibylle: Die weibliche Brust – Nahrungsquelle, Trost-spender oder Lustobjekt?, https://www.still-lexikon.de/die-weibliche-brust-nahrungsquelle-trostspender-oder-lustobjekt/.html

Plagge, Silke: ROT SEHEN: WENN ELTERN FURCHTBAR WTEND WERDEN, https://www.elternleben.de/content/kleinkind-entwicklung-erziehung-1462979570/rot-sehen-wenn-eltern-furchtbar-wuetend-werden-1472554330/.html

Wittmann, Dennis, CTRL-Life Team: Familiäre Prägung – 6 Gründe warum Eltern Experten für ihre Kinder sind, https://ctrl-life.de/familiaere-praegung/.html

Eidesstattliche Erklärung

Hiermit versichere ich, dass die vorliegende Arbeit von mir selbstständig und ohne unerlaubte Hilfe angefertigt worden ist, insbesondere dass ich alle Stellen, die wörtlich oder annähernd wörtlich aus Veröffentlichungen entnommen sind, durch Zitate als solche gekennzeichnet habe. Ich versichere auch, dass die von mir eingereichte schriftliche Version mit der digitalen Version übereinstimmt. Weiterhin erkläre ich, dass die Arbeit in gleicher oder ähnlicher Form noch keiner Prüfungsbehörde/Prüfungsstelle vorgelegen hat. Ich erkläre mich damit einverstanden, dass die Arbeit der Öffentlichkeit zugänglich gemacht wird. Ich erkläre mich damit einverstanden, dass die Digitalversion dieser Arbeit zwecks Plagiatsprüfung auf die Server externer Anbieter hochgeladen werden darf. Die Plagiatsprüfung stellt keine Zurverfügungstellung für die Öffentlichkeit dar.

23.10.2019 Johanna Franz

(Ort, Datum) (Eigenhändige Unterschrift)