

Evelin Kirkilionis

# **EinBaby will getragen sei**

Alles über geeignete Tragehilfen  
und die Vorteile des Tragens

Mit einem Vorwort von  
Jirina Prekop

Kösel

# Inhalt

Vorwort von *Jirina Prekop*. . . . . 9

Ein Baby will getragen sein. . . . . 13

## Teill

**Warum ein Baby tragen?**. . . . . **17**

1

Das Bedürfnis des Babys nach Nähe versus Die Angst  
vor dem verwöhnten Kind. . . . . 17

2

Zum besseren Verständnis: ein wenig (Stammes-)  
Geschichte. . . . . 21

*Die Verhaltensdispositionen eines Traglings*. . . . . 23

*Die besondere Geschichte des menschlichen Säuglings*... 25

*Die kindliche Physiologie und Anatomie*. . . . . 34

*Vom Nesthocker zum Tragling*. . . . . 38

3

Hüftdysplasie und Tragen. . . . . 43

*Das Märchen von den Wirbelsäulenschäden*. . . . . 46

*Das Tragen - eine kindgerechte und adäquate Prophylaxe  
bei Hüftdysplasie*. . . . . 50

4	
Tragen - Im »Rausch« der Sinne. . . . .	53
<i>Der Hautkontakt - <b>Nahrung für die Seele.</b></i> . . . . .	54
<i><b>Eine ungewohnte Dimension: die <b>Bewegungswahr-</b></b></i> <i><b>nehmung.</b></i> . . . . .	57
<i>Von der Not zur Tugend - Ferien vom Inkubator.</i> . . . .	60
<i>Tragen - Wahrnehmen der Eltern mit fast allen Sinnen .</i>	61
5	
Die Entwicklung der kindlichen Fähigkeit . . . . .	64
<i>Das Wechselspiel der Sinne: das Zauberwort</i> <i>»Integration«.</i> . . . . .	64
<i>Das Gleichgewicht finden - Körpergefühl und Bewegung</i>	68
6	
Die Bedeutung der Eltern-Kind-Bindung . . . . .	72
<i>Die <b>Wechselwirkung</b> einer intensiven Beziehung.</i> . . . .	73
<i>Nähe und Distanz - Die Selbständigkeitsentwicklung.</i> .	78
<i>Erfahrung sammeln außerhalb der eigenen Möglichkeiten</i>	80
7	
Bitte keine Ideologie! . . . . .	84

## Teil II

Tragen, ja - aber wie? . . . . . 91

### 8

Tragen ist nicht gleich Tragen . . . . . 91

### 9

Tragebeutel, Tragesäcke, Känguru-Tragen etc. . . . . 94

*Worauf Eltern beim Kauf von Tragebeuteln oder -sacken  
achten sollten. . . . . 94*

*Tragesäcke oder -beutel für den aufrechten Sitz in  
Face-to-face-Orientierung. . . . . 96*

*Tragehilfen für den seitlichen Sitz . . . . . 100*

*Nur ganz kurz: Tragegestelle, Rückentragen, Kraxen  
oder Kiepen. . . . . 101*

### 10

Tragen im Tragetuch . . . . . 104

*Zunächst ein paar allgemeine Tipps. . . . . 105*

*Die Qualität von Tragetüchern. . . . . 108*

***Allgemeingültiges für die verschiedenen Bindetechniken . . . . . 111***

*Liegend im Tragetuch getragen - Die Wiege. . . . . 112*

*Der aufrechte Sitz im Tragetuch vor der Brust. . . . . 118*

*Auf dem Rücken getragen. . . . . 129*

*Seitlicher Hüftsitz im Tragetuch. . . . . 137*

*Überblick über Tragetuchlängen, passend zu den  
Bindevarianten. . . . . 143*

11	
Ein paar Besonderheiten. . . . .	144
12	
Was sonst noch das Tragen erleichtert . . . . .	147
13	
Da wäre noch eine Frage. . . . .	150
Anmerkungen . . . . .	161