

# Zurück zur Weisheit der Natur



Hast du dich jemals gefragt, warum manche Dinge im Alltag mit deinem Kind so schwer erscheinen? Warum scheinbar einfache Situationen zu Machtkämpfen werden? In unserer modernen Welt haben wir oft verlernt, der uralten Weisheit zu vertrauen, die tief in uns und in unseren Kindern verankert ist. Wir suchen nach Methoden, Tipps und Tricks, übersehen dabei aber das Offensichtliche: Dein Kind ist ein biologisches Wesen mit einem inneren Bauplan, der sich über Jahrtausende bewährt hat.

Am Ende des Tages geht es nicht darum, dein Kind zu formen oder zu erziehen. Es geht darum, seine Natur zu verstehen und mit ihr zu tanzen, nicht gegen sie anzukämpfen. Es ist eine Einladung, die Brille zu wechseln und die Welt durch die Augen der Biologie zu betrachten. Eine Perspektive, die Leichtigkeit und Verständnis in euren Alltag bringt.

## **Der innere Bauplan: Was bedeutet biologisch handeln?**

Stell dir vor, dein Kind ist ein winziges Samenkorn voller Potenzial! Es hat schon alles dabei, was es für sein fantastisches Wachstum braucht. Deine Mission? Kein Tonkünstler werden, sondern der beste Gärtner! Gib ihm die perfekte Erde, strahlendes Sonnenlicht und erfrischendes Wasser. Denn biologisch handeln heißt, die Bedürfnisse deines Kindes nicht als abstrakte Ideen anzusehen, sondern als das, was sie wirklich sind: tief verwurzelte, biologische Must-haves!

Dein Kind kommt mit einem perfekt ausgestatteten System auf diese Welt. Es hat Hunger, wenn sein Körper Nahrung braucht. Es weint, wenn es Nähe sucht. Es schläft, wenn sein Organismus Ruhe benötigt. All das sind keine Launen oder Manipulationen. Es sind biologische Signale, die dein Kind am Leben erhalten und ihm helfen, sich gesund zu entwickeln.

Was Spürst du, wenn du das verstehst? Du musst nicht herausfinden, was mit deinem Kind "nicht stimmt". Nichts stimmt nicht. Alles folgt einem genialen Plan der Natur.

## **Die Sprache des Körpers: Wenn Bedürfnisse sprechen**

Dein Kind denkt nicht in Worten wie "Ich brauche jetzt dringend Körperkontakt, weil mein Oxytocinspiegel niedrig ist." Es fühlt einfach einen Drang, eine Sehnsucht, einfach ein Gefühl. Und dieser Drang ist real. Er ist nicht weniger wichtig als Hunger, Ausscheiden oder Durst. Das Bedürfnis nach Nähe ist biologisch genauso überlebenswichtig wie das Bedürfnis nach Nahrung.

Warum? Weil ein Baby in der freien Natur ohne die Nähe seiner Bezugsperson nicht überleben würde. Die Biologie weiß das. Deshalb hat sie dein Kind mit einem Alarmsystem ausgestattet: dem Weinen. Es ist der lauteste Notruf, den ein kleiner Körper senden kann. Und er ist nicht dazu da, dich zu ärgern. Er ist dazu da, Leben zu retten.

Wenn du das nächste Mal das Gefühl hast, dein Kind "klammert" oder "übertreibt", dann halte einen Moment inne. Frage dich: Was will sein Körper gerade? Nicht sein Verstand. Sein Körper. Oft findest du die Antwort den Grundbedürfnissen: Nahrung, Ausscheiden, Nähe, Ruhe, Bewegung, Sicherheit.