

# Nachdenken über das schlechte Gewissen

*Stillförderung ist gut, weil Stillen für Mutter und Kind gut ist. - Aber macht ja den Frauen, die nicht oder nur kurz stillen, kein schlechtes Gewissen!*

*Nein, das ist nicht unser Ziel. Die AFS will erreichen, dass alle Mütter, die stillen wollen, selbstverständlich stillen können, so lange, wie es für sie und ihr Kind richtig ist. Punkt.*

**Wo kommt das „schlechte Gewissen“ ins Spiel?**

Es gibt Mütter, die aus unabänderlichen Gründen nicht oder nur kurz stillen, z.B. wegen einer schweren Erkrankung. Sie haben nicht die Möglichkeit, sich für oder gegen das Stillen zu entscheiden. Das Nicht-stillenkönnen ist keine Schuld, es ist Schicksal. Vorwürfe und schlechtes Gewissen wären hier völlig unangebracht. Diese Frauen sind oft traurig über den Verlust des Stillens, und sie haben das Recht zu trauern. Wird ihnen gesagt, Brust oder Flasche sei ja gar kein großer Unterschied und beides hätte seine Vor- und Nachteile, nimmt ihnen das das Recht auf die Trauer und beraubt sie damit ein zweites Mal. Was übrig bleibt, ist „schlechtes Gewissen“.

Es gibt Mütter, die aus abänderlichen Gründen nicht oder nur kurz stillen. Zu diesen Gründen zählen mangelnde Anschauung des Stillens in der Familie, bei Freundinnen und in der Öffentlichkeit; Fehlinformationen in der Schwangerschaft; fehlende Unterstützung im sozialen Umfeld nach der Geburt; Werbung für künst-

liche Säuglingsnahrung; stillfeindliche Routinen in der Klinik; falsche Beratung durch Ärztinnen, Hebammen und andere. Diese Frauen erreichen ihr gewünschtes Stillziel oft nicht. Das löst starke Gefühle aus, die oft als „schlechtes Gewissen“ gedeutet werden statt als Trauer über den Verlust des Stillens und als Wut auf diejenigen, die die Mutter im Stich gelassen haben. Dieses „schlechte Gewissen“ genannte Gefühl wird dann leicht auf andere projiziert, deren Eintreten für das Stillen an den wunden Punkt rührt. Hier wäre es wichtig, die Trauer zuzulassen und die Wut produktiv umzusetzen, nämlich in Forderungen nach Veränderung. Das wiederum wäre für manche, die von diesen Veränderungen betroffen wären, un bequem und würde sie ins Schwitzen bringen. Da ist doch einfacher, die Mütter zu beschwichtigen und zu sagen, du brauchst kein schlechtes Gewissen zu haben...

Ich gehe davon aus, dass jede Mutter zu jeder Zeit ihrem Kind das Beste gibt, was sie ihm zu diesem Zeitpunkt und in ihrer Situation geben kann. Wenn ich mit dem, was ich heute kann und weiß, noch einmal anfangen könnte, würde ich manches anders machen; damals habe ich es so gemacht, wie ich es damals konnte (nicht nur beim Stillen). Nur die Mutter selbst steckt in ihrer Haut. Beratung kann ihr dabei helfen, ihre Möglichkeiten klarer zu sehen sowie Hindernisse zu erkennen und vielleicht auch aus dem Weg zu räumen - sich entscheiden und ihren Weg gehen muss sie selber.

Viele Mütter entscheiden sich bewusst für oder gegen das Stillen. Gute und umfassende Information kann

ihnen dabei helfen. Niemand käme auf die Idee, einer Mutter die Information vorzuenthalten, dass Rauchen ihrer Gesundheit und der ihres Babies schadet, damit sie ja kein schlechtes Gewissen bekommen möge, wenn sie raucht. Aber wenn jemand sagt, dass künstliche Säuglingsernährung der Gesundheit der Mutter und der ihres Babies schadet, kommt schnell der Vorwurf, man würde der Mutter ein schlechtes Gewissen machen. Das ist ungereimt. Jede Mutter hat das Recht auf Information über die Bedeutung des Stillens für sich und ihr Kind, über die WHO-Empfehlung zur Stilldauer, über Möglichkeiten der Unterstützung und so weiter. Diese Informationen kann sie in ihre Entscheidung einfließen lassen. Und wenn sie sich für das Abstillen entscheidet, dann ist das ihre Entscheidung. Punkt.

Das „schlechte Gewissen“ ist ein Popanz, eine Vogelscheuche. Ich bin nicht bereit, mich davon in die Flucht schlagen zu lassen.

*Utta Reich-Schottky*

