

Wenn Babys (zu) viel schreien

Bis zu 30 Prozent aller Babys sind Schreibabys. Die Eltern sollten nicht um jeden Preis versuchen, das Kind zufriedenzustellen.

Was gibt es Schöneres, als ein schreiendes Baby auf den Arm zu nehmen und zu sehen, wie es sich beruhigt? Es gibt aber leider auch Babys, die sich ganz und gar nicht beruhigen lassen. Ihr ständiges Schreien setzt die Eltern unter großen Stress. Überfordert und erschöpft kommen sie bald an die Grenzen ihrer Kraft.

Solche Kinder sind gar nicht so selten. Es handelt sich um 20 bis 30 Prozent aller Babys. Festzuhalten ist dazu: Nicht das Baby ist das Problem, sondern das Baby hat ein Problem. Und falsch ist es auch, den Müttern und Vätern die Schuld daran zu geben.

Für die Eltern sind solche Babys eine krasse Herausforderung. Sie sind unruhig, häufig irritiert, neigen zur Überstreckung, schlafen insgesamt weniger und benötigen zum Einschlafen mehr Unterstützung. In der Nacht wachen sie häufiger auf, tagsüber machen sie nur kurze Nickerchen. Oft reißen sie ihre Augen weit auf, wenn sie müde sind, was die Eltern dazu bringt, sie mit allen Methoden bei Laune (und damit wach) zu halten. Kein Wunder, dass diese Kinder permanent übermüdet und überreizt sind und nur schwer zur Ruhe kommen.

Das oft verzweifelte Bemühen der Eltern, ihr Kind endlich zufriedenzustellen, bringt sie dazu, allzu viele Beruhigungsstrategien anzuwenden. Ständiges Herumtragen mit häufigem Positionswechsel, Anbieten immer neuer Reize, Hüpfen, Schaukeln, Autofahren, mit dem Kinderwagen über ein Kopfsteinpflaster fahren: Alles wird versucht. Anstatt zur Beruhigung beizutragen, entsteht so immer mehr Unruhe.

Von manchen Eltern wird das Schreien des Kindes als aggressiv erlebt – und das erzeugt bei den völlig erschöpften Eltern auch Wutgefühle. Zwar schreien die Babys sehr laut, aber eigentlich handelt es sich um eine Art „Weinen“. Dieses Weinen kann Ausdruck vieler Bedürfnisse sein, zum Beispiel: „Ich brauche Ruhe, aber ich bin so angespannt“, „ich habe Hunger“, „ich möchte Kontakt“, „ich bin ganz müde, kann aber nicht einschlafen“ oder „irgendwo tut mir etwas weh“. Entgegen der Meinung vieler Eltern ist „Bauchweh“ nur selten der Grund für die Schreiatacken. Das Problem ist, dass sich diese Babys aus unterschiedlichen Gründen nur schwer (selbst) regulieren (und damit beruhigen) können.

Wie findet man aus dieser Situation heraus? Zuallererst müssen sich die Eltern selbst beruhigen. Die Eltern müssen weg von einem Übermaß an Beruhigungsstrategien. Weniger ist mehr. Ausprobieren, was hilft – und das dann konsequent anwenden: Herumtragen, Körperkontakt, Baden des Babys oder vielleicht Singen. Sicher ist: Das Weinen im Arm der Eltern ist niemals schädlich, sondern in aller Regel anspannungslösend. Für die Eltern sind Auszeiten und Beruhigungsphasen wichtig.

Die Eltern sollen nicht zögern, professionelle Unterstützung und Hilfe in Anspruch zu nehmen. Es gibt dazu viele Angebote: die Sprechstunde der Elternberatung, die Schreiambulanz am Landeskrankenhaus oder den Rat des Kinderarztes.

Dr. Margit Firlei ist Klinische u. Gesundheitspsychologin sowie Psychotherapeutin bei der Elternberatung Land Salzburg.
WWW.SALZBURG.GV.AT/ELTERNBERATUNG-SBG.
Psychologische Hilfe auch auf WWW.KURATORIUM-PSYCHISCHE-GESUNDHEIT.AT
Hotline: 0664/100 800 1.

**GROSS
WERDEN**
Margit Firlei



Medium:
Salzburger Nachrichten

Datum:
13. Mai 2015

Auflage:
61 246