

## **PDF 6:**

### **Kann ich mein Baby auch mal schreien lassen?**

Diese Frage wird immer wieder von Eltern gestellt und zeigt die große Verunsicherung, die die Eltern plagt. Auf der einen Seite hört man von Kinderärzten, Psychologen, Familienangehörigen und anderen immer wieder, man müsse Kinder auch mal schreien lassen. Auf der anderen Seite spüren Eltern, dass das nicht stimmen kann.

Fragt man z.B. Mütter, wie es Ihnen dabei geht, Ihr Baby schreien zu lassen, so antwortet die große Mehrheit, dass sie darunter stark leiden. Sie fühlen sich hilflos und schuldig. Auf Dauer untergräbt es das Selbstvertrauen und die Intuition der Mutter, da Sie nicht auf Ihre Gefühle, auf Ihren Bauch hört, sondern auf zweifelhafte Ratschläge.

Die Eltern, die sich dazu entscheiden, ihre Kinder auch mal schreien zu lassen, denken dann, Sie würden ihren Kindern damit etwas Gutes tun. Sie wollen ihnen auf diese Weise das Schlafen beibringen oder sie möchten verhindern, dass sie verwöhnt werden und dadurch in unserer Leistungsgesellschaft bestehen können. Gerne wird auch das Argument angebracht, dass ein Säugling sich von alleine beruhigt, wenn man ihn nur eine Weile schreien lässt.

Natürlich hat auch ein Säugling, wie jedes andere Lebewesen, einen gewissen Toleranzspielraum für das Ertragen von unangenehmen Erlebnissen. Diese Toleranz darf aber auf gar keinen Fall zu stark beansprucht werden.

Denn die Antwort auf die Frage „Kann ich mein Kind auch mal schreien lassen?“ kann nur heißen: Nein. Kontrolliertes Schreienlassen - d.h., ich höre mein Kind weinen und ich entschieße mich dazu, es nicht zu trösten – entspricht nicht den kindlichen Bedürfnissen und ist damit sogar schädlich. Wenn ein Baby weint, hat es immer einen guten Grund dafür – auch wenn wir diesen nicht gleich erkennen. Das Baby hat keine andere Möglichkeit, sein Bedürfnis zu äußern und es ist auf seine Eltern angewiesen.

Gehen Eltern regelmäßig nicht auf die Signale ihres Kindes ein, dann verliert das Kind das Vertrauen – in sich und in seine Eltern. Das sind keine guten Voraussetzungen für das Funktionieren in unserer Leistungsgesellschaft. Auch die anderen Ziele werden, in der Hoffnung auf kurzfristige Erfolge, langfristig verfehlt. Studien zeigen zum Beispiel, dass Babys, auf deren Schreien sofort reagiert wird, später als Kleinkinder weniger schreien.

Natürlich kommt es mal vor, dass Sie nicht unmittelbar zur Stelle sind und Ihr Kind trösten können, wenn es weint. Vielleicht müssen Sie sich gerade um Ihr anderes Kind kümmern oder Sie sind beim Kuchenbacken und müssen erst Ihre verklebten Hände waschen, bevor Sie zu Ihrem Kind eilen. Das ist dann aber nicht die Regel und Sie tun Ihr Bestes, so schnell wie möglich Ihrem Kind beizustehen. Und Sie lassen es nicht kontrolliert, d.h. mit Absicht schreien.

Kleine Babys weinen oft. Es gibt viele Anlässe, die sie zum Weinen bringen und es gibt unterschiedliche Arten des Weinens – mal ist es eher ein Gezeter und mal ist es ein panikartiges Schreien. Natürlich werden Sie auf ein durchdringendes Schreien anders eingehen als auf ein mürrisches Gezeter und nicht immer gleichermaßen das gesamte Programm an Beruhigungsmaßnahmen durchspielen. Je nachdem werden Sie manchmal auch einfach etwas abwarten, um zu sehen, wie Ihr Kind alleine mit seiner Situation umgeht. Wenn Sie auf Ihre Intuition hören, werden Sie das Ausmaß seiner Not spüren und souverän und angemessen auf Ihr weinendes Kind eingehen. Aber Sie werden es ernst nehmen und immer auf seine Äußerungen reagieren – egal ob es lacht oder weint.

Vielleicht beruhigt Sie das: die Phase, in der Babys besonders viel schreien ist eher kurz. Meistens weinen bzw. schreien Babys in den ersten drei bis vier Monaten viel (ungefähr zwei bis drei Stunden am Tag). Erst, wenn das Kind langsam dazu in der Lage ist, zwischen bekannt und unbekannt zu unterscheiden, nimmt auch das Schreien ab. Es ist natürlich nicht schlagartig vorbei, aber das Baby weint und schreit jetzt hauptsächlich nur dann, wenn es sich vor Unbekanntem fürchtet, wenn es krank ist, sich verlassen fühlt, Schmerzen hat oder müde ist. Je einfühlsamer Sie als Eltern mit dem Schreien umgehen und je mehr Vertrauen es zu Ihnen aufbauen kann, desto besser wird es später Kontakt und Beziehungen zu anderen Menschen gestalten können.

Es gibt aber auch Babys, die schreien deutlich mehr als es die Nerven der geduldigsten Eltern aushalten – die so genannten Schreibabys. Es gibt verschiedene Ursachen, die dafür verantwortlich gemacht werden, von der Art der elterlichen Betreuung bis hin zur besonderen Sensibilität des Babys gegenüber Reizen. Bei Eltern von Schreibabys stellt sich oft irgendwann absolute Verzweiflung ein aber auch Wut und Hass – schließlich versuchen sie alles um ihr Kind zu beruhigen und es zufrieden zu stellen aber nichts hilft. Spätestens dann, wenn Eltern an so einem Punkt angekommen sind, sollten sie professionelle Beratung in Anspruch nehmen. Es gibt zum Beispiel spezielle Schreisprechstunden oder Schreiambulanzen, die oft an Universitätskliniken angeschlossen sind.

Weitere Informationen zum Thema Baby-Schlaf erhalten Sie hier:

<http://www.betten-baby.de/schlafen-baby/Baby-schlaf6/schreien-baby.html>