

„Erste Hilfe“ für Eltern mit Schreibabys

Von Anja Bothe , Quelle: Berliner Morgenpost vom 04.08.2009

Ina und Wadim sind verzweifelt. Seit zwei Monaten ist ihr Sohn Anton auf der Welt, und seitdem schreit er - oft stundenlang und ohne einen erkennbaren Grund.

Er lässt sich kaum trösten oder beruhigen, es sei denn, Mutter oder Vater tragen ihn durch die Wohnung. Sobald sie aber versuchen, ihn hinzulegen, fängt das Geschrei wieder an. An regelmäßigen Schlaf der Eltern ist nicht mehr zu denken, die Nerven liegen blank. Ina und Wadim wissen nicht mehr weiter. So hatten sie sich das Leben mit einem Neugeborenen nicht vorgestellt. Anton ist ein Schreibaby.

Nur wenige Eltern sind auf dieses Phänomen vorbereitet und stehen der Situation oft völlig hilflos und ohnmächtig gegenüber. Untersuchungen zeigen, dass etwa 20 Prozent der Neugeborenen Schreibabys sind, wenn auch in unterschiedlichen Ausprägungen. Auf der Suche nach Rat und Unterstützung bei Kinderärzten wird Eltern häufig erklärt, der Grund für das langanhaltende Schreien ihres Säuglings seien die sogenannten Dreimonatskoliken - und das gehe vorüber.

Inzwischen sind sich Wissenschaftler und Ärzte jedoch einig, dass das eigentliche Problem von schreienden Babys nicht unbedingt viel mit dem Verdauungssystem zu tun hat. Blähungen werden eher als Folge des lang anhaltenden Schreiens betrachtet, bei dem das Kind große Mengen Luft geschluckt hat.

Auch wohlmeinende Ratschläge wie: "Lasst es doch einfach Schreien" damit es nicht verwöhnt wird" oder "Versucht es mal mit dem Durchschlafprogramm" helfen den meisten Eltern nicht weiter. Im Gegenteil: Versucht man es damit, stellt sich bei Misserfolg eher das Gefühl ein, auf allen Ebenen zu versagen. Und so erleben viele Eltern das Schreien ihres Kindes dann erst recht als einen Angriff auf die gesamte Familiensituation. Das kann so weit gehen, dass sie kurz davor stehen, die Beherrschung zu verlieren und den Impuls verspüren, dem Kind Gewalt anzutun. Spätestens dann empfiehlt sich ein Besuch bei einer "SchreiBabyAmbulanz".

Aggressionen sind normal

"Dass Eltern in so einer Ausnahmesituation Aggressionen entwickeln, ist normal", sagt Gerd Poerschke von der Berliner SchreiBabyAmbulanz, "nur dem Kind darf nichts passieren", betont er. Eltern mit einem Schreibaby brauchen vor allem Verständnis und Mitgefühl. "Unser Angebot ist eine Form von Krisenintervention, in der gerade Mütter sich wieder Kraft holen können", erklärt der Tempelhofer Diplompsychologe und Körperpsychotherapeut. "Wir versuchen den Eltern ihre Schuldgefühle zu nehmen und ihnen zu erklären, dass das lang anhaltende Schreien ihres Babys viele Ursachen haben kann."

"Das Kind sendet einen Notruf aus. Es hat vielleicht eine angstvolle Geburtserfahrung hinter sich, die es nacherlebt und die sich noch nicht aufgelöst hat." Das kann ein plötzlicher Kaiserschnitt gewesen sein oder eine langanhaltende Trennung von der Mutter aufgrund intensivmedizinischer Betreuung. Ein Säugling, der kurz nach der Geburt lange von den Eltern getrennt ist, hat Stress und Kummer. Gibt es eine Reaktion auf das Schreien, entspannt er sich. Hält die Trennungssituation an, hat er permanent Stress. Auch wenn zu viele Reize auf ein Baby einwirken, kann es mit Schreien

FREIRAUM

Evelyn Worbs



reagieren - weil es überfordert ist. Manche Eltern sind dann nicht in der Lage, den emotionalen Ausdruck des Babys zu verstehen. Hält die Störung an, steigert es sich in sein Schreien hinein.

Allerdings hat nicht jedes Kind, das schreit, eine schwierige Geburt durchlebt. Auch medizinische Gründe müssen abgeklärt werden: Manchmal können schon eine Milchallergie oder andere Unverträglichkeiten das Schreien verursachen. Das 'Kiss Syndrom' (Kopfgelenk-Induzierte Symmetrie Störung) bei Neugeborenen kann ebenfalls Ursache für häufiges Schreien bei Babys sein. In diesem Fall wurde die Halswirbelsäule des Kindes durch die Geburt in Mitleidenschaft gezogen.

Die Suche nach den möglichen Ursachen und die klärenden Gespräche mit den Eltern brauchen vor allem eines: viel Zeit. Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Berliner SchreiBabyAmbulanz bieten diese Zeit.

Seit mehr als zehn Jahren gibt es die Berliner SchreiBabyAmbulanz, mittlerweile an fünf Standorten in der Stadt. Eine Beratung dort umfasst oft mehrere Sitzungen, manchmal hilft aber auch schon ein einziger Besuch, um eine befriedigende Beziehung zwischen Eltern und Kind wieder herzustellen.

Wenn ein Baby beim Besuch der Ambulanz zu schreien beginnt, bietet Gerd Poerschke den Müttern an, ihnen ihr Kind erst einmal abzunehmen, um sie zu entlasten. Es wird dann mit zwei speziellen Griffen umhergetragen, ohne es am Schreien zu hindern. Um Spannungen zu lösen, wird das Baby sanft durch eine Babymassage berührt.

Während der Therapeut ihr weinendes oder quengelndes Baby auf dem Arm trägt oder es massiert, bleibt die Mutter im Raum. Sie kann sich nun auf eine bestimmte Bauchatmung konzentrieren, die ihr dabei hilft, noch mehr zur Ruhe zu kommen. "Eine allgemeine Beruhigung der Erwachsenen springt dann fast immer auch auf das Baby über", sagt Poerschke. Ein ausführliches Gespräch mit der Mutter oder dem Vater ist ein weiterer wichtiger Teil der Behandlung. Eltern können dabei Halt und Unterstützung erfahren, "denn nur gestärkte Eltern können selbst aus dem Vollen schöpfen und ihrem Baby diese Erfahrung weitergeben", erklärt Gerd Poerschke.

Überforderung und Stress für Eltern

Bei Ina und Wadim gab es viele Gründe, die dazu geführt haben, dass Ina sich innerlich überfordert fühlte. Ihr Mann musste sich kurz nach der Geburt des Sohnes einer Operation unterziehen und war mehrere Wochen krank geschrieben. Hinzu kam ein Umzug nach Berlin. "Beides zusammen war einfach zuviel für mich", sagt Ina. "Bei meinem ersten Besuch in der SchreiBabyAmbulanz konnte ich zum ersten Mal einfach nur davon erzählen, was mir Sorgen bereitet hat und wie hilflos ich mich in dieser Situation mit dem Baby gefühlt habe".

Antons Eltern waren fünfmal in der Beratung, mit Erfolg. Dank der Unterstützung durch die SchreiBabyAmbulanz schläft die Familie wieder, und ihr Kind wirkt ausgeglichener und zufriedener. Auch den Eltern als Paar geht es besser. Ihr Zusammenleben war durch Antons Unruhe häufig großen Spannungen ausgesetzt. Für den Fall, dass die Luft zu Hause mal wieder brennen sollte, haben sie nun eine ganz einfache Übung, die sie während der Behandlungen gelernt haben: Jetzt liegt ein Kissen im Raum neben dem Kinderzimmer. Als Puffer sozusagen. Wenn Anton quengelig oder unruhig wird und sich nicht beruhigen lässt, können die Eltern ihre wachsende Aggression abreagieren, indem sie auf das Kissen einschlagen. "Manchmal wirkt das wie ein Wunder", sagt Antons Mutter Ina.

**Stressabbau/Psychokinesiologie - Metamorphische Methode - Workshops
Kreativer Büroservice - Seminare - Konfliktlösung, auch mittels Mediation**