

Schreibabys

Was können wir mit dem Baby machen wenn es sehr viel weint?

Schreibabys

Wann sprechen wir von einem Schreibaby?

Dreier-Regel:

- 3 Stunden am Tag
- 3 Tage die Woche
- Mind. 3 Wochen lang.

Schreibabys

Warum schreien manche Babys so viel?

- emotionale Belastungen bei den Eltern/ der Mama vor Schwangerschaft und Geburt
- Traumatische Schwangerschaft/Geburt
- schwerer Start ins Leben, Trennung von den Eltern nach der Geburt
- ganz simple Regulationsstörungen: Das Baby KANN sich einfach noch nicht anders selbst regulieren.

Schreibabys

Gut zu wissen:

- Schreibabys gibt auf der ganzen Welt. Allerdings häufiger in den westlichen Ländern, weit weniger in Asien und Südamerika.
- Egal ob stillen oder Flasche, Schreibabys gibt es sowohl als Flaschen- als auch als Stillbabys. .
- Vermehrter Körperkontakt hilft bei Schreibabys nicht unbedingt, manche wehren sich regelrecht gegen Kontakt/Berührung.
- Schreibabys unterscheiden sich von der gesundheitlichen Entwicklung nicht von anderen Kindern.
- In Raucherhaushalten ist das Risiko für Schreibabys erhöht.

Schreibabys

Was kann ich mit dem Baby machen, wenn es viel schreit?

Konsequentes einhalten der vier R's:

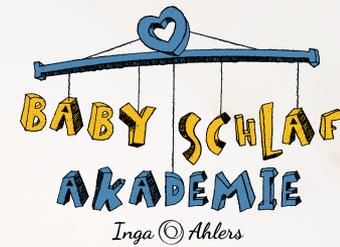
- RUHE
- RHYTHMUS
- RESPEKT
- RICHTUNGSWEISENDES HANDELN

Schreibabys

RUHE

- ausgewogenes Verhältnis und Abwechslung von Schlaf- und Wachphasen
- Wachphasen in ruhiger Umgebung, Kind soll in der Lage sein, Reize auch zu verarbeiten, daher besonders Reiz arme Umgebung für sensible Schreibabys.
- Reizüberflutung unbedingt vermeiden.

Schreibabys



RHYTHMUS

- es gelingt besser, Ruhe zu schaffen wenn verlässlicher Rhythmus eingehalten wird.
- Kind lernt durch vorhersehbaren Rhythmus was als nächstes geschieht, erkennt Situationen, das gibt Sicherheit und Vertrauen.
- Wichtig: Die sich wiederholenden Ereignisse auch immer am selben Ort stattfinden lassen. Bsp. alleine spielen auf Krabbeldecke oder im Laufstell, schlafen am Vormittag im KiWa, Mittags und abends im Bett...

Schreibabys

RESPEKT

- Das Kind soll respektiert werden. Genau wie die Eltern auch!
- Gleichgewicht finden: das Kind in seinen Bedürfnissen respektieren, drauf eingehen, sich selbst darüber aber nicht verlieren.

Ein Beispiel: es gibt Kinder, die scheinen nicht ohne die Mama auszukommen. Schlafen nur in Körperkontakt, schlafen wenig, weinen und quengeln viel, fordern die Eltern ununterbrochen, sich zu kümmern. Scheinbar.

Schreibabys

Es kann helfen das Kind zu pucken.

Pucken begrenzt, gibt Sicherheit, simuliert Mutterleib, Kinder können dadurch oft auch alleine schlafen, finden besser zur Ruhe, sind ausgeschlafener und ausgeglichener. Gepaart mit einem festen Rhythmus kommt das Kind insgesamt besser zur Ruhe und kann sich so auch mal alleine beschäftigen.

-> Freiräume für die Eltern um Ressourcen zu schonen, Kraft und Energie zu tanken.

Schreibabys



RICHTUNGSWEISENDES HANDELN

- Führung übernehmen. Nicht im Sinne von Macht- oder Autoritätsmissbrauch, sondern im Sinne von Verantwortung!
- Die Eltern sind die Experten für ihr Kind. Sie wissen, was gut ist und was nicht, sie setzen wohlwollende Grenzen, geben so Sicherheit und einen Rahmen, in dem das Kind sich geborgen entfalten kann.

Schreibabys

Wenn Du ein Schreibaby hast...

... dann ist eine 100%ige Konsequenz des Einhaltens dieser vier R's essentiell.

So lange, wie es braucht bis das Kind in der Lage ist, Reize besser zu verarbeiten und sich selber zu regulieren.

(Quelle: Berufsverband der Kinder- und Jugendärzte e.v., Harvey Karp: Das glücklichste Baby der Welt, Karl-Heinz Brisch, Leiter der Abteilung für Pädiatrische Psychosomatik und Psychotherapie am Kinderspital der Universität München, Thomas Harms: Emotionelle erste Hilfe, Ria Blom: Wenn Babys häufig schreien)