

## Goldenes R-Repertoire in der Beratung

- **Ruhe** bewahren und ausstrahlen (Überbrückung von Schreiphasen, kein Hyperaktivismus, nicht bei jedem Schrei sofort springen, nur **eine** Beruhigungsstrategie anwenden)
- **Reize reduzieren** (überflüssige Besuche, Medien etc., Kind rechtzeitig zum Schlafen bringen)
- **Rituale** einführen (Beruhigung und Entspannung verstärken, z.B. durch Singen, Streicheln)
- **Regeln und Rhythmus** in den Tagesablauf bringen (Essen, Spaziergänge, Strukturierung des Alltags, Kind nicht nachts ins Bett nehmen)
- **Ressourcen schaffen, Regeneration** (Partner, Großeltern, **Time-out für die Mutter**, Ausgleich von Schlafdefiziten, schöne Zeiten mit dem Baby ganz bewusst genießen)

Weiterführende Beratungen, intensivierete Elternschulungen oder psycho- und soziotherapeutische Behandlungen, die über diese ersten vorwiegend psychoedukativen und verhaltensmodifizierenden Maßnahmen hinausgehen, sind spezialisierten Beratungsstellen und/oder Therapiezentren vorbehalten. Das gilt vor allem dann, wenn durch die Erstberatung in der Praxis keine Besserung erzielt wird, das exzessive Schreien länger anhält, die Gesundheit des Säuglings bedroht ist oder es Anzeichen für eine Kindeswohlgefährdung gibt.

Ursula Ulmer, Katja Maier, Klaus Rodens, 20189

## Das Schreibaby – Erstberatung in der pädiatrischen Praxis

### Vorbemerkung

**Quengeln, Weinen und Schreien**, vermehrt in den Abendstunden, sind vor allem in den ersten Lebensmonaten **normale Entwicklungsphänomene** und oft Ausdruck der immensen **verhaltensregulatorischen Anpassungsprozesse** nach der Geburt.

Meistens ist die Ursache des (nicht-exzessiven) Schreiens beim Kind nichts anderes als Hunger, eine volle Windel oder weil es sich nicht wohlfühlt.

Von **exzessivem Schreien** spricht man (nach Wessel), wenn bestimmte Schrei-Zeiten überschritten werden. Davon ist jedes sechste Kind betroffen.

- > **drei Wochen**
- > **drei Tage/Woche**
- > **drei Stunden/Tag**

**Unabhängig davon ist dabei unbedingt auch die subjektive Belastung der Bezugspersonen zu beachten.**

**Wichtig:** Exzessives Schreien in den ersten drei Lebensmonaten gilt als weitgehend zwar belastende, jedoch „normale“ Entwicklungsvariante, das Anhalten darüber hinaus (persistierendes Schreien) ist dagegen mit vermehrtem Risiko für langfristige Auffälligkeiten verbunden.