

ANSPRECHPARTNER

**Tim Bachmann** (tim)  
tim.bachmann@fuldaerzeitung.de  
Telefon (0661) 280-336

**Sabine Kohl** (sko)  
sabine.kohl@fuldaerzeitung.de  
Telefon (0661) 280-309

**Lisa Krause** (kra)  
lisa.krause@fuldaerzeitung.de  
Telefon (0661) 280-344

**Lena Quandt** (lq)  
lena.quandt@fuldaerzeitung.de  
Telefon (0661) 280-446

**Allgemeine Mails an**  
familie@fuldaerzeitung.de  
kinder@fuldaerzeitung.de

# Babys, die Liebhaber der Langsamkeit

In der Schreispredchstunde Fulda steht die Eltern-Kind-Bindung im Mittelpunkt

**FULDA**

Endlich. Das Baby hat sich beruhigt und ist in den Armen der Mama eingeschlafen. Trotz vollem Bäuchlein und trockener Windel endet jeder Tag mit Gebrüll. Ein „Schreibaby“ kann die Eltern in die totale Erschöpfung treiben. Hebamme Eva-Maria Chrznosz und vier Kolleginnen aus unterschiedlichen Berufsgruppen haben daher die „Schreispredchstunde Fulda“ gegründet.

Von unserem Redaktionsmitglied **LISA KRAUSE**

Alle Babys schreien. Das kann viele Gründe haben: Hunger, Langeweile oder eine volle Windel. Bekommen sie, was sie brauchen, sind sie schnell ruhig. Doch manche Säuglinge schreien weiter. Nichts hilft: kein Stillen, kein Herumtragen, kein Kuscheln; und von der medizinischen Seite ist auch alles abgeklärt. Das kann Eltern wirklich an die Grenzen ihrer Belastbarkeit bringen.

Hebamme Eva-Maria Chrznosz (58) und ihre Kolleginnen kennen diese Umstände nur zu gut. Häufig spiele die Überreizung des Kindes eine große Rolle. „In vielen Familien erleben Babys ein ständiges Hin und Her. Dabei brauchen die Kleinen vor allem Natürlichkeit. Aufmerksamkeit, Liebe, Berührungen – darauf kommt es an. Leider sorgt unsere Gesellschaft automatisch dafür, dass die wirklich wichtigen Dinge zu kurz kommen. Alles geschieht mit Hektik“, sagt Hebamme Chrznosz. Ihre



Einfach mal alles um sich herum vergessen und „natürlich“ sein, das kommt Eltern und Kind zugute.

Fotos: Fotolia

## Mit Kreativität gegen Gebrüll!

Ein schreiendes Baby zu beruhigen, stellt Eltern oft vor eine knifflige Aufgabe. Die Kreativität kommt dabei meist nicht zu kurz: Der Maxicosi wird samt Baby auf die rüttelnde Waschmaschine gestellt. Oder der Nachwuchs wird – die Umweltverschmutzung lassen wir jetzt mal außen vor – stundenlang mit dem Auto durch die Gegend chauffiert. Ein Kollege hat ebenfalls eine Lösung parat, die schon bei seinen beiden Jungs half: „Stellen Sie den Föhn an. Durch das gleichmäßige Geräusch sind die Kleinen im Nu still.“ Einen Versuch ist es wert!

Ihre Kinder- und Familienredaktion

**HINTERGRUND**

Was in der Alltagssprache mit dem Begriff „Schreibaby“ benannt wird, beschreiben Fachleute als Regulationsstörung. Das Kind kann sich nicht mehr selbst regulieren, vom Stress in die Entspannung kommen. Die Störung äußert sich häufig in übermäßigem Weinen, Schlafproblemen oder Schwierigkeiten beim Stillen oder Füttern. Oft

gibt es eine Kombination verschiedener Probleme. Hier kommt die **Emotionale Erste Hilfe (EEH)** ins Spiel. Das ist ein einfaches Konzept bei Krisen, um die Bindungsfähigkeit von Eltern und Kind nachhaltig zu verbessern. EEH setzt bei der Verbundenheit zu sich selbst und dem bewussten Erleben auf körperlicher und emotionaler Ebene an.

Kollegin Ute Kümmel-Gutte (53) kann dem nur zustimmen. „Babys hingegen sind Liebhaber der Langsamkeit“, betont die Hebamme.

Im Alltag können vermeintliche Kleinigkeiten Babys gehörig aus dem Rhythmus bringen. Etwa der ständig laufende Fernseher am Abend. Oder es gibt kein geregeltes Abendritual. „Einige Kinder kommen damit gut klar. Sie schalten ab, wenn zu viel auf sie einströmt. ‚Schreibabys‘ hingegen sind dünnhäutiger. Sie können das nicht“, erklärt Ute Kümmel-Gutte. Zurückführen könne man das oft auf die Schwangerschaft. Etwa, wenn die Mutter

sehr stark belastet war. Das Kind im Bauch spüre dies deutlich. Auch eine anstrengende Geburt könne das Kind nachhaltig prägen. Etwa ein Kaiserschnitt, bei dem sich das Baby nicht natürlich aus der Gebärmutter drücken konnte. Pauschalisieren könne man das aber nicht, betont Chrznosz.

Nimmt das Schreien des Babys kein Ende, beginnt für die Eltern häufig ein Teufelskreis. „Sie versuchen, das Kind mit allen Mitteln zu beruhigen – und merken gar nicht, wie sie selbst mehr und mehr aus der Ruhe kommen“, erklärt Sozialpädagogin Monika Goldbach (57). Dies übertrage sich auto-

matisch auf den Nachwuchs.

Was viele Eltern nicht wissen: Sie können dem Baby helfen, indem sie bei sich selbst ansetzen. „In der Sprechstunde bekommt man keine Tipps, wie man es besser machen könnte. Vielmehr geht es darum, vorhandene Ressourcen und Kompetenzen der Eltern zu stärken: durch gezielte Gespräche, sanfte Körperarbeit und Förderung der Eigenwahrnehmung“, erklärt Sozialpädagogin Sabine Heil (47).

Und die Expertinnen ergänzen: Eltern bekommen die Möglichkeit, einmal alles rauszulassen. Man spreche über die Schwangerschaft, über die Geburt und vielleicht finde man so gemeinsam eine Situation oder einen Moment, der bis heute innerlich immer wieder aufrüttelt. „Meist helfen schon zwei oder drei Stunden, um dem Problem auf den Grund zu gehen und Lösungen zu finden. Das ist aber ganz individuell“, erklärt Chrznosz.

Die Mütter und Väter sollen lernen, ihr Kind wieder intensiv wahrzunehmen. „Das kann etwa durch eine Schmetterlingsmassage passieren. Atemübungen unterstützen die Eltern dabei, sich zu entspannen“, erklärt Heil. Dass das eine große Kunst ist, wissen die Ex-

**KONTAKT**

Die **Schreispredchstunde** ist keine Kassenleistung. Interessierte können sich unter den folgenden Telefonnummern oder im Internet bei den Fachberaterinnen für EEH informieren:

- **Eva-Maria Chrznosz** (06 61) 4 14 88
- **Monika Goldbach** (06 61) 4 53 63
- **Sabine Heil** (06 61) 9 0164 88
- **Inge Illichmann** (06 61) 2 16 22
- **Ute Kümmel-Gutte** (06 61) 3 85 80 / kra

**WEB** schreispredchstunde-fulda.de

**WEB** eeh-fulda.de

pertinnen nur zu gut. „Deshalb möchten wir die Familie auf diesem Weg stabilisieren. Ziel ist es, die Bindung zwischen Eltern und Kind zu stärken. Dann werden die Tage und Nächte sicherlich wieder ruhiger“, so Eva-Maria Chrznosz.

## Strafe? Ja, aber gerecht!

**REGION** Wenn ein Kind mit Vorsatz etwas Falsches getan hat, ist eine Strafe mitunter sinnvoll. Aber: Diese muss immer gewaltfrei, gerecht und für das Kind nachvollziehbar sein, heißt es in der Zeitschrift „Kinder“ (Ausgabe August 2016). Beispiel: Das Kind spielt in der Küche immerzu mit dem Ball, die Eltern ermahnen es mehrmals. Macht es trotzdem weiter und schießt etwa eine Tasse vom Tisch, dann muss es beim Aufheben der Scherben helfen und vom Taschengeld eine neue Tasse kaufen.

**KURS**

In der Hebammenpraxis Haus am Engelbach in Bronnzell startet Anfang September der Kurs **„Baby-Lesen“** für Eltern und Säuglinge bis sechs Monate. Im Mittelpunkt steht die Verhaltensbeobachtung des Nachwuchses.



## Gewinner des Stundenplan-Malwettbewerbs erhalten Preise

Herzlichen Glückwunsch! Die Gewinner des diesjährigen Stundenplan-Malwettbewerbs unserer Zeitung mit dem MK zum Sonntag und RhönSprudel sind: Loreen-Sophie Fuhrmann (11) aus Fulda und Marvin Hohmann (10) aus Hilders. Am Mittwoch bekamen sie ihre Preise bei RhönSprudel in Weyhers überreicht. Zu dem freudigen Ereignis hatten sie Eltern und Geschwister mitgebracht. Es gratu-

lierten Ariane Diegelmann (Zweite von rechts) und Jürgen Bühler (letzte Reihe, Mitte, beide RhönSprudel) sowie Julia Schaffner (Erste von rechts), Regina Liedsinger (Zweite von links) und Ingo Wassenhoven (Erster von links, alle Verlag Parzeller). Die Stundenpläne werden vor Beginn des neuen Schuljahres dem MK zum Sonntag und der Kinzigal zum Sonntag (KS) beigelegt. / Foto: Lena Quandt

## Von Kinderbetreuung bis Senioren-Treff

Neues Programm der „Mütze“

**FULDA**

Das neue „Mütze“-Programm von August bis Dezember 2016 ist ab sofort kostenlos im Mütterzentrum in Fulda erhältlich.

Es umfasst ein vielfältiges Angebot für Kinder, Erwachsene und Senioren. Für Grundschulkindern gibt es in den Sommer- und Herbstferien wieder viele Angebote und auch für größere Kinder ab Klasse 7 zum Beispiel ein HTML-Workshop-Wochenende.

Speziell für Senioren gibt es einmal im Monat einen „Offenen Treff 60+“. Außerdem gibt es ein breites Angebot an PC-Kursen, wie ein Smartphone- und Tablet-Kurs oder eine Kräuter- beziehungsweise Pilzwanderung in der Rhön.

Kurse zur Motivation und Entspannung, verschiedene



Fitness für Mama und Kind.

Kreativkurse, ein Fitnesskurs für Mama mit Baby und das Plätzchenbacken für Eltern mit Kind werden angeboten. Ein umfangreiches Betreuungsangebot für Kinder unter drei Jahren und verschiedene Eltern-Kind-Gruppen gehören auch dazu. Weitere Infos gib es im Internet oder unter Telefon (06 61) 80 50. kra

**WEB** muetze-fulda.de