

„Emotionale Erste Hilfe“ beruhigt Schrei-Babys

■ Heike Pickert therapiert in ihrer Schreiambulanz lautstarken Nachwuchs

Am Spätnachmittag war regelmäßig Schluss mit der Ruhe: Louis begann pausenlos zu schreien, seine Mutter konnte ihn nicht beruhigen – bis die Therapie der Emotionellen Ersten Hilfe Ruhe brachte.

Heiligenstedten. Bis in die Nacht hielt Louis seine Familie in Atem. Er schrie, was die kleinen Lungen hergaben. Weder gutes Zureden noch die Zärtlichkeit seiner Mutter konnten ihn beruhigen. Die Eltern standen genau wie der Kinderarzt vor einem Rätsel, denn körperlich war der Junge gesund. „Ich war schließlich völlig verzweifelt“, sagt Anja Bauch. Schließlich musste sie sich noch um Louis' Zwillingenbruder Henri und zwei ältere Kinder kümmern. In ihrer Verzweiflung fuhr sie mit Louis zur Heiligenstedtener „Schreiambulanz“ der Heilpraktikerin Heike Pickert. Die Therapeutin hatte schon ihren älteren Kindern helfen können, wenn sie mal krank waren.

In der Praxis fing Louis sofort wieder an zu schreien. Heike Pickert erklärt Anja die „Emotionelle Erste Hilfe“, die sie bei Müttern von sogenannten Schreibabys anwendet. Die „Emotionelle Erste Hilfe“ ist eine psychologische Therapie-Methode, die das Vertrauen zwischen Mutter und Kind stärken soll. Zuerst spricht die Heilpraktikerin mit Anja über deren Gefühle. „Häufig fühlen Mütter sich von ihrem Kind abgelehnt, haben sich das aber noch gar nicht klar gemacht“, erklärt Heike Pickert.

Die Mutter soll Louis einfach in den Armen halten, sich auf ihre



Die Therapie machte ruhig und ausgeglichen: Anja Bauch mit ihren Zwillingen Louis und Henri in der Schreiambulanz von Heike Pickert (re.).
Foto: Götttsche

Bauchatmung konzentrieren. Heike Pickert streichelt sie immer wieder, spricht beruhigend mit ihr, löst so zunächst ihre stärksten Verspannungen. Die Mutter atmet tiefer und regelmäßiger, kann sich weiter entspannen. „Lassen Sie Louis ruhig schreien“, rät ihr nun die Therapeutin: „Er macht verschiedene Schrei-Phasen durch, dann wird er ruhiger.“

Es kostet Anja Bauch viel Kraft, aber sie hält durch. Je mehr sie sich auf sich selbst besinnt, je entspannter sie ist, desto ruhiger wird auch Louis. Schließlich schläft er sogar ein. Nach einigen Minuten öffnet Louis die Augen wieder, schaut seine Mutter stauend an – und lächelt. „Emotionelle Erste Hilfe“ ist eine Kurzzeit-Therapie. Höchstens sechs Sitzungen sind nötig.

Voraussetzung: Das Kind darf nicht körperlich krank sein.

„Ich bin eine Mittlerin zwischen Mutter und Kind“, erklärt Heike Pickert den Erfolg dieser Methode. Manche Mutter wartet unbewusst und voll Angst auf die nächste Schrei-Attacke ihres Babys – was das Baby spürt und zu brüllen beginnt. „Ein Teufelskreis entsteht, den ich mit der Therapie durchbrechen kann“, sagt die Heilpraktikerin. Für Anja Bauch und ihren Louis reicht eine Behandlungsstunde. „Louis ist zufrieden und viel ruhiger. Diese Stille abends im Haus ist wundervoll.“ Natürlich habe Louis bis heute unruhige Phasen, „aber das ist wohl sein Temperament“, sagt Anja Bauch. Schon im Mutterleib war er wesentlich zappelliger als sein Zwillingenbruder Henri. Und der ist bis heute die Ruhe in Person.

Michael Götttsche

Schreiendes Kind oder Schreibaby?

Wann ist ein schreiendes Kind ein Schreikind? Nach gängiger Regel ist das ein Säugling, der mindestens drei Stunden täglich an mindestens drei Tagen in der Woche mehr als drei Wochen lang anhaltend schreit. Nur welche Eltern stehen schon mit der Stoppuhr daneben? Heike Pickert: „Wenn das Schreien

zur familiären Belastung wird und die Eltern es nicht mehr aushalten, sollten sie Hilfe suchen.“ Beispielsweise bei der „Emotionellen Ersten Hilfe“, entwickelt von Thomas Harms, einem der Pioniere der Schreiambulanzen in Deutschland. Harms schätzt, dass jeder siebte Säugling ein Schreibaby ist. Geburtstraumatisierung sowie Fütte-

rungs- und Schlafstörungen begünstigen die Entstehung des Schreikind-Syndroms. Auch Kaiserschnitt-Geburten können nach Meinung von Experten verantwortlich sein. Immerhin kommt nach Angaben des Statistischen Bundesamts bereits jedes vierte Baby auf diese Art zur Welt.

(gö)