

TINA Aug. 38



Anja mit Sohn Louis: Seit der Therapie schreit das Baby nur noch selten

„Endlich ist mein Baby ruhig und zufrieden“

Jeden Nachmittag begann der kleine Louis zu schreien, Mutter Anja Bauch (36) konnte ihn nicht beruhigen, war völlig verzweifelt. Eine **wirksame psychologische Methode** half

Nichts kann den kleinen Louis (2 Monate) beruhigen, weder Streicheln, Wiegen noch die Stimme seiner Mutter Anja Bauch (36) aus Glückstadt (Schleswig-Holstein). Jeden Nachmittag fängt das Baby an zu schreien, hört erst spätnachts damit auf. Auch der Kinderarzt kann nicht helfen: Körperlich ist Louis gesund.

„Ich war völlig verzweifelt“, sagt Anja, die sich noch um Louis' Zwillingbruder Henri und zwei ältere Kinder kümmern muss.

In der Praxis fängt Louis sofort an zu schreien

In ihrer Verzweiflung fährt Anja mit Louis zu der Heilpraktikerin Heike Pickert (53)

nach Heiligenstedten, will sie um Rat fragen. Die Therapeutin konnte schon ihren älteren Kindern gut helfen, wenn sie mal krank waren.

In der Praxis fängt Louis sofort an zu schreien. Heike Pickert erklärt Anja die „Emotionelle Erste Hilfe“, die sie bei Müttern von Schreibabys anwendet. Das 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.

Anja soll Louis einfach in den Armen halten, sich auf ihre Bauchatmung konzentrieren. Heike Pickert streichelt sie immer wieder, spricht beruhigend mit ihr, löst so zunächst ihre stärksten Verspannungen. Anja atmet tiefer und regelmäßiger, kann sich weiter entspannen. „Lassen Sie Louis ruhig schrei-

Entspannung der Mutter überträgt sich aufs Kind

en“, rät ihr nun die Therapeutin: „Er macht verschiedene Schrei-Phasen durch, dann wird er ruhiger, ganz sicher.“

Es kostet Anja viel Kraft, aber sie hält durch. Je mehr sie sich auf sich selbst be-

sinnigt, 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, sollte vorher von einem Kinderarzt untersucht werden.

„Ich bin eine Mittlerin zwischen Mutter und Kind“, erklärt Heike Pickert den Erfolg dieser Methode. Betroffene Mütter warten unbewusst voller Angst auf die nächste Schrei-Attacke. Das

spürt das Baby, beginnt prompt zu brüllen. „Die ‚Emotionelle Erste Hilfe‘ kann diesen Teufelskreis auflösen“, sagt die Therapeutin.

Für Anja und Louis reicht nur eine Behandlungsstunde. Die glückliche Mutter: „Louis ist zufrieden und viel ruhiger. Diese Stille abends im Haus ist wundervoll!“

■ Weitere Infos

Heike Pickert, Schreiambulanz, Tel.: 04821/86522

Eine Behandlungsstunde kostet im Durchschnitt 65 Euro. Die meisten Kassen bezahlen die Therapie nicht.

60 Prozent der Schreibabys sind per Kaiserschnitt geboren



Heilpraktikerin Heike Pickert aus Heiligenstedten

Ein Säugling gilt als Schreibaby, wenn er länger als drei Wochen an mindestens drei Tagen pro Woche mindestens drei Stunden schreit. Das sind etwa 20 Prozent der Babys. Heike Pickert, Heilpraktikerin aus Heiligenstedten: „Wenn die Eltern das nicht mehr aushalten, sollten sie sofort Hilfe suchen.“ Dabei hat sich die „Emotionelle Erste Hilfe“ bewährt, die von dem Bremer Psychologen Thomas Harms entwickelt wurde und in vielen Schreilanzen (Adressen unter www.schreibabys.de) angeboten werden. 60 Prozent der Babys sind per Kaiserschnitt geboren. „Das ist ein Problem für die Eltern“, so Heike Pickert. Beim Kaiserschnitt wird die Ausschüttung des Glückshormons Oxytocin gestört, was die Bindung zwischen Mutter und Kind beeinträchtigt. „Das ist ein Problem für die Eltern“, so Heike Pickert. „Deshalb sollte man immer mehr Schrei-