Margit Holtschlag
Babymassage & Hilfe für Schreibabys

Kommunikation mit Säuglingen und kleinen Kindern

Ein kurzer Blick zurück…

„In den ersten beiden Lebensmonaten ist der Säugling ein völlig hilfloses Wesen der zu seiner Umwelt in keinerlei Beziehung steht.

Erst im **4. oder 5. Monat** beginnt er, sich körperlich und geistig zu betätigen.

„Schon von früh an kommt es zu Kraftproben zwischen mütterlichem und kindlichem Willen.“

Aus: Mutter und Kind, 1956

Erste Kraftprobe – wer wird siegen?

Margit Holtschlag
Babymassage & Hilfe für Schreibabys

Babys kommunizieren von Anfang an, über Signale

Diesem Kind ist der Rückzug nicht möglich, es benötigt Hilfestellung von außen

Signale konkret

Das Baby benötigt eine Pause

- nießen, hüsteln
- Schluck auf
- Hand geht zum Mund
- Kopf geht zur Seite
- Blässe

Das Baby ist überfordert

- schnelle Atmung
- überstrecken
- treten / winden
- spucken / erbrechen
- fahrige Bewegungen
- kleine Augen
- schreien

Feinzeichen des Befindens nach Als / Brazelton

Interaktives System

- Blickkontakt halten / lächeln

Schlaf-/ Wachsystem

- wach / aufmerksam
- quengeln /eingeschränkte Aufmerksamkeit

Motorisches System

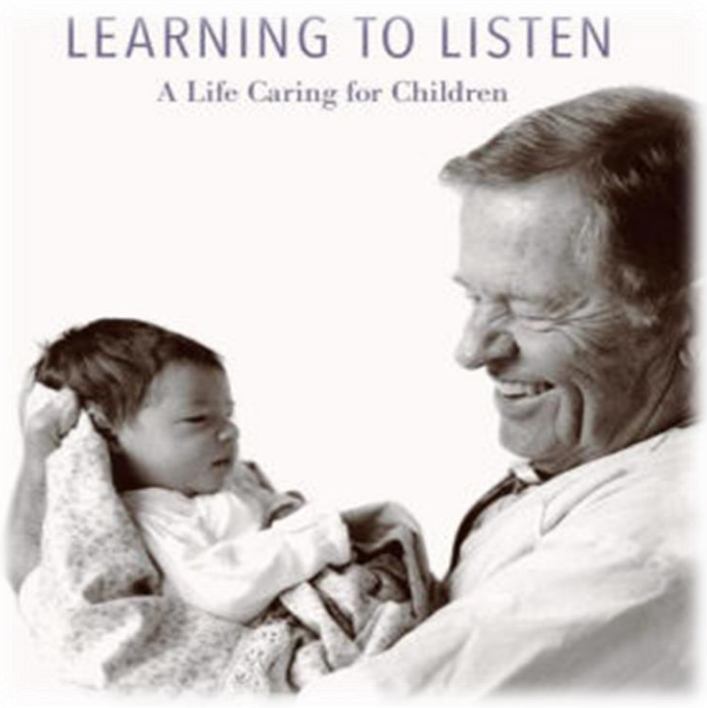
- guter Musekeltonus
- **starke Anspannung / fahrige Bewegungen,**
- **Überstreckung**

Autonomes System

- rosige Haut, gleichmäßige Atmung
- wechselnde Hautfarbe, schnelle Atmung, zittern, würgen, spucken, Schluck auf
- nießen, hüsteln

T. Berry Brazelton 1918-2018

“Parents don't make mistakes because they don't care, but because they care so deeply.”



ein eindeutiges Signal…

Fehlinterpretationen

Signale, die falsch interpretiert werden, ziehen oft eine Reihe von Missverständnissen nach sich.

Eine „Kommunikationsstörung“ mit Babys und Kleinkindern nennt man heute auch Regulationsstörung.

Regulationsstörung bedeutet einfach, dass das Kind noch nicht von alleine zur Ruhe kommen kann und dass die Eltern und andere Helfer nicht genau wissen, wie sie es dabei unterstützen können.

Ein erster Schritt, diese Kommunikationsstörung auf zu lösen, ist das Erkennen der Signale und eine angemessene Reaktion darauf.

Damit kommt es dann auch nicht mehr zu „Kraftproben“, sondern zu lösungsorientierten Ansätzen.

Schwierige Situationen können frühzeitig abgefangen werden.

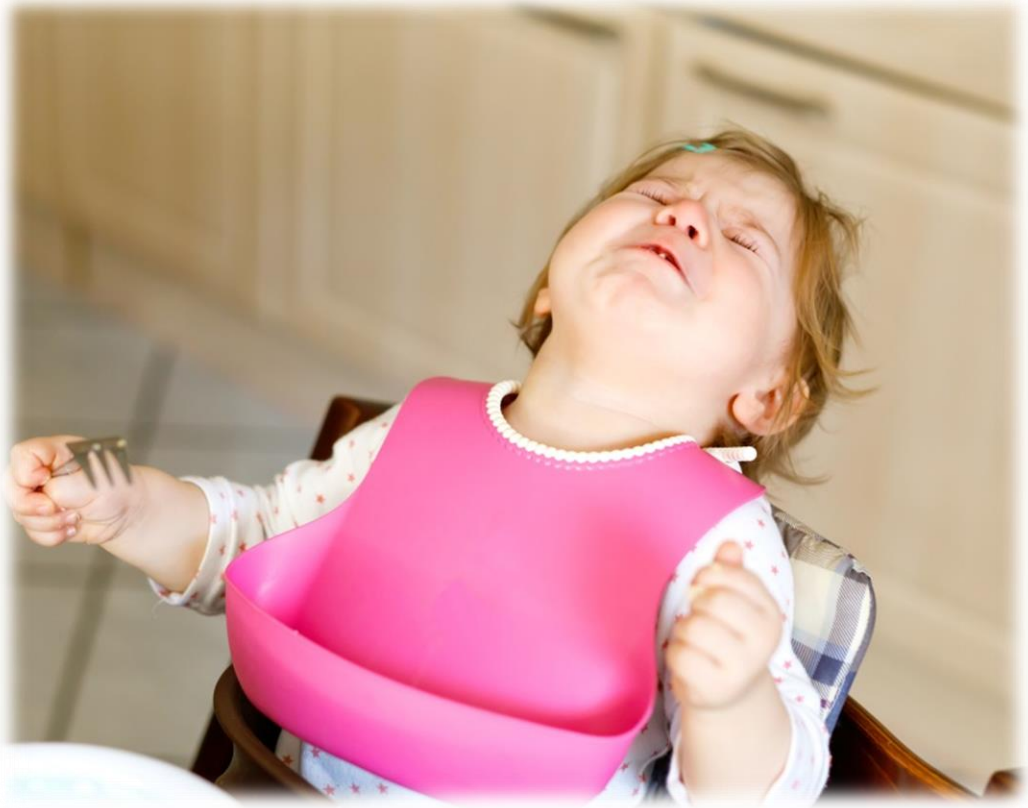
Bei einer Regulationsstörung sind immer mehrere Personen beteiligt…

Ein Signal, das bei Babys und Kindern besonders oft falsch interpretiert wird, ist die Streckung.

Wenn das Kind sich durchstreckt ist es schon maximal gestresst und benötigt Hilfestellung von außen.

Die Streckung hat nichts mit dem „Willen“ des Kindes zu tun.

Das Kind kann einfach nicht mehr und ist überfordert.



Ein weiteres, häufig fehlinterpretiertes Signal, ist das Spucken.

Spucken ist manchmal ein unterdrücktes Weinen.

Die Eltern sagen dann, ihr Kind weine wenig, fühlen sich aber überdurchschnittlich erschöpft oder gestresst.

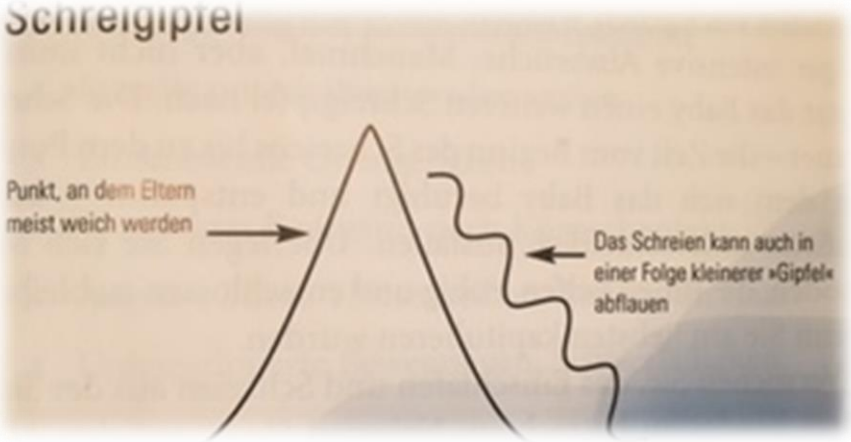
Es ist wichtig, die eigene Haltung zum Weinen zu reflektieren und zwischen Trösten, beruhigen und ablenken zu unterscheiden.

Weinen ist auch eine Art der Kommunikation und ebenfalls ein Signal.
Babys und kleine Kinder können ihren Stress/ ihre momentane Überforderung oft nur über das Weinen abbauen.
Wird dieses unterdrückt oder nicht beachtet, kommt es oft zu Schlafstörungen und zu Spucken oder Erbrechen.

Weinen sollte immer liebevoll begleitet werden

Kinder brauchen Zeit, um sich regulieren zu können

Bei Kindern unter einem Jahr gibt es einen Schreigipfel. Gewöhnlich erreicht es 5 Minuten nach dem „Erweichen“ der Eltern den Schreigipfel. Diesem setzt es kürzere , weniger intensive Ausbrüche nach, bis es sich beruhigt hat…..

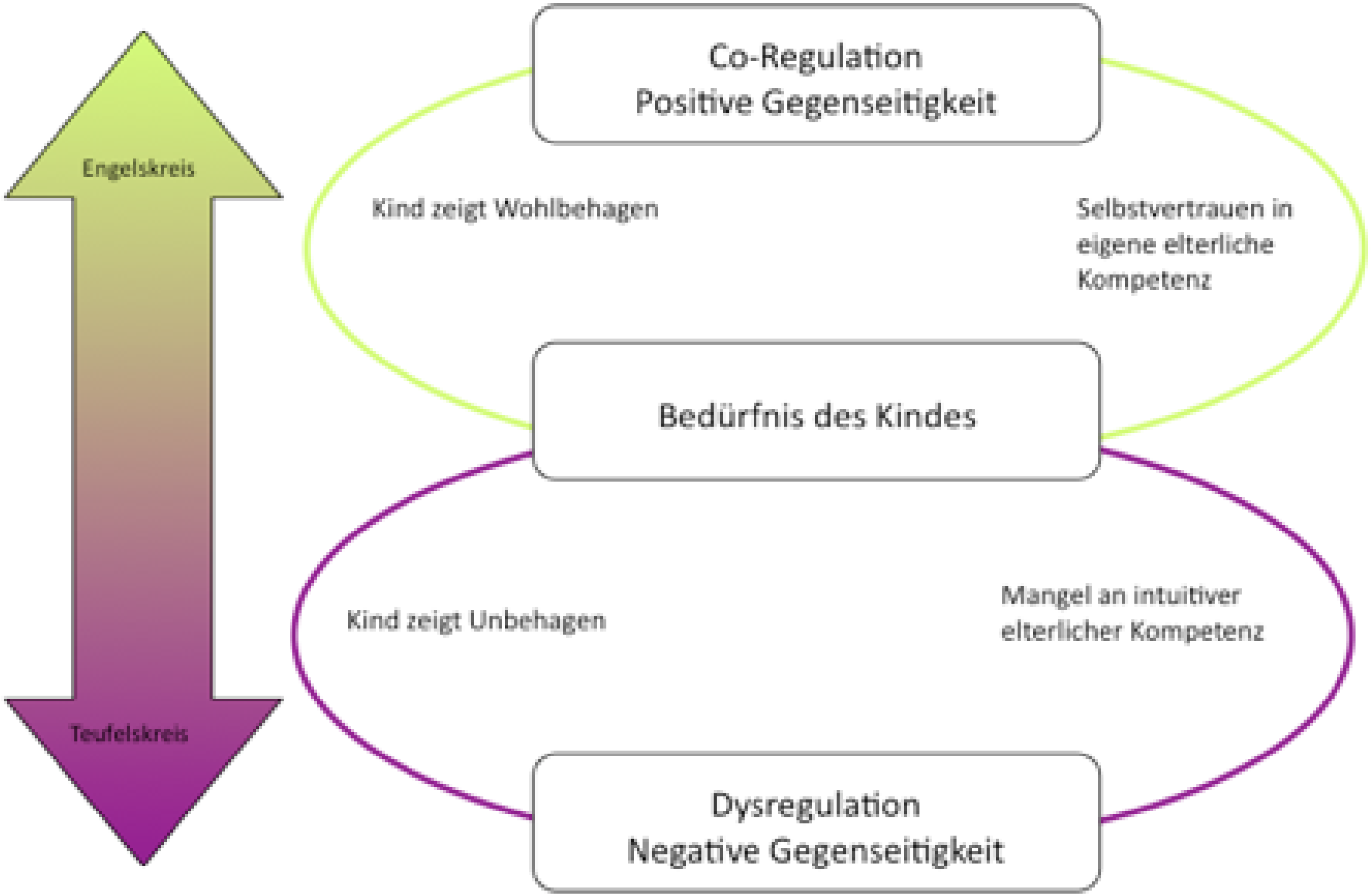


Aus: Jedes Kind will schlafen, S. 95

Von einer Regulationsstörung kann man neben dem Schreien auch bei Schlaf- und Fütter-störungen sowie bei exzessivem Trotzen sprechen.

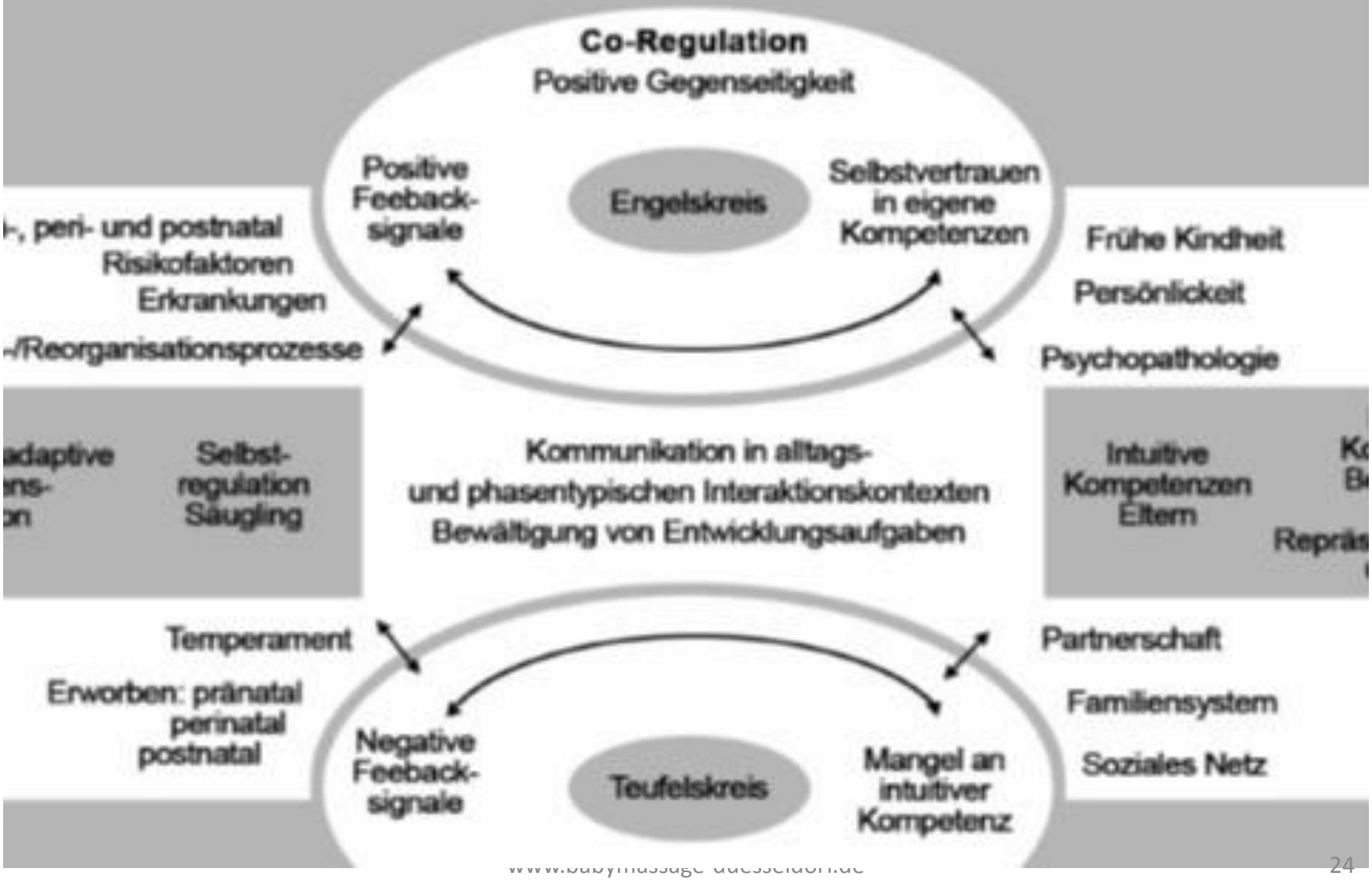
Margit Holtschlag
Babymassage & Hilfe für Schreibabys

Schwierigkeiten in der Regulationsfähigkeit


Engelskreis
Teufelskreis
Co-Regulation
Positive Gegenseitigkeit
Kind zeigt Wohlbehagen
Selbstvertrauen in eigene elterliche Kompetenz
Bedürfnis des Kindes
Kind zeigt Unbehagen
Mangel an intuitiver elterlicher Kompetenz
Dysregulation
Negative Gegenseitigkeit

Beziehungsstörungen

(Papoušek et al., 2004, S. 101)



Bei Regulationsproblemen sind mehrere Personen betroffen. Das bedeutet, dass sich auch unsere Wahrnehmung deutlich von der Wahrnehmung der Eltern unterscheiden kann.

Kinder in ihrer Regulationsfähigkeit unterstützen

Margit Holtschlag
Babymassage & Hilfe für Schreibabys

Ein Schreibaby ist dann ein Schreibaby, wenn die Eltern das sagen

Die sogenannte Dreierregel zur Definition von „Schreibabys“ aus dem Jahr 1954 ist heute wenig hilfreich und führt dazu, dass viel zu viel wertvolle Zeit und Energie für ein lösungsorientiertes Handeln verloren geht.

Wenn das Baby sich noch nicht eigenständig zurückziehen (regulieren) kann, benötigt es Hilfestellung und Orientierung von außen.

Dies Hilfestellung kann man z.B.

durch die fünf S geben:

- Swaddeln
- Seitenlage
- Schaukeln
- Saugen
- Sch-Laute oder „Schuh-Schuh“-Lied

Simulation

Mit den 5 S führt man die Babys an einen Ort zurück, den sie bereits kennen, das schafft Sicherheit.

Pucken (swaddeln) ist dabei **ein** Baustein. Anfängliches Weinen beim Pucken bedeutet meist, dass man zu spät angefangen hat und dass das Baby schon sehr müde ist.

- Pucken hilft den Babys, ihre Arme kontrollieren zu lernen
- Pucken unterstützt die Entwicklung eines guten Körpergefühls
- Pucken hilft beim Einschlafen und lässt Babys den Schlafphasenwechsel besser überbrücken
- Zum Pucken gibt es leider sehr viel Halbwissen, so dass Pucken immer mit den Eltern besprochen werden sollte
- **„erst die Wurzeln, dann die Flügel."**

Margit Holtschlag
Babymassage & Hilfe für Schreibabys

Bei einem Schreibaby ist es wichtig, die Eltern oder als Betreuungsperson auch sich selber, gut zu stabilisieren.

- Armpflege ohne weitere Kommunikation
- **Blickkontakt meiden**
- ruhig atmen, lockere Haltung
- Zeit geben
- „Hafen“ sein

Gestuftes Trösten nach Brazelton

1. aufmerksam anschauen und Blickkontakt herstellen (etwa 25 cm Abstand vom Gesicht)
2. mit Geduld und Ruhe ansprechen
3. anfassen eine Hand auf die Brust legen
4. Hände und Füße des Babys zusammen legen
5. es hochnehmen und wiegen
6. die Brust oder Flasche oder den Schnuller anbieten

In den ersten Wochen kann es besser sein mit der Stufe 3 zu beginnen und erst wenn man merkst, dass das Baby sich auch schon alleine regulieren kann beginnst man mit Stufe 1. Man kann selber entscheiden wie lange man bis zur nächsten Stufe warten möchtest, je besser man das Baby kennst und beobachtet umso einfacher wird es, abzuschätzen was das Kind braucht.

Es wird aber empfohlen auf keinen Fall länger als zwei Minuten bis zur nächsten Stufe zu warten.

Schlafprobleme sollten immer ernst genommen werden und nicht als „Schicksal“ abgetan werden. Schlafen ist für ein einfaches Lernen und für die Gehirnentwicklung der Kinder wichtig.

Forschungsergebnisse zum Schlafen

Die Häufigkeit von „Schlafstörungen“ ist bei elterngesteuerten Schlafritualen (Tragen, Schuckeln, Einschlafstillen oder Milchflasche zum Einschlafen) häufiger als bei kindgesteuerten Ritualen (Selbstregulation, Saugen an Schnuller oder Daumen, Kuscheltier, o.ä.)

Weitere Forschungsergebnisse

- Kinder mit Schlafstörungen erhalten häufig tagsüber weniger Aufmerksamkeit, dafür mehr Aufmerksamkeit in Einschlafsituationen in Form der elterngesteuerten Einschlafhilfen (z. B. Spielen, Füttern, Kuscheln, Herumtragen) mit der Folge zunehmender elterlicher Erschöpfung.
- Dies wiederum verschlechtert die Qualität der elterlichen Aufmerksamkeit tagsüber.

Margit Holtschlag
Babymassage & Hilfe für Schreibabys

Margit Holtschlag
Babymassage & Hilfe für Schreibabys

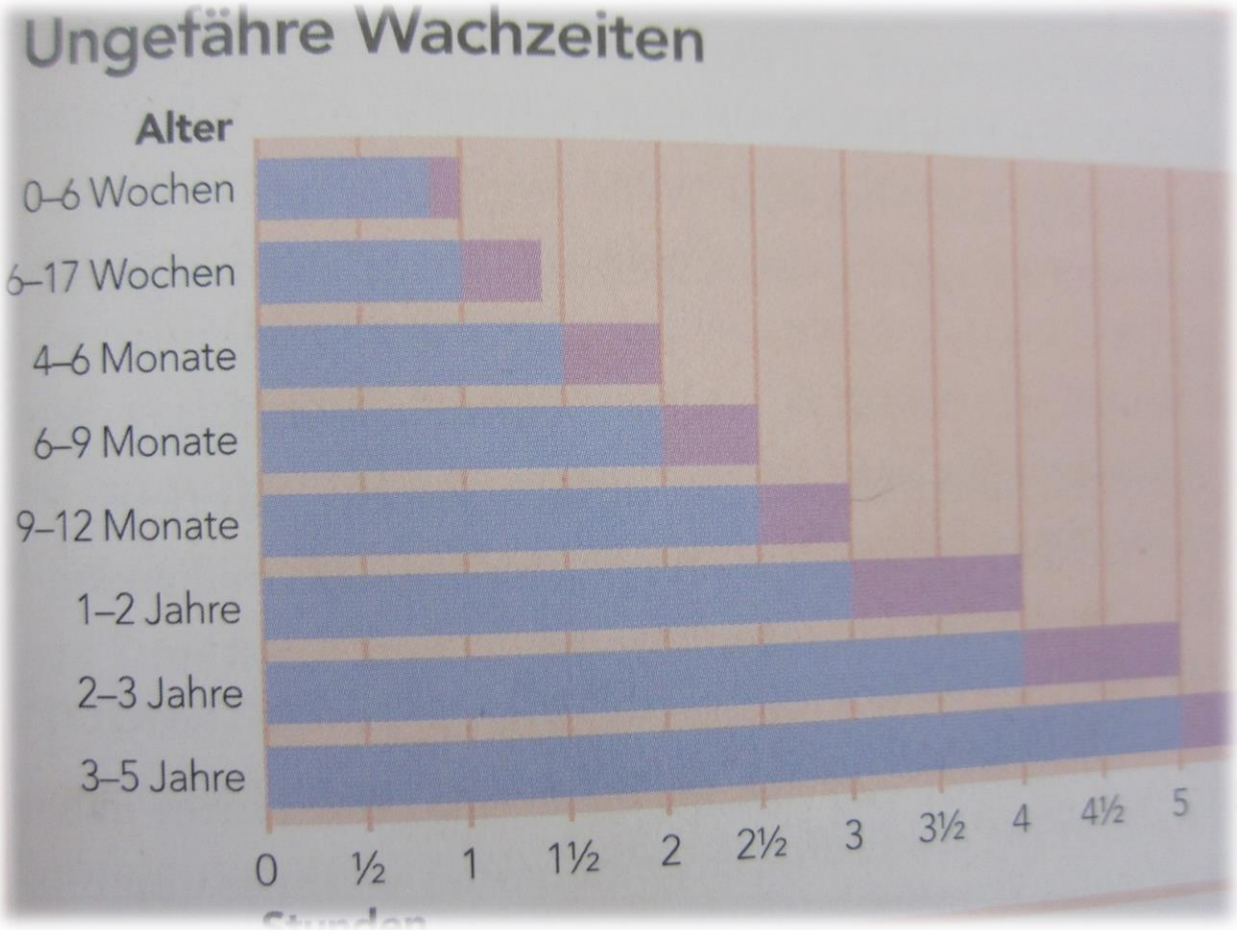
Kommunikation über Babymassage & Babysignale

- intensive Bindungsförderung
- Ausschüttung von Oxytocin
- Verbesserung der sensorischen Integration
- Verbesserung der Reizverarbeitung
- Entwicklung eins positiven Köpergefühls
- Verbesserung der Kommunikation Verstehen der Signale
- Entfaltung der Spiegelneuronen

Das Schlafbedürfnis von Babys und Kindern wird häufig unterschätzt.
Generell gilt:

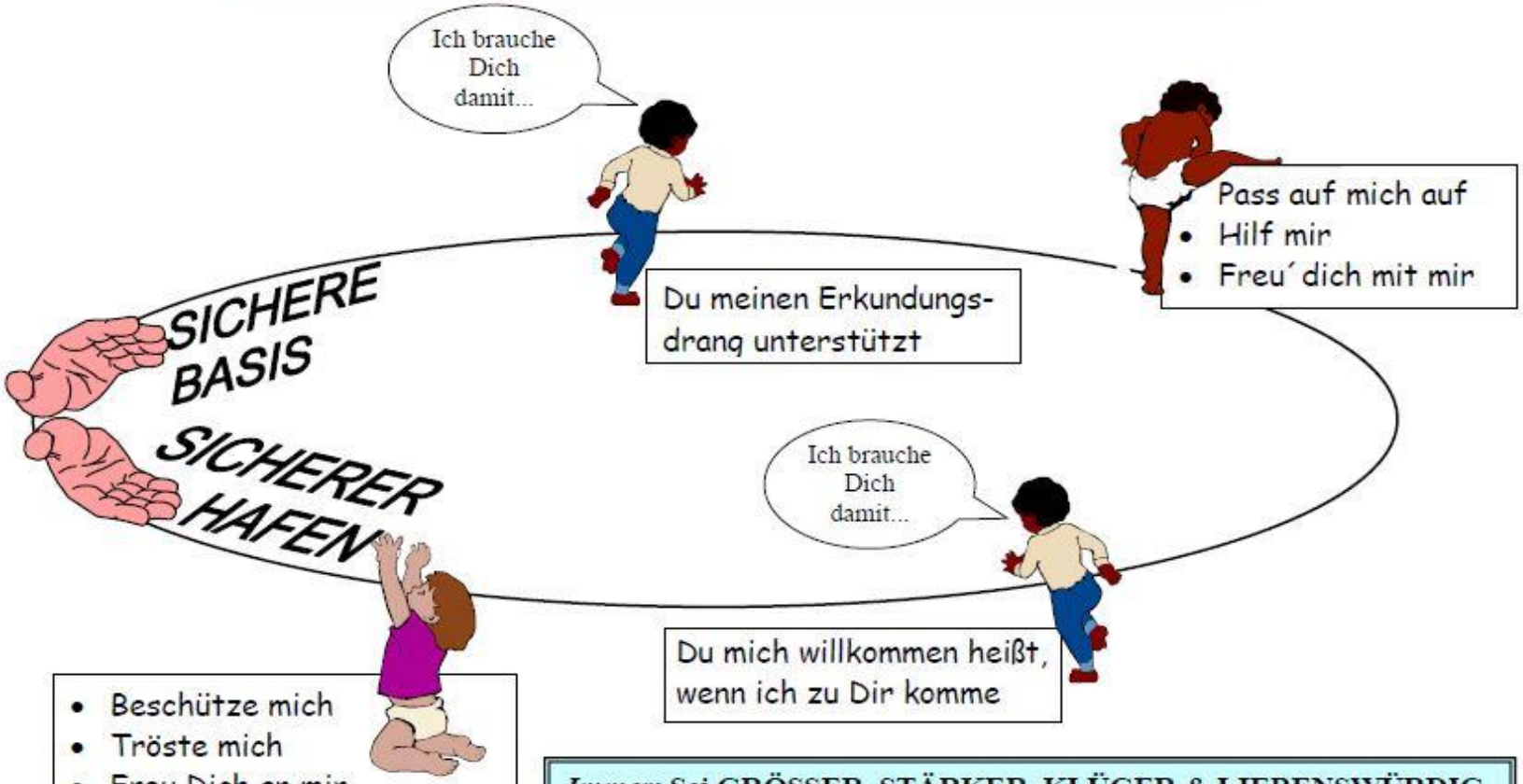
Tagschlaf fördert Nachtschlaf

Maximale Wachzeiten



Kreis der Sicherheit

Wie Eltern auf die Bedürfnisse ihres Kindes achten



Immer: **Sei GRÖSSER, STÄRKER, KLÜGER & LIEBENSWÜRDIG.**
Wenn möglich: **Folge meinen kindlichen Bedürfnissen.**
Wenn nötig: **Übernimm die Leitung.**

© 2000 Cooper, Hoffman, Marvin & Powell

Bindung

„Eine gute Bindung ist die Basis für Freiheit, Selbstvertrauen und Selbstbestimmung. Eine gute Bindung sorgt für eine innere Stabilität, die auch den Herausforderungen des Schicksals stand halten kann.“

„Bindung bedeutet emotionale Sicherheit in der Nähe und in der Ferne.“

Die Verunsicherung der Eltern, deren Angst vor Fehlern und ein enormer gesellschaftlicher Druck führen manchmal dazu, dass sie ihre Rolle als „sicherer Hafen“ für das Kind nicht zeitnah finden.

Die Eltern benötigen

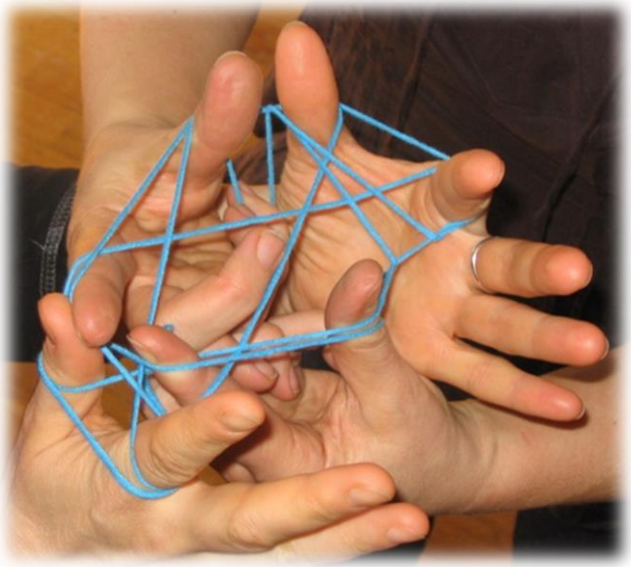
dann selbst erst einmal

einen Hafen…

Spiegelneuronen

- seit 1996 entdeckt
- durch Spiegelneuronen wird Empathie erst möglich
- Die Fähigkeit zu spiegeln entwickelt sich nicht von allein, sie braucht einen Partner
- Entfaltungsprinzip: „Use it or lose it“
- Forscher gehen davon aus, dass sie bis zum 3./4. Lebensjahr voll entwickelt sind

Tageseltern tragen eine große Verantwortung für eine gelungene Kommunikation mit Kindern, für eine gute Entfaltung der Spiegelneuronen und in der Unterstützung des Bindungsprozesses.



„Was wir heute tun, entscheidet darüber, wie morgen die Welt aussieht.“

Marie von Eber-Eschenbach

Quellenangaben:

Fotos Folie 1, 10, 13, 15, 16, 18, 20,22, 28, 34, 39 ©Fotolia Adobe Stock

alle weiteren Fotos © Margit Holtschlag

Definition Bindung 1 © Margit Holtschlag

Definition Bindung 2 ©Nicole Laemers-Müller

Beratungen und Fortbildung zum „Familienorientierten Babyschlafcoaching“ Margit Holtschlag

www.babymassage-duesseldorf.de

alle weiteren Quellen sind auf der Folie angegeben oder konnten trotz sorgfältiger Recherche nicht ausgemacht werden.

Manche Dinge brauche Zeit, geben Sie Ihnen diese, damit sich neue Informationen entfalten können.