Liebe Eltern

Warum Babys weinen:

Entgegen der meist vertretenen Ansicht, dass Babys weinen, wenn sie in einer nassen Windel liegen, Hunger oder Durst verspüren, Bauchweh oder Sehnsucht nach Nähe und Zuwendung haben, gibt es weitaus mehr und wesentlich tiefer liegende Gründe, weshalb ein Baby weint. Hier möchte ich Ihnen, liebe Eltern, vermitteln, dass sie nicht "schuld" an den Tränen sind, weil sie Wesentliches übersehen haben. Im Gegenteil, die oben aufgeführten Gründe haben Sie ja schnell, zuverlässig und liebevoll beseitigt. Warum aber weint das Baby weiter?

Es gibt inzwischen ausreichend gesicherte Erkenntnisse darüber, dass schon ein ungeborenes Kind Gefühle des seelischen Schmerzes, der Einsamkeit, der Trauer, der Verlassenheit, der Enttäuschung, der Abwehr, des Ausgeliefertseins oder der Überforderung haben kann, wenn es entsprechende Erlebnisse hat. Es kann diese Gefühle wahrnehmen, nach "angenehm" und "unangenehm" unterscheiden, sie sich merken und eventuell mit anderen

Erinnerungen vergleichen. Es ist bekannt, dass Babys genau wahrnehmen, was um sie herum geschieht. (1)

Ein Baby ruft um Hilfe:

Plötzlich begreifen wir: Da ist ein kleiner Mensch, der die Welt noch nicht versteht. Da ist ein Mensch in Not. Ein Baby, tief erschrocken durch die helle Weite, dem das erste Bad große Angst bereitet, welches durch die unerwartete und unverständliche Trennung von der Mama in tiefe Bestürzung fällt und nun seinem Entsetzen mit Tränen und Geschrei Ausdruck verleihen möchte. Nun verstehen wir das Kind. Es ist nicht die nasse Windel, die zu Unwohlsein führt - nein, es sind die unzähligen Besucher, die dem Baby "auf den Nerv" gehen und es nicht zur Ruhe kommen lassen. Es ist die Verletzung seines Selbstwertgefühles, wenn es bei der Angst erregenden Untersuchung hören muss: "Jetzt stell dich doch nicht so an!" Es ist nicht Hunger, wenn das Baby nach einer halben Stunde schon wieder an die Brust will, sondern der verzweifelte Versuch, die hereinbrechenden Eindrücke zu verkraften, sich damit zurechtzufinden und sie mit Hilfe des Nuckelns "zu schlucken".

Jede Individualität erlebt sich und das Leben anders:

Und so wird verständlich, weshalb auch ein liebevoll betreutes Baby viel mehr weinen kann als Eltern es je erwartet haben. Die Fürsorglichkeit der Eltern hat keinerlei Einfluss darauf, ob das Kind bei der Geburt Ängste der Enge erlebt hat, ob es darüber verzweifelte, dass ihm sein Recht auf einen selbstbestimmten Geburtszeitpunkt genommen wurde, dass es Verzweiflung, ja Panik empfindet, wenn es - auch nur kurzfristig - von der Mutter getrennt wird.

Die gute Betreuung ändert nichts an dem Schmerz der wiederholten, oft unnötigen Blutabnahme, sie mindert nicht das Entsetzen bei der Routineuntersuchung, wenn zum wiederholten Male der Moro-Reflex ausgelöst wird. ("Das machst du aber prächtig!")

Diese Beispiele sollen verdeutlichen, dass Ihr Baby die ganze Welt mit allen Licht- und Schattenseiten wahrnimmt, und nicht nur die liebevollen Bemühungen der Eltern.

Wie reagieren Eltern, wenn ihr Baby weint?

"Du brauchst doch nicht zu weinen"

Liebevolle Eltern sind sehr bemüht, die Tränen ihrer Kinder rasch wieder zum Versiegen zu bringen. Sobald das Baby weint, versucht die Mama herauszufinden, was es denn auf dem Herzen haben könnte. Sie bietet ihm den Nucki oder ein Teefläschchen an, trägt es herum, schaukelt es im Kindersitz oder wippt mit ihm auf dem Gymnastikball. Der Papa wechselt die Windel, summt eine Melodie und dreht eine Runde mit dem geschulterten Baby durch die Wohnung. Wenn alles nicht weiterhilft, packen die Eltern den Föhn aus, um das Kind mit dem summenden Geräusch und der angenehm warmen Luft zu beruhigen. Dem Einfallsreichtum der Eltern sind da keine Grenzen gesetzt. Wer kennt nicht die Berichte vom übermüdeten Vater, der nachts mit dem Auto um den Block fahren muss, damit das Weinen endlich wieder aufhört, und von der Verzweiflungstat der Mutter, die ihr Baby im Kindersitz auf die schleudernde Waschmaschine stellt, damit ihm durch das Ruckeln endlich die Augen zufallen?

Warum helfen diese Maßnahmen nicht weiter?

Liebe Eltern, wenn auch Sie zu den Geplagten gehören, die schon alles probiert haben und trotzdem erfolglos vor Ihrem schreiendem Baby stehen, dann wissen Sie auch, wie sehr diese Versuche Sie erschöpft haben. Sie haben alles versucht und alles gegeben und sind nun sehr enttäuscht, verzweifelt oder auch zornig über die fehlende Resonanz. Das Baby ist zwar immer wieder mal ruhig gewesen oder eingeschlafen, aber nur, um kurz nach dem Hinlegen wieder mit neuer Kraft weiterzuschreien. Warum versagen all Ihre Bemühungen?

Unangemessene Beruhigungsmassnahmen:

Im ersten Kapitel habe ich erläutert, dass Ihr Baby weitaus differenziertere Gefühle hat, als wir im Allgemeinen annehmen. Wenn es "nur" Sehnsucht nach Zuwendung hätte, dann müsste es ja zufrieden sein, wenn es diese bekommt. Wenn es die nasse Windel beklagt, müsste es nach dem Trockenlegen strahlen. Wenn es tatsächlich Koliken wären, die es so plagen, müsste es nach der Einnahme der entsprechenden Medikamente entspannt schlafen können. Wenn es wirklich Langeweile wäre, die es so anspruchsvoll sein lässt, dann müssten seine Augen leuchten, wenn Sie mit ihm spielen. Doch so ist es nicht.

Bei näherer Betrachtung ist das ist durchaus verständlich. Denn ein Baby kann nicht zufrieden sein, wenn es sich über die unbegreifliche Trennung von der Mama lauthals beklagen will und es stattdessen einen Schnuller zur Beruhigung bekommt. Es kann nicht ruhig werden, wenn es sich

im Moment vom Leben vollkommen überfordert fühlt und "zum Trost" vom Papa unter kräftigem Geschaukel durch das Wohnzimmer getragen wird. Es kann sich nicht mit Hilfe von "Blähungströpfchen" entspannen, wenn es gleichzeitig allen Kummer hinunterschlucken muss, weil es sich nicht durch Weinen befreien darf. Der Föhn kann ihm nicht ersparen, dass es um sich herum nichts als angstmachende Leere und Weite spürt, statt des kontinuierlichen Haltes der wohlvertrauten Enge. Auch das mechanische Mobile wird ihm nicht weiterhelfen, welches mit scheppernder Melodie über seinem Köpfchen kreist, wenn es der schönen, ruhigen und sicheren Zeit im Mutterleib nachtrauert.

Wir müssen neue Wege suchen:

Sie sehen also, der drängende Wunsch, dem weinenden Baby behilflich zu sein, lässt Eltern schnell zu falschen Mitteln greifen. Woher rührt dieser vergebliche Einsatz der elterlichen Kraft?

Weil diesem Geschehen zwei fundamentale Irrtümer zu Grunde liegen. Der erste Irrtum ist die allgemeine, gesellschaftlich gestützte Annahme, dass Weinen "etwas Schlimmes" wäre, dem man sofort mit einem "Gegenmittel" begegnen müsste. Doch das ist falsch. Das Weinen ist neben der Sprache und der Mimik ein elementares, wichtiges Ausdrucksmittel für Befindlichkeit und Gefühle. Durch das Weinen kann der Mensch sein Befinden und seine schmerzlichen Gefühle ausdrücken und emotionalen Stress abbauen. Dies ist äußerst wichtig. Das Weinen ist eine Sprache. Insbesondere ist diese Form der Sprache für die kleinen Kinder wichtig, die ja über viele Jahre ganz in der Gefühlswelt leben.

Der zweite Irrtum ist die Annahme, dass das Baby weint, weil die Eltern etwas "falsch" gemacht haben. Wenn Eltern denken, ihr Baby weint, weil sie ihm nicht oft genug ihre Zuwendung schenken, werden sie sich noch öfter als bisher (und das war schon sehr oft) dem Baby widmen. Wenn eine Mutter das Gefühl hat, ihr Baby weint, weil sie evtl. nicht genügend Milch hat (obwohl es prächtig zunimmt), wird sie es bei jeder Lautäußerung wieder an die Brust legen. Wenn Eltern meinen, ihr Kind weint, weil sie nicht genügend mit ihm spielen, werden sie es weiter mit Animation bei guter Laune halten wollen, obwohl sie kaum noch zum Frühstücken kommen.

Dies laugt die Eltern aus, sie fühlen sich schon bald überlastet und überfordert. Der Irrtum beruht also auf dem Glauben, noch mehr von dem machen zu müssen, was fürsorgliche Eltern sowieso schon tun - als könnte eine Aktivitätssteigerung der Eltern dem Kind die Orientierungslosigkeit oder seine Ängste nehmen.