

# Inhalt

**Liebe Leserin, lieber Leser** ..... 9

**Einleitung** ..... 11

**1 Die frühe Kommunikation** ..... 13

Intuitives Elternverhalten ..... 14

Kinder sind auf Kommunikation und Bindung

»programmiert« ..... 16

Wie sich Babys mit Hilfe ihrer Eltern kennen und

regulieren lernen ..... 16

Vorübergehende Missverständnisse sind die Regel ..... 20

Babys speichern Beziehungserfahrungen ..... 21

**2 Schlafen, Spielen, Trinken, Bewegung:**

**Das Baby lernt, sich zu regulieren** ..... 23

Schlaf-wach-Regulation ..... 26

Regulation der Nahrungsaufnahme ..... 36

Motorische Regulation ..... 37

Das »Handling« des Babys ..... 38

Die selbstregulativen Fähigkeiten des Babys ..... 43

Wie Eltern die kindliche Selbstregulation fördern können .... 46

**3 Das schreiende Baby** ..... 49

Normales Schreien ..... 50

Exzessives (übermäßiges) Schreien ..... 51

Quengeln und Schreien als Sprache des Babys ..... 55

Interpretationen haben weit reichende Folgen ..... 56

<b>4 Leitfaden: So helfen Sie Ihrem schreienden Baby</b> .....	61
Gehen Sie feinfühlig auf die Signale Ihres Babys ein .....	62
Aufbau des Leitfadens .....	64
Bestimmen Sie den Verhaltenszustand, in dem sich Ihr Baby gerade befindet .....	65
Reagieren Sie prompt und angemessen .....	68
Das Baby ist im aufmerksamen Wachzustand .....	68
Das Baby ist im ruhigen, aktiven oder Halbschlaf .....	75
Das Baby quengelt oder schreit .....	76
Das Baby hat Hunger .....	80
Das Baby langweilt sich und möchte spielen .....	86
Das Baby braucht eine neue Windel .....	86
Das Baby hat Bauchschmerzen (Blähungen) .....	86
Die Eltern haben Schuldgefühle .....	87
Das Baby ist müde .....	87
Der »Schlafunterricht« .....	98
Das Baby schreit weiter .....	108
Umgang mit dem unstillbar schreienden Baby .....	109
<b>5 Der Leitfaden hat nicht zum erwünschten Erfolg geführt</b> .....	113
Eltern-Säuglings-Psychotherapie .....	114
Zwei »Gespenster im Kinderzimmer« .....	115
<b>Anhang</b> .....	123
Formblatt für ein Schlafprotokoll .....	123
Adressen von Beratungseinrichtungen für Eltern mit exzessiv schreienden Babys .....	124
Literatur .....	125