

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

4 Leitfaden: So helfen Sie Ihrem schreienden Baby	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
5 Der Leitfaden hat nicht zum erwünschten Erfolg geführt	113
Eltern-Säuglings-Psychotherapie	114
Zwei »Gespenster im Kinderzimmer«	115
Anhang	123
Formblatt für ein Schlafprotokoll	123
Adressen von Beratungseinrichtungen für Eltern mit exzessiv schreienden Babys	124
Literatur	125