Bolten · Möhler · von Gontard

Ratgeber

Exzessives Schreien, Schlaf- und Fütterstörungen

Informationen für Eltern und Erzieher

HOGREFE

Ratgeber Exzessives Schreien, Schlaf- und Fütterstörungen

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Bolten, Möhler und von Gontard: Ratgeber Exzessives Schreien, Schlaf- und Fütterstörungen (9783840923746)
© 2013 Hogrefe Verlag, Göttingen.

Ratgeber Kinder- und Jugendpsychotherapie
Band 17

Ratgeber Exzessives Schreien, Schlaf- und Fütterstörungen

von Dr. Margarete Bolten, Prof. Dr. Eva Möhler
und Prof. Dr. Alexander von Gontard

Herausgeber der Reihe:
Prof. Dr. Manfred Döpfner, Prof. Dr. Gerd Lehmkuhl,
Prof. Dr. Franz Petermann

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Bolten, Möhler und von Gontard: Ratgeber Exzessives Schreien, Schlaf- und Fütterstörungen (9783840923746)
© 2013 Hogrefe Verlag, Göttingen.

Ratgeber

Exzessives Schreien, Schlaf- und Fütterstörungen

Informationen für Eltern und Erzieher

von Margarete Bolten, Eva Möhler
und Alexander von Gontard

HOGREFE
GÖTTINGEN · BERN · WIEN · PARIS · OXFORD
PRAG · TORONTO · BOSTON · AMSTERDAM
KOPENHAGEN · STOCKHOLM · FLORENZ

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Bolten, Möhler und von Gontard: Ratgeber Exzessives Schreien, Schlaf- und Fütterstörungen (9783840923746)
© 2013 Hogrefe Verlag, Göttingen.

Dr. rer. nat. Margarete Bolten, geb. 1976. Seit 2010 Leiterin der Arbeitsgruppe Risiko- und Resilienzforschung an den Universitären Psychiatrischen Kliniken Basel (UPK) und seit 2009 Lehrbeauftragte in der Abteilung für Klinische Kinder- und Jugendpsychologie der Universität Basel.

Prof. Dr. med. Eva Möhler, geb. 1965. Seit 2008 Leitung der SHG-Kliniken für Kinder- und Jugendpsychiatrie /-psychotherapie am Standort Saarbrücken und seit 2010 außerordentliche Professorin an der medizinischen Fakultät der Universität Heidelberg.

Prof. Dr. med. Alexander von Gontard, geb. 1954. Seit 2003 Direktor der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie, Universitätsklinikum des Saarlandes, Homburg.

Wichtiger Hinweis: Der Verlag hat für die Wiedergabe aller in diesem Buch enthaltenen Informationen (Programme, Verfahren, Mengen, Dosierungen, Applikationen etc.) mit Autoren bzw. Herausgebern große Mühe darauf verwandt, diese Angaben genau entsprechend dem Wissensstand bei Fertigstellung des Werkes abzudrucken. Trotz sorgfältiger Manuskripterstellung und Korrektur des Satzes können Fehler nicht ganz ausgeschlossen werden. Autoren bzw. Herausgeber und Verlag übernehmen infolgedessen keine Verantwortung und keine daraus folgende oder sonstige Haftung, die auf irgendeine Art aus der Benutzung der in dem Werk enthaltenen Informationen oder Teilen davon entsteht. Geschützte Warennamen (Warenzeichen) werden nicht besonders kenntlich gemacht. Aus dem Fehlen eines solchen Hinweises kann also nicht geschlossen werden, dass es sich um einen freien Warennamen handelt.

© 2013 Hogrefe Verlag GmbH & Co. KG
Göttingen • Bern • Wien • Paris • Oxford • Prag • Toronto • Boston
Amsterdam • Kopenhagen • Stockholm • Florenz
Merkelstraße 3, 37085 Göttingen

http://www.hogrefe.de
Aktuelle Informationen • Weitere Titel zum Thema • Ergänzende Materialien

Copyright-Hinweis:
Das E-Book einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung des Verlags unzulässig und strafbar.
Der Nutzer verpflichtet sich, die Urheberrechte anzuerkennen und einzuhalten.

Umschlagabbildungen: © Getty Images, München
Illustrationen: Klaus Gehrmann, Freiburg; www.klausgehrmann.net
Satz: ARThür, Grafik-Design & Kunst, Weimar
Format: PDF

ISBN 978-3-8409-2374-6

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Bolten, Möhler und von Gontard: Ratgeber Exzessives Schreien, Schlaf- und Fütterstörungen (9783840923746)
© 2013 Hogrefe Verlag, Göttingen.

Nutzungsbedingungen:

Der Erwerber erhält ein einfaches und nicht übertragbares Nutzungsrecht, das ihn zum privaten Gebrauch des E-Books und all der dazugehörigen Dateien berechtigt.

Der Inhalt dieses E-Books darf von dem Kunden vorbehaltlich abweichender zwingender gesetzlicher Regeln weder inhaltlich noch redaktionell verändert werden. Insbesondere darf er Urheberrechtsvermerke, Markenzeichen, digitale Wasserzeichen und andere Rechtsvorbehalte im abgerufenen Inhalt nicht entfernen.

Der Nutzer ist nicht berechtigt, das E-Book – auch nicht auszugsweise – anderen Personen zugänglich zu machen, insbesondere es weiterzuleiten, zu verleihen oder zu vermieten.

Das entgeltliche oder unentgeltliche Einstellen des E-Books ins Internet oder in andere Netzwerke, der Weiterverkauf und/oder jede Art der Nutzung zu kommerziellen Zwecken sind nicht zulässig.

Das Anfertigen von Vervielfältigungen, das Ausdrucken oder Speichern auf anderen Wiedergabegeräten ist nur für den persönlichen Gebrauch gestattet. Dritten darf dadurch kein Zugang ermöglicht werden.

Die Übernahme des gesamten E-Books in eine eigene Print- und/oder Online-Publikation ist nicht gestattet. Die Inhalte des E-Books dürfen nur zu privaten Zwecken und nur auszugsweise kopiert werden.

Diese Bestimmungen gelten gegebenenfalls auch für zum E-Book gehörende Audiodateien.

Anmerkung:

Sofern der Printausgabe eine CD-ROM beigefügt ist, sind die Materialien/Arbeitsblätter, die sich darauf befinden, bereits Bestandteil dieses E-Books.

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Bolten, Möhler und von Gontard: Ratgeber Exzessives Schreien, Schlaf- und Fütterstörungen (9783840923746)
© 2013 Hogrefe Verlag, Göttingen.

Zielsetzung des Ratgebers

Dieser Ratgeber informiert über die verschiedenen Erscheinungsformen, die Ursachen und die Behandlungsmöglichkeiten von Schrei-, Schlaf- und Fütterstörungen im Säuglings- und Kleinkindalter. Die Informationen in diesem Ratgeber richten sich überwiegend an Eltern. Auch für Pädagogen und andere Bezugspersonen, die junge Kinder betreuen, kann der Ratgeber hilfreich sein.

Dieser Ratgeber ist Bestandteil der Reihe Leitfaden Kinder- und Jugendpsychotherapie, in der die Diagnostik und Therapie verschiedener Auffälligkeiten vom Säuglings- bis zum Jugendalter beschrieben werden. Der Ratgeber ergänzt den Leitfaden zu Psychischen Störungen im Säuglings- und Kleinkindalter (Bolten, Möhler & von Gontard, 2012), der sich in erster Linie an Kinderärzte, Kinder- und Jugendpsychiater, psychologische und Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeuten richtet.

Ziel dieses Ratgebers ist es, Eltern über die verschiedenen Verhaltensschwierigkeiten im Säuglings- und Kleinkindalter zu informieren und ihnen möglichst direkt und ohne Umwege praktische Schritte zur Verbesserung der Situation mit ihrem Kind zu vermitteln. Natürlich kann ein solcher Ratgeber nicht alle Fragen beantworten, auch ersetzt dieser nicht eine Beratung bzw. Therapie. Im Anhang finden sich zusätzlich einige weiterführende Literaturhinweise sowie Materialien.

Basel, Saarbrücken und Homburg, im Oktober 2012

Margarete Bolten, *Eva Möhler*
und *Alexander von Gontard*

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Bolten, Möhler und von Gontard: Ratgeber Exzessives Schreien, Schlaf- und Fütterstörungen (9783840923746)
© 2013 Hogrefe Verlag, Göttingen.

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Bolten, Möhler und von Gontard: Ratgeber Exzessives Schreien, Schlaf- und Fütterstörungen (9783840923746)
© 2013 Hogrefe Verlag, Göttingen.

Inhalt

1 Kennen Sie das? 9

2 Allgemeine Informationen zum Schreien, Schlafen und Füttern im Säuglings- und Kleinkindalter 11

3 Woran erkenne ich, dass mein Kind behandlungsbedürftige Probleme mit dem Schreien, Schlafen oder Füttern hat? 14

4 Wie viele Säuglinge bzw. Kleinkinder sind betroffen? 20

5 Können diese Probleme auch Hinweise auf andere Störungen sein? 21

6 Wie ist die weitere Entwicklung? 22

7 Was sind die Ursachen? 23

8 Was können Eltern tun? 30

9 Was können Psychotherapeuten und Kinderpsychiater tun? 41

10 Gibt es noch weitere Hilfen? 43

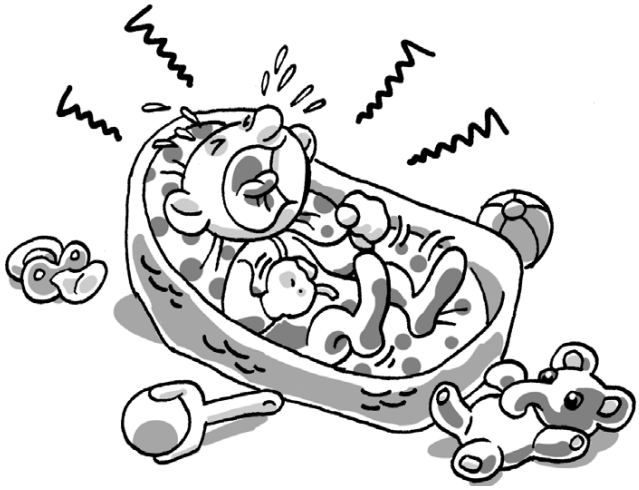
Anhang 44
Weiterführende Literatur 44
Materialien 45

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Bolten, Möhler und von Gontard: Ratgeber Exzessives Schreien, Schlaf- und Fütterstörungen (9783840923746)
© 2013 Hogrefe Verlag, Göttingen.

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Bolten, Möhler und von Gontard: Ratgeber Exzessives Schreien, Schlaf- und Fütterstörungen (9783840923746)
© 2013 Hogrefe Verlag, Göttingen.

1 Kennen Sie das?

Der sechs Monate alte *Lucas* hat immer wieder unstillbare Schreiphasen, vor allem am Abend, aber auch tagsüber. Seine Mutter beschreibt ihn insgesamt als ein sehr empfindliches Kind, das nur schwer in den Schlaf findet und oft sofort wieder aufwacht, nachdem es auf ihrem Arm eingeschlafen war und die Eltern es in sein Bettchen gelegt hatten. Von Geräuschen wird Lucas schnell wieder wach. Dadurch hat er tagsüber nur wenige kurze Schlafphasen. Zudem scheint ihn seine Umgebung so stark zu interessieren, dass er ständig herumgetragen werden möchte, während ihm seine Mutter neue Dinge zeigt. Das lenkt ihn zwar kurz ab, sobald er aber abgelegt wird, beginnt er lauthals zu protestieren. Er schreit und windet sich dann jeweils so stark, dass er rote Flecken bekommt und seine Mutter Sorge hat, er könnte ersticken. Er lässt sich dann kaum beruhigen. Durch das ständige Geben und die Sorge, ihr Sohn könnte wieder in eine solche Schreiattacke geraten, fühlt sich seine Mutter ständig unter Anspannung und zunehmend erschöpft. Manchmal hat sie das Gefühl, kaum noch den Alltag mit Lucas bewältigen zu können.



Die 14 Monate alte *Yvonne* hat noch nie durchgeschlafen. In letzter Zeit wacht sie alle zwei Stunden auf und schreit dann, bis ihre Eltern sie aus dem Bett nehmen. Sie weigert sich auch, im eigenen Bett wieder einzuschlafen und kommt dann in der Regel mit ins Bett der Eltern, wo sie zwar wieder „eindämmert“ aber grundsätzlich sehr unruhig schläft, was sich auch negativ auf den Schlaf der Eltern auswirkt. Nachts trinkt sie bis zu drei Fläschchen, und muss dann auch gewickelt werden, so dass die Eltern insgesamt sehr erschöpft sind. Tagsüber ist Yvonne quengelig und kann sich nicht alleine beschäftigen, läuft der Mutter beständig nach und will auch oft auf den Arm. Die Mutter ist am Ende ihrer Kräfte, die Eltern sind beide gereizt und schreien sich oft an. Die Großmutter bietet an, das Kind könne bei ihr schlafen, was die Eltern aber nicht in Anspruch nehmen wollen, da sie fürchten, sich danach besserwisserische Kommentare gefallen lassen zu müssen.

Der dreijährige *Nico* weigert sich, feste Speisen zu sich zu nehmen. Er isst ausschließlich Fertigbrei, Pudding und Fruchtzwerge. Er kann zwar selbst-

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Bolten, Möhler und von Gontard: Ratgeber Exzessives Schreien, Schlaf- und Fütterstörungen (9783840923746)
© 2013 Hogrefe Verlag, Göttingen.

ständig aus dem Becher trinken, lässt sich jedoch ausschließlich von der Mutter füttern. Sobald Nico Krümel oder kleine Trockennahrung in den Mund bekommt, erbricht er. Auch sonst verhält er sich der Mutter gegenüber verweigernd und ist neuen Dingen gegenüber wenig aufgeschlossen. Nico wurde bis zum 5. Lebensmonat gestillt. Während die Einführung von Flasche und Brei problemlos verlief, zeigte er große Probleme bei der Umstellung auf feste Nahrung. Bei dem Versuch, ihn dazu zu bewegen, die Nahrung der Familie zu essen und nicht seine Breie, verweigerte er jegliche Nahrungsaufnahme. Nicos Mutter ist verzweifelt. Einerseits versucht sie ihn bei den Mahlzeiten abzulenken, andererseits bietet sie immer wieder zwischendurch Nahrung an. Sie fühlt sich als schlechte Mutter und sorgt sich, dass er verhungern könnte. Die Mahlzeiten sind für die gesamte Familie keine Freude und „Stress pur“.

Kennen Sie solche oder ähnliche Beschreibungen? Wenn ja, dann wird Ihnen dieser Ratgeber mit Sicherheit weiterhelfen können. Trotz aller Belastungen durch das Schreien, die Schlaf- oder Fütterungsprobleme Ihres Kindes, gibt es eine klare positive Botschaft: Bei den meisten Säuglingen oder Kleinkindern verschwinden die Symptome. Bei manchen geht es relativ schnell, bei anderen muss man sich auf eine längere Behandlungszeit einrichten.

Lucas, Yvonne und Nico sind nur drei Beispiele für verschiedene Schwierigkeiten und Verhaltensprobleme im Säuglings- und Kleinkindalter. Wichtig ist an dieser Stelle zu erwähnen, dass es sich bei Störungen im Säuglings- und Kleinkindalter niemals isoliert um Probleme des Kindes allein, sondern vielmehr um eine Beeinträchtigung der gesamten Familie, also sowohl des Kindes als auch seiner Eltern bzw. weiterer Bezugspersonen, handelt.

Deshalb sollen zunächst ein paar allgemeine Informationen zu den verschiedenen Störungsbereichen gegeben werden.

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Bolten, Möhler und von Gontard: Ratgeber Exzessives Schreien, Schlaf- und Fütterstörungen (9783840923746)
© 2013 Hogrefe Verlag, Göttingen.

2 Allgemeine Informationen zum Schreien, Schlafen und Füttern im Säuglings- und Kleinkindalter

Schreien

Von den Ausdrucksmöglichkeiten eines Babys ist das Schreien die stärkste Form. Schreien ist das wichtigste angeborene Alarmsignal, mit dem der Umwelt eigene Bedürfnisse wie Hunger, Durst, Missbehagen, Schmerzen, Kontakt- und Nähebedürfnisse aber auch Übermüdung und Überreizung mitgeteilt werden. Durch das Schreien alarmiert ein Kind seine Umwelt. Das Schreien ruft bei den Bezugspersonen eine starke emotionale Erregung, eine Steigerung des Herzschlags und des Blutdrucks hervor und motiviert diese, so schnell wie möglich den Anlass für das Schreien herauszufinden, um dieses beenden zu können.

Das Schreien in den ersten Wochen und Monaten hat also eine wichtige Funktion. Es soll in Situationen, in denen sich der Säugling nicht selbstständig wieder beruhigen kann, dazu führen, dass die Eltern ihm helfen, wieder zur Ruhe und in Balance zu kommen. Im Laufe seiner Entwicklung lernt das Kind sich zunehmend besser selbst zu beruhigen. Bei der Mehrzahl der Babys nehmen deshalb auch die Unruhe und Schreiphasen im Verlauf des ersten Lebensjahres ab. Das Schreiverhalten von Säuglingen verläuft also im Durchschnitt nach einem charakteristischen Muster.

Merke:

Die tägliche Schreidauer nimmt bis zur sechsten Lebenswoche des Kindes immer mehr zu und liegt auch bei gesunden Säuglingen bei bis zu 2,5 Stunden täglich, um dann bis zur Vollendung des ersten Lebensjahres auf etwa eine Stunde täglich abzufallen. Das Schreien von Säuglingen ist zwar über den Tag hinweg gleichmäßig verteilt, jedoch ist bei den meisten Kindern ein deutlicher Anstieg in den späten Nachmittags- bis Abendstunden zu verzeichnen.

Dieses Dokument ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt und darf in keiner Form vervielfältigt und an Dritte weitergegeben werden.
Aus Bolten, Möhler und von Gontard: Ratgeber Exzessives Schreien, Schlaf- und Fütterstörungen (9783840923746)
© 2013 Hogrefe Verlag, Göttingen.