Seelisch gesund aufwachsen

Regulations- und Verhaltensprobleme bei Kleinkindern:
Risiken und Hilfen im Rahmen der Eltern – Kind- Beziehung

Brigitte Löffler, Dipl. Sozialpädagogin (FH)

Frühe Hilfen: Eltern-, Säuglings-, und Kleinkind-Beratung

Frühkindliche Regulationsstörungen:

- Exzessives Schreien
- Schlafstörungen
- Fütter- und Gedeihstörungen

Probleme der Verhaltensregulation im Kleinkindalter:

- Exzessives Klammern
- Exzessives Trotzen
- Exzessive Ängstlichkeit/ Gehemmtheit
- Aggressiv-oppositionelles Verhalten

Exzessives Schreien:

Verhaltensweisen:

- Scheinbar grundlose Unruhe und Unstillbarkeit des Schreiens
- Normale und intuitive Beruhigungsstrategien der Eltern bleiben erfolglos
- Das Schreien kann –zumindest kurzfristig– durch intensive Reize beendet werden
- Das Kind kann sich nicht selbst regulieren und beruhigen
- Die Eltern sind angespannt und suchen demzufolge immer wieder überstimulierende Beruhigungsstrategien

Frühkindliche Schlafstörungen:

Verhaltensweisen:

- Das Kind braucht die Hilfe der Eltern (Körperkontakt), um einschlafen zu können
- Müdigkeitssignale sind schwach/ werden nicht erkannt
- Beim nächtlichen Erwachen braucht das Kind Hilfe der Eltern, um weiterzuschlafen
- Ein- und Durchschlafprobleme sind meistens mit anderen Regulationsproblemen (Unruhe, Quengeln) verbunden
- Die erschöpften Eltern haben Schlafmangel und reagieren überfordert

Schrei-/Schlaf-/ Füttertagebuch (Quelle: Münchner Sprechstunde für Schreibabies, M. Papoušek)

Name des Kindes _____ **Alter des Kindes** _____

Datum _____	Vormittag						Nachmittag						Abend						Nacht					
Uhrzeit	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	1	2	3	4	5	6
Stillen, Füttern																									
Unruhe, Quengeln																									
Schreien																									
Körpernähe/ Tragen																									
Schlafen																									
Gemeinsam spielen																									
Beruhigungshilfen: z.B.																									
Herumtragen (senkrecht)																									
Herumschaukeln/ Wiegen																									
Schnuller																									
Tee																									
Medikamente																									

Art/ Name des (der) Medikamente(s):

weiter auf dem nächsten Blatt (Tag)

um wieviel Uhr war Ihr Kind in der Frühe ausgeschlafen?	Wann haben Sie Ihr Kind am Abend zum Schlafen gelegt?
Wie lange brauchte es zum Einschlafen am Abend?	Brauchte es Hilfe beim **abendlichen Einschlafen**?
Wie oft ist es in der Nacht aufgewacht?	Wenn ja, welche?
Wann war der schönste Moment des Tages mit Ihrem Baby?	Brauchte es Hilfe beim **Wiedereinschlafen** in der Nacht?
Wie sah dieser Moment aus?	Wenn ja, welche?
Wie haben Sie sich heute gefühlt?	Schläft im Elternbett: ab wann?

Goldene Regeln zur Unterstützung der Schlaf-Wach-Organisation

- Wann immer möglich: Sanft und ohne Hektik vorgehen.
- Regelmäßigkeit und Gewöhnung des Babys an regelmäßige Abläufe und Rituale.
- Besondere Zeiten nutzen.
- Planung und Gestaltung eines regelmäßigen Tagesablaufs.
- Signale des Kindes beobachten und verstehen lernen, sich von den Signalen leiten lassen.
- Ausnutzen der Wachphasen für entspannte Zwiegespräche, Spiele, Anregungen, etc.
- Übermüdung vermeiden.

Fütter- und Gedeihstörungen:

Verhalten des Kindes

- Motorische Unruhe, Schreien, hohe Ablenkbarkeit
- Essverhalten ist abwehrend, vermeidend:
  - Passive Vermeidung: Mund geschlossen halten
  - Aktive Vermeidung: gezieltes Abwenden, nicht Schlucken, Ausspucken
- Aktive Verweigerung richtet sich meist gegen die Mutter
- Fehlender Appetit, Ess-Unlust und gleichzeitiger Erlebnishunger
- Wählerisches Essverhalten, Ess-Verweigerung

Fütter-und Gedeihstörungen:

Verhalten der Eltern:

- hilflos – ohnmächtig
- Verlust-/ Todesängste

Wichtig für die Eltern:

- Akzeptanz von Speisen erhöhen (Wiederholen, Lob beim Essen)
- Verzicht auf Druck oder Zwang beim Essen
- Essenszeiten und Tischregeln einhalten, keine Zwischenmahlzeit
- Essen und Spielen trennen, kein „beiläufiges“ Füttern

Exzessives Klammern:

Verhalten des Kindes:

- häufiges und lange dauerndes Verlangen nach Körperkontakt
- Körperkontakt schafft keine Beruhigung. Es entsteht er Eindruck, dass das Kind andere Bedürfnisse oder Zustände wie Langeweile, Spielunlust verdeckt.

Verhalten der Eltern:

- Gespräch kaum mehr möglich: Eltern wechseln in der Aufmerksamkeit. Sie können das Kind nicht einschätzen und die Situation nicht klären.
- Eltern gehen halbherzig auf die vermuteten Wünsche des Kindes ein (streicheln, beruhigen), signalisieren wechselnd Anspannung/ Ärger und Zuwendung.
- Eltern sind körperlich, aber nicht gefühlsmäßig verfügbar. Eigene Wünsche werden nicht geäußert.

Exzessives Klammern:

Lerneffekt beim Kind:

- Von den Eltern solange fordern und klammern, bis sie nachgeben.

Wichtig für die Eltern:

- Eigene Bedürfnisse wahrhaben und durchsetzen
- Dem Kind Aufmerksamkeit entziehen, sich abgrenzen
- Kein Eingehen auf die Forderung des Kindes nach Zuwendung (bei Abgrenzung)
- Eindeutige und für das Kind verständliche Sprache bzw. Signale benutzen
- Kind bei altersgerechter Tätigkeit und/ oder bei Beschäftigung in Nähe zur Bezugsperson unterstützen
- Spiel und Selbstregulation des Kindes verstärken
- Vergrößern der räumlichen Distanz – Blickkontakt halten

Exzessive Ängstlichkeit/ Gehemmtheit

Verhalten des Kindes:

- Fremde Umgebung, fremde Personen, unbekannte Spielsachen bedingen für das Kind eine lange Anlaufzeit und eine altersunangemessene Hemmung der Neugierde bzw. der Spiel- und Kontaktbereitschaft
- Das Kind verbirgt sich am Körper der Bezugsperson, dort kommt es zur Ruhe
- Bei Annäherung kommt es zum Rückzug, zum Weinen bis hin zu Angst und Schreien

Wichtig für die Eltern:

- Verständnis für die Signale des Kinds
- Anlaufzeit ermöglichen, Überforderung vermeiden, Neugierde und Kontaktwünsche unterstützen
- Kontakt mit gleichaltrigen Kindern fördern
- Eigene Beziehungen halten

Exzessives Trotzen:

Verhalten des Kindes:

- Bei Grenzsetzungen oder Einschränkungen durch die Eltern wird das Kind hoch erregt, bekommt Wut- und Trotzanfälle. Das Kind kann sich weder beruhigen noch regulieren.
- Häufig kommt es zu selbst- oder fremdschädigenden Handlungen (Kopfschlagen, Um-sich-Werfen von Gegenständen)

Verhalten der Eltern

- Die Eltern haben Angst vor Wutausbrüchen des Kindes, regulieren mit unklaren Regeln, sich nachgiebiger, als sie es gerne wären, mangelnde Konsequenz „um des lieben Friedens Willen“
- Nach einem Trotzanfall reagieren sie mit (fruchtlosem) Erklären, Argumentieren, Ablenken, Appellieren, Wiedergutmachen, Zuwendug
- Oder: unangemessene Strenge, Drohungen, Abwertung, Strafe

Exzessives Trotzen:

Wichtig für die Eltern:

- Dem Kind Raum zum Rückzug, zur Verarbeitung geben
- Die Eltern einigen sich über Regeln und Grenzen
- Regeln und Grenzen werden klar und freundlich eingeführt und durchgesetzt
- Bei Trotzanfällen: dem Kind Brücken bauen, die Rückzug ohne Gesichtsverlust ermöglichen, Selbstregulation stärken
- Versöhnung anstreben
- Abwertende Rückmeldung lassen, Selbstwertgefühl stabilisieren

- Eigene Wut abbauen
- Eigene Erfahrungen mit Trotz/ Schmollen

Aggressiv-oppositionelle Verhaltensweisen:

Verhalten:

- Aggressive Verhaltensweisen bestehen sich selbst und / oder anderen gegenüber.
- Das Kind widersetzt sich Regeln, überschreitet Grenzen, provoziert.
- Das Kind ignoriert Aufforderungen, missachtet Verbote, verweigert das Einhalten von Absprachen.

Verhalten der Eltern:

- Sie bewegen sich zwischen Gewährenlassen und überhöhter Kontrolle.
- Teufelskreis der negativen Gegenseitigkeit: die Eltern lassen gewähren, werden wütend und regeln dann das Kind mit Wut und Strafe

Wichtig für Eltern:

- Das Kind beim „Bravsein“ erwischen
- Video-Interaktionsdiagnostik: gute Momente festhalten
- Lobheft: Was war heute gut?

Regulationsstörungen:

Eingeschränkte elterliche Kompetenz:

Spielvermeidend

Stereotype Verhaltensweisen/ überregulierend

Intuition/ Lesen von Signalen wird reduziert

Hilflosigkeit:

Versagende Mutter

Geringer Selbstwert

Schuldgefühle

Konflikte:

Rollenkonflikte

Partnerkonflikte

Konflikte in der Großfamilie

Gefühle:

Abschied vom Traumbaby

Schlechte/ unfähige Eltern

Wut und Enttäuschung

Chronische Erschöpfung:

Schlafmangel/ Schlafentzug

Dauerbelastung/ Stress

Angst und Erregung hoch

Hilfsmöglichkeiten:

- Anamnese
- Entwicklungsberatung
- Entlasten der Eltern (Haushaltshilfe, Babymassage, Pekip-Kurs)
- Familienhebamme
- Video-gestützte Interaktion
- Schlaf-/ Wach-/ Fütterprotokolle

Literaturverzeichnis

- **Bindung**
  - Brisch, K.-H. (2009): Bindungsstörungen. Von der Bindungstheorie zur Therapie. Stuttgart: Klett-Cotta.
  - Grossmann, K./ Grossmann K.E. (2004): Bindungen – Das Gefüge psychischer Sicherheit. Stuttgart: Klett-Cotta.
  - Suess, G. J./ Pfeifer W. K. P.(2001): Bindungstheorie und Familiendynamik. Anwendung der Bindungstheorie in Beratung und Therapie. Gießen: Psychosozial Verlag.

- **Schlafen – Füttern – Schreien**
  - Bensel J.(2003) Was sagt mir mein Baby, wenn es schreit? Oberstebrink-Verlag.
  - Renz-Polster, H./ Irmlan, N.: Schlaf gut, Baby. GU.
  - Stern, D. N.: Die Lebenserfahrungen eines Säuglings. Stuttgart: Klett-Cotta.
  - Stern, D. N. (1991): Tagebuch eines Babys. Piper-Verlag.
  - Wahlgren, A.: Das Durchschlafbuch. Beltz-Verlag.

Literaturverzeichnis

- **Entwicklung des Kindes**
  Largo, R. H.: Babyjahre. München: Piper-Verlag.

- **Regulation**
  Papousek, M./ Schiede, M./ Wurmer, H.: Regulationsstörungen der frühen Kindheit. Bern: Hans Huber Verlag.

- **Mütter**
  Stern, D. N.: Die Mutterschaftskonstellation. Stuttgart: Klett-Cotta.

DVDs

- Vom Essen, Spielen und Einschlafen. Kurzfilme zur Kindergesundheit. BZgA. (mehrsprachig vorhanden)
- Signale des Babys. Ein filmisches Lexikon der Babysprache. JK Stiftung, Stiftung für kompetente Elternschaft.
- Frühintervention: Der Einfluss von Interaktion auf die Entwicklung von kleinen Kindern (2008). SPIN Deutschland e.V.

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!