

Diese Meldung kann unter <http://www.presseportal.de/pm/17951/1371608/-ruhig-zu-werden-lernt-ein-baby-nur-in-ruhe-wichtige-tipps-fuer-muetter-und-vaeter-von> abgerufen werden.

# Eltern

"Ruhig zu werden lernt ein Baby nur in Ruhe!"

Wichtige Tipps für Mütter und Väter von Schreikindern: Exklusiv-Interview mit dem Verhaltensbiologen Dr. Joachim Bensel in der aktuellen ELTERN

18.03.2009 - 09:10 Uhr, Gruner+Jahr, ELTERN

München (ots) - Es gibt Babys, die einfach fordernder sind als andere: Sie wollen zum Beispiel partout nicht runter vom Arm, sie schlafen weniger, aber vor allem: Sie schreien mehr. In der aktuellen Ausgabe der Zeitschrift ELTERN (ab heute im Handel) gibt der Verhaltensbiologe Dr. Joachim Bensel gestressten Müttern und Vätern von Schreikindern Tipps, die ihnen und ihrem Baby im Alltag helfen können.

Der Experte legt den Eltern dieser besonders sensiblen Babys die unter dem Schlagwort "Attachment Parenting" wiederentdeckten ursprünglichen Betreuungspraktiken ans Herz. Dr. Bensel: "Attachment Parenting hat sehr viel mit Nähe, mit Gehalten- und Getragensein zu tun. Zunächst einmal reagieren die Eltern sofort, wenn ihr Kind weint. Schon dies verringert die Schreizeiten stark. Zudem ist belegt, dass Babys, die jeden Tag mehrere Stunden getragen werden, weniger weinen. Und auch das Stillen nach Bedarf lässt das Schreien weniger werden. In vielen afrikanischen Stämmen trinken Babys im Schnitt alle 15 Minuten an der Brust. Das entspannt die Kleinen enorm."

Im Gegensatz dazu bekommen deutsche Mütter jedoch oft den Tipp, ihr Kind bloß nicht zum Beruhigen anzulegen. Babys müssten schließlich lernen, sich selbst zu regulieren. Dr. Bensel: "Das sind zwei verschiedene Paar Schuhe. Häufiges, kurzes Stillen in kleinen Intervallen ist in unserer Kultur nicht üblich - aber wenn es Mutter und Kind damit gut geht, spricht absolut nichts dagegen!"

Was die Fähigkeit zur Selbstregulation des Babys betrifft, sagt Dr. Bensel: "Ruhig zu werden lernt ein Baby nur in Ruhe! Das bedeutet: Kind ins Bett legen, sich daneben, Hand auf den Bauch, leise mit ihm sprechen. Und dabei aushalten, dass es weint. Das ist okay, solange es sich nicht verlassen, sondern unterstützt, begleitet und geliebt fühlt."

@@infblk@@

Pressekontakt:  
Simone Lönker  
Kommunikation/PR  
G+J Frauen/Familie/People  
Gruner+Jahr AG & Co KG  
Tel: 040/3703-2455  
E-Mail: [loenker.simone@guj.de](mailto:loenker.simone@guj.de)

Originaltext:

Gruner+Jahr, ELTERN

Pressemappe:

<http://www.presseportal.de/pm/17951/gruner-jahr-eltern>

Pressemappe als RSS:

[http://presseportal.de/rss/pm\\_17951.rss2](http://presseportal.de/rss/pm_17951.rss2)