

## [Transcript] Input / Schreibaby: «Für mich war es ein Überlebenskampf»

Es ist ein Brüllen, ein Kreischen, das geht durch Mark und Bein und hört nicht auf und wird immer schlimmer.

Es gibt schon 4-5 Stunden von einem Brüllen, und man hätte ihn auch nicht beruhigen können.

Man liebt dieses Wesen über alles, aber eigentlich ist es der totale Terror.

Anja, Ramona und Sarah sind Mütter der sogenannten Schrei-Babys, Babys, die stundenlang rennen.

Nein, eigentlich rennen sie nicht, sie mögen, sie begen.

Die Mütter geben eben alles, dass das Kinder ruft, selbst schlafen, nicht wirklich.

Soziale Kontakte, nicht wirklich.

Die Zeit als Schrei-Bibymutter ist eine sehr einsame Zeit.

Die Mütter stossen mit ihrer Verzweiflung, mit ihren Ängsten und Sorgen, häufig auf Unverständnis.

Bei Ärzten sind auch Ärzte, die im engen Umfeld.

Nicht zuletzt, weil das Familienbild einfach noch immer schon parialisiert wird.

Man hat ein Baby, das grösste Glück der Welt.

Jetzt bist du gefälligst glücklich und dankbar.

Man will es nicht hören, wenn Mütter unglücklich sind, zu kämpfen haben.

Hier in diesem Podcast gibt ich diesen Frauen ein Stimm.

Ich lasse ihnen zu, um zu erfahren, wie man ihnen helfen kann.

Weil es gibt viel, viel mehr von ihnen, als man eigentlich meint.

Ich bin Marielle Kreis.

Ich habe in der Koche der Ramona im Berner Simmetall.

Tilly hängt tief, wie es ist in so alten Bauernhäusern.

Und auf dem Schoss der Ramona hockt der Tim.

Wenn ich ihn jetzt so anschau,

dann habe ich mich einfach in ganzem herzigen, lieben, ruhigen Boot noch keine Mucs gemacht.

Er lächelt ab und zu.

Genau wie jetzt.

Wie häufig ist das der Fall?

Jetzt ist er acht Monate.

Das ist eigentlich das erste halbe Jahr, wo er praktisch noch mal brüllen konnte.

Er konnte schon vier, fünf Stunden brüllen.

Und man konnte ihn nicht beruhigen.

Nicht mehr mit nichts,

wenn er mit Brust noch mit umgetragen, noch mit Nähe, noch mit irgendetwas.

Einfach ein Luthaus geschrohen.

Genau.

Das ist das Männchen, wenn man sich mit ihm gelaufen kann.

Oder das wärmgeblichste für dich.

Ramona schnürt sich die Beine um die Hüfte.

Und erzählt mir dabei fast Beiläufig,

dass der Tim manchmal so fest und so lange gemögelt hat,

dass er ihn erbrechen musste.

Und?

Ja, er war schon unmerkbar.

Er war schon unmerkbar?

**[Transcript] Input / Schreibaby: «Für mich war es ein Überlebenskampf»**

Ja, mit ihm.  
Hier ist er ab und zu.  
Er war sechs, sieben Wochen oder so.  
Ja, was wollte ich?  
Ich musste in die Sitze, in die Maxi gekommen sein.  
Für mit dem Auto zu fahren?  
Ja, um ihn zu fahren.  
Und unterwegs nahm ich mich an.  
Er nahm mich aus, er ist einfach...  
Er nahm mich an, wo er so gebacken hat.  
Und er war einfach weg.  
Und er nahm ihn so.  
Also, mächtig? Ja.  
Und er hat uns gesteckt.  
Ja, langsamer.  
Dann kam er wieder zu Hause.  
Er bräuchte wieder.  
Ja, er bräuchte sich einfach weg.  
Der reagiert.  
Das macht noch angst, oder?  
Ja.  
So, jetzt ist er am Rücken ab.  
Und dann soll meine Jacke anlegen.  
Ja, gut.  
Und wir gehen zwar in Stahl.  
Wir gehen in Stahl, ja.  
Ramona schrieb uns ein paar Wochen's Mail vom Team von Input.  
Sie schrieb, sie habe ein Schrei-Baby  
und merke, dass viele Leute überhaupt keine Ahnung davon haben.  
Sie möchte zeigen, dass es ein Baby gibt,  
das sich nicht einfach in den Kinderwagen legen soll.  
Und ich glaube hier, dass es Eltern gar nicht weizugehen,  
dass sie das Kind so viel mögen.  
Ich kann mir das schon noch vorstellen,  
heute in unserer Zeit,  
dass es viele Leute auch darum geht, die gut wollen.  
Irgendwo müssen sie sich ja verstecken.  
Die viele Schrei-Babys, die es so geben soll.  
Eine deutsche Studie  
spricht von jedem Sechsten Neugeborenen.  
Mittlerweile stehen wir im Stahl.  
18 Jahre hat Ramona auch ihren Mann hier auf dem Hof.  
Ah, da gibt es schon ein kleines Kälber.  
Und ist das so ein Ort,

das es mit dem Team eigentlich gut geht?  
Ja, es geht viel besser.  
Er hat viel mehr interessante Sachen.  
Da ist er abgelenkt.  
Wenn ich in die Wohnung bin, ist er viel mehr...  
Das hätte er nicht gerne einfach.  
Wenn er rausgeht mit dem Hungalofen, ist er viel angenehm.  
Ich habe beobachten.  
Ich habe das Gefühl, ja.  
Direkt nach der Geburt hat Tim noch nicht so viel geändert,  
angefangen jetzt etwa vier Tage nach der Geburt,  
dass er über Stunden gemögen hat,  
etwa vier, fünf Stunden am Stück.  
Und er, wie der Mann,  
der so eine Sache ist, kann man fast nicht beruhigen.  
Ramona greift ihre Jacke testen und nimmt das Handy für ihn.  
Sie zeigt mir ein Video.  
Der kleine Körper vom Tim steht unter starker Strom.  
Das Gesicht ist hochrot.  
Im Sekundentakt streckt er den Darm  
und bein unkoordiniert.  
Sie ist so in der Zelle.  
Er schnaufe die Kuh.  
Ramona hat gedacht, es sei eine Bauchrämpfe.  
Die Bauchrämpfe, die ganz viele Neugeborene haben,  
in den ersten drei Monaten.  
Sie ging mit Tim zum Kinderarzt.  
Er hat nichts gefunden.  
Dann ging sie zur Kinderspital nach Bern.  
Medizinisch gibt es keine Gründe,  
warum Tim so viel geändert hat.  
Ramona hat mit Homöopathie probiert,  
mit Osteopathie,  
mit Kranusakraltherapie,  
mit Bauchmassagen nichts geholfen.  
Besonders streng war es auf Abend in der Nacht.  
Und sie schlafen.  
Er hat fünf Tage gesehen.  
Er hat nicht einmal eine halbe Stunde geschlafen.  
Dann hat er 20 Minuten geschlafen.  
Er war wieder in der Rumpelsorge.  
Dann hat er wieder in den Augen gekriegt.  
Dann hat er wieder geschlafen.  
Dann hat er vielleicht wieder einen Moment geschlafen.

**[Transcript] Input / Schreibaby: «Für mich war es ein Überlebenskampf»**

Aber länger wieder eine halbe Stunde.  
Er macht es noch praktisch nicht.  
Es gibt jetzt schon besser.  
Aber er ist mit 7-8 Monaten.  
Dass er es 2-3 Std. am Stuttgart nachhaken kann.  
Du blonderst dir gerne.  
Bap, bap, bap, bap.  
Die Stimmung ist wieder besser.  
10-15 Mal stand Ramona in der Hochzeit  
von Tim in der Nacht auf.  
Sie hat etwas umgedreht.  
Eingeschlafen ist Tim meistens auf dem Körper  
von Mamma oder dem Papa.  
Allein im Bett und denkbar.  
Ramona arbeitet wie viele andere Männer in der Hochzeit.  
Im Moment ist sie auf den Frauenpflege,  
bei den Kühen und der Umgebung.  
Durch den Tag ist Ramona also viel allein.  
Also ein halbes Jahr habe ich fast nichts gemacht.  
Ich konnte manchmal kochen oder irgendetwas.  
Aber es ist...  
Man lernt einfach 24 Std.  
Er wollte, er brauchte.  
Jetzt habe ich ihn wieder am Rücken nach einem halben Jahr.  
Ich habe ihn schon wieder im Stall.  
Ich kann eigentlich viel machen.  
Simi!  
Ihres Mami, der im Nachbarn-Dorf wohnt,  
hat immer wieder angeboten, den Tim für ein paar Stunden zu übernehmen,  
dass Ramona die Pause machen kann.  
Aber, sagt Ramona heute, sie hat gespürt.  
Das war alles, wenn man jemandem gab.  
Noch eine Stunde oder so war er am Abend ein Riesen-Tantam.  
Er war überfordert mit der Situation.  
Das ist schon etwas anderes, etwas Neues.  
Das ist der gleiche Gefühl.  
Ich habe zu viel aufgenommen, wenn er das eigentlich hätte können.  
Verarbeitet auch so selber.  
Ein Bb-Grenn gehört dazu.  
Das ist klar.  
Es ist seine Art, zu kommunizieren.  
Ich habe Hunger, mir tut etwas weh, ich brauche Nähe, ich bin müde.  
Es gibt Bb, die weniger grennen.  
Es gibt Bb, die mehr grennen.

## [Transcript] Input / Schreibaby: «Für mich war es ein Überlebenskampf»

Es gibt eine Sättige, die sehr viel grenchen.  
Wenn aber ein Bb, die viel grenchen, ein sog. Schrei-Baby.  
Ich treffe im Internet ganz häufig auf folgende Definition.  
Ein Bb gilt dann, als Schrei-Kind,  
wenn es mindestens drei Stunden am Tag,  
drei Tage pro Woche, über drei Wochen, möglich ist.  
Die drei Regeln, wie man auch sagt,  
sind mittlerweile aber überhaupt, sagt Susanna Fischer.  
Susanna Fischer ist Familie-Therapeutin  
und spezialisiert auf Kinder, die Mühe haben, sich zu beruhigen.  
Sie sagt, es geht nicht darum, wie viele Stunden ein Bb-Grenn hat,  
für das es auch Schrei-Baby gilt,  
sondern wie gross der Leidensdruck für die Eltern ist.  
Schlussendlich, glaube ich, ist es die ganz eigene,  
persönliche, subjektive Wahrnehmung,  
was Eltern für ein Gefühl haben von ihrem Kind,  
ob das sehr anspruchsvoll ist  
und unglaublich viel Aufmerksamkeit braucht  
oder ob für sie das Wahrnehmung und der Empfindung her  
noch nicht eigenes Stress auslöst.  
Und das ist für mich schlussendlich die Frage.  
Zwischen 10 und 25 Prozent von allen Neugeborenen  
sind Schrei-Babys. Je nachdem, welche Studie man liest,  
welche Definition er braucht, wie und in welchem Land,  
das ist durchgeführt worden.  
Das ist eine grosse Bandbreite.  
Was schätzt Susanna Fischer?  
Ich würde sagen, es sind wahrscheinlich 10, 15 Prozent  
derjenigen, die zum Kinderarzt, die in einem Fachstellen gehen,  
aber es ist eine immense Grauzone,  
die nicht aufdeckt wird,  
weil man es gar nicht realisiert.  
Wo man möchte, ist es normal?  
Wenn man davon ausgeht, ist es normal.  
Das muss man aushalten.  
Ich hatte einen unglaublich wichtigen Job.  
Ich war sehr belastbar.  
Es kann ja nicht sein,  
dass ich die Kinder mit einem Kind alleine nicht im Griff habe.  
Also haltet man das aus  
und stammt das durch.  
Susanna Fischer braucht den Begriff Schrei-Baby nur ungern.  
Viel lieber hat sie von Kind mit Regulationsschwierigkeiten.  
Ein anderer Begriff, den ich bei meinen Röschern häufig antriffe,

ist 24 Stunden Baby.  
Oder auch High-Need-Baby.  
Der Begriff High-Need-Baby prägt,  
hat US-amerikanische Kinderarzt William Sears  
und seine Frau Martha Sears.  
Die Kinder haben die beiden zusammen gross gezogen,  
darunter auch High-Need-Baby.  
Sie reden ihren Buch also aus Erfahrung.  
Der Fussi Babybook heisst das Buch übrigens.  
Aber die deutsche Version ist für den Griff.  
Es gibt aktuell nur die englische Version.  
Und irgendwie ist das schon obzweichend  
für die ganze Situation der betroffenen Eltern.  
Genau wie es auch Kumpfforschung gibt.  
Die geschweigen den aktuellen Untersuchungen.  
Auch High-Need-Baby ist besonders ausgeprägt.  
Sie ist intensiv und hyperaktiv.  
Sie verlangt häufig nach Mahlzeit, erwacht viel.  
Sie ist unbefriedigend und vorhersehbar, hoch und findsam.  
Sie lässt sich nicht ablegen.  
Sie kann sich nicht selber beruhigen.  
Sie reagiert in Trennungs-Situationen sehr sensibel.  
Darum brauchen die Babys, wie der Name schon sagt,  
viel Aufmerksamkeit.  
Was das Buch auch gelesen hat, sind die 12 Punkte.  
So ein Erlebnis.  
Er erzählt es in der Küche, die wir mittlerweile wieder sitzen.  
Tim freut ihn auf dem Schoß.  
Darum habe ich es für mich gesehen.  
Es ist ein High-Need-Baby.  
Es ist nicht ein Krankheit oder etwas.  
Es beschreibt sich einfach, wie sie sind.  
Das Buch hat ihr auch gezeigt, ich bin in der Nähe.  
Das ist einfach das einzige Kind auf der Welt,  
und ich denke, ich bin in der Nähe.  
Weil niemand den Regionen sätig sieht.  
Ramona, die nicht der Frau ist,  
von vielen Worten und gar nicht von den Emotionen,  
wie sie immer wieder sagt,  
tut in diesem Moment ihr Herzerspalt auf.  
Das Schlimmste war für mich, dass ich niemanden hatte,  
der das verstanden hat, das er gelobt hat.  
Zuerst hat man es auch nicht gelobt.  
Man hat gesagt, das musst du mögen, das musst du mögen.

Und mein Vater hat gesagt, das ist verwöhnt,  
du musst auch nicht gehen.  
Das einzige Kind war die Mutter, wo man es gelobt hat.  
Das ist einfach das einzige Kind auf der Welt,  
das so ist.  
Weil niemand den Regionen sätig sieht.  
Aber ich habe jemanden gesucht,  
den ich darüber retten kann,  
der das so erlebt hat.  
Das ist so etwas zu finden.  
Jetzt habe ich schon nach acht Monaten die Mütterung gefunden.  
Nach langem Suche.  
Ramona hat die Mütter im Chat gefunden.  
Im WhatsApp-Chat von schreibabyhilfe.ch.  
Dort hat sie sich das erste Mal richtig verstanden gefühlt.  
Vor allem gemerkt, ich bin in der Leihe.  
Ramona nimmt das Smartphone vor und zeigt mir,  
wie sie die Frau in diesem Chat bricht.  
Wir schleudern das Samu-Becky von Traurigkeit,  
was die Frau in diesem Chat gebraucht hat.  
Und wenn Ramona die Kühe füttert,  
machen sie nicht mehr langsam wieder auf.  
Zum Bahnhof Maldimi bei der Verantwortlichen  
von diesem Chat, schreibabyhilfe.ch.  
Es ist ein Verein für Betroffene,  
mit Interviews und Artikel.  
Mit Link, Subuch, Hips, Telefonnummern.  
Ich frage Sandra Gaur vom Vorstand,  
ob die eine oder andere Sprachnachricht  
aus diesem Chat dürfte brauchen für meine Sendung.  
Sie sagt mir, der offizielle Chat soll privat bleiben,  
aber sie können mir einen neuen Chat auf tun.  
Und ein Tag später sind da tatsächlich 10 Frauen,  
über 10 Frauen, die mir wie eine Sprachnachricht erzählen,  
wie es nicht geht oder wie es nicht ging.  
Die eine oder andere, die jetzt schon hinter sich.  
Ich bin Pädagogin und habe eine Kita geleitet.  
Ich dachte eigentlich, ich bin gut gewappnet  
für mein eigenes Kind.  
Aber auf alles, was dann kam, war ich nicht vorbereitet.  
Auf diese unglaubliche Erschöpfung,  
diese unglaubliche Ohnmacht und Hilflosigkeit,  
ihr nicht helfen zu können.  
Diese verzweifelte Suche nach dem Warum

und wie man ihr helfen kann,  
das hat mich wirklich verrückt gemacht.  
Ich bin eigentlich nur noch ein Schatten von mir selber.  
Ich muss mich zusammenreißen,  
dass ich nicht in Tränen ausbreche vor den Menschen.  
Ich habe das Gefühl, man darf nur sagen,  
das erste Jahr war klar, es ist anstrengend.  
Das weiß man, aber es ist so eine schöne Zeit.  
Jetzt gehen sie so schnell groß.  
Ich habe eigentlich immer nur gehofft,  
bitte wach einfach, bitte wird schneller groß.  
Ich kann nicht mehr.  
Man schämt sich auch irgendwie den Namen.  
Ich habe die Nachbarn gehört, dass das Kind  
seit ein paar Stunden schreit.  
Wir haben das Kind nicht im Griff.  
Man weiss doch auch nicht, dass wir mit dem Kind machen.  
Es ist auch eine gewisse Scham dabei.  
Das hindert dann irgendwie etwas zu trinken.  
Man muss dann schauen,  
man kann das Kind nicht beruhigen.  
Ich bin eigentlich ein sehr kommunikativer und extrovertierter Mensch.  
Ich habe eigentlich einen großen Freundeskreis.  
Seit Stefan's Geburt merkt man,  
dass ganz viele Freundschaften das nicht überstanden haben,  
weil sie mit der Situation nicht umgehen konnten  
oder weil sie kritisiert haben  
und mich damit so tief verletzt haben,  
dass ich eigentlich den Kontakt nicht mehr möchte.  
Ja, es ist wirklich nicht schwer gewesen.  
Das Umfeld hat absolut null Verständnis.  
Null.  
Das heisst, immer überall legt sie doch einmal an.  
Wieso leist sie denn nicht an?  
Du machst dir nichts,  
wenn du immer so umwebst.  
Du ruinierst dir deine Gelenk.  
Wieso webst du eigentlich so fest?  
Ich meine, wie kann sie denn nur  
bei den ganzen Geschalken überhaupt schlafen?  
Sie kommt sicher einen Hirnschaden über.  
Tu dich doch einmal etwas beruhigen.  
Nimm dir mal etwas Stress aus.  
Geh an dich vielleicht mal massieren lassen.



**[Transcript] Input / Schreibaby: «Für mich war es ein Überlebenskampf»**

Wenn du entspannt bist,  
dann ist auch dein Baby entspannt.  
Immer ist die Mutter die Schuld.  
Weil die Mutter nämlich so gestresst ist.  
Dann kann ja das Baby gar nicht anders als selber umgebrüllen.  
Ladina, alle Kinder brüllen einmal.  
Du, so sind alle Kinder einmal.  
Weisst du?  
Ich glaube, die meisten Leute vergleichen sich selber.  
Ich dachte, ich habe das auch geschafft.  
Darum verstehen die Leute einfach wirklich nicht,  
wie sie einschämen,  
ob es ein Heineid-Baby hat oder ein Schrei-Baby.  
Ich verstehe es nicht und habe absolut keine Verständnis.  
Das hat mich völlig fertig gemacht.  
Die Situation von diesen Frauen ist an sich schon schwierig.  
In diesem Fall macht sie noch viel schwieriger.  
Dabei wäre es gar nicht so schwierig,  
diese Situation etwas einfacher zu machen,  
um die Frau im Chat zu erzählen.  
Essen, Vorhochen, putzen,  
die Kinder kurz abnehmen,  
spazieren, einkaufen, zulassen,  
vorbeikommen, dass man nicht vereinsamt  
und nicht verurteilen kann.  
Sie hat sich nicht gewagt,  
für diese Sachen zu fragen, schreibt Eimut.  
Darum wäre es schön,  
wenn es umfällt, aktiv von sich aus anbietet.  
Irgendwann war es bei mir so,  
dass ich keine Freude mehr empfunden habe.  
Ich konnte das Gute nicht mehr haben.  
Ich war sehr müde.  
Ich war auch kein Wunder.  
Ich war sehr antriebslos,  
an viel anfangen zu brüllen.  
Ich war sehr traurig.  
Und das ist auch etwas,  
das wirb nicht mehr als Mutter sind.  
Die Kinder zeigen,  
dass man nicht der traurige Mutter sein kann.  
Man arbeitet im Schichtdienst.  
Und wenn ich abends zu Hause war und er geschrien habe,  
musste ich mir Notfallnummern raussuchen

von Freunden, die schnell hätten da sein können.  
Weil ich mir immer gedacht habe,  
wer schüttelt denn bitte sein Kind,  
wenn man sowas hört?  
Wie blöd ist das denn?  
Wer würde sowas denn machen?  
Und wenn man in dieser Situation ist,  
dann muss man sich so, so schlimm zusammenreißen,  
weil der Körper irgendwie dieses Schreien am Kopf,  
das legt einen Schalter um,  
wo man sich wahnsinnig an seine Grenzen kommt  
und man sich wahnsinnig disziplinieren muss  
und man wirklich aufpassen muss,  
dass nichts passiert.  
Was ich noch vergessen habe, zu erwähnen,  
ist, dass ich am Anfang sehr müde hatte mit seiner Nähe.  
Ich konnte ihn nicht wirklich gerne haben,  
weil er so geschrien hat.  
Und er hat dann auch schlecht zu gewissen gehabt,  
weil das Mami hat mir sein Kind ja gerne geguckt.  
Bis mir meine Ja-Sie,  
die die emotionale Ersthilfe gemacht hat,  
gesagt hat,  
dass man ein Gefühl nur in der Ruhe entwickeln kann.  
Wenn er so rumschreit, kann ich das gar nicht.  
Das hat mich dann auch etwas beruhigt.  
Es hat es besser gemacht.  
Die emotionelle erste Hilfe,  
ist eine Krisenbegleitung  
für während der Schwangerschaft,  
die nach der Geburt unter [emotionelle-erste-hilfe.org](http://emotionelle-erste-hilfe.org)  
gibt es Therapeutenlisten über die Schweiz.  
Weitere Anlaufstellen für Eltern mit Schrei-Baby-Sprächs-Stunden  
können sie in der Schweiz anbieten,  
oder in der sogenannten Schrei-Ambulanz.  
Die Mütter und die Fötusberatung,  
die sie in jedem Kanton gibt,  
ist gratis.  
Es gibt auch Entlastungsdienste,  
z.B. auch vom Roten Kreuz.  
Da kann der Kinderbetreuung helfen.  
Die meisten Frauen aus dem Chat  
haben viel von den Stellen kontaktiert.  
Nicht nur gute Erfahrungen gemacht.

## [Transcript] Input / Schreibaby: «Für mich war es ein Überlebenskampf»

Der Entlastungsdienst vom Roten Kreuz  
ist ausgebucht.  
Die Mütter und die Fetterberatungen  
melden sich mit Tipps.  
Es ist besonders häufig,  
und es finde ich besonders traurig,  
dass es ein folgendes Gefahr gibt.  
Das haben nicht einmal den Kinderarzt geholfen.  
Ärzte nehmen einen nicht ernst.  
Die gehen so hin und sagen,  
es ist das erste Kind, und dann bist du die Helikopter-Mama.  
Aber das ist nicht ein...  
Die Frau hat wirklich ein gravierendes Problem,  
weil ihr Kind bis zu zehn Stunden am Tag schreit.  
Oder die Frau hat mittlerweile schon kaputte Schulter,  
kaputte Achilleszehen, kaputte Knie,  
was sie ständig nur widmen muss  
und die ganze Zeit acht Kilo durch die Gegend trägt.  
Die Frage der Schuld  
ploppt in diesem Chat immer wieder auf.  
Ist es wegen dem Stress in der Schwangerschaft?  
Ist es der geplanten Käseschnitt?  
Ist es die unentspannte, überforderte Mutter?  
Sie fragen von aussen,  
aber es ist eine Frage,  
die sich jede Mutter immer und immer wieder selber stellt.  
Sie macht sich zum Televorwürfe.  
Beim Thema Schuld,  
werden die Frau im Chat sehr emotional.  
Niemand schult an Schrei-Baby,  
auch nicht Kind, auch nicht Geburt,  
auch nicht Stress,  
auch nicht vorgeschickt von der Familie,  
auch nicht irgendwelchen Gugus.  
Es ist egal, ob es 5. oder 1. oder 10. Kind ist,  
es ist absolut egal.  
Ja, und das ist niemandem Schuld.  
Es ist einfach so, fertig.  
Es ist gar niemandem Schuld  
und das legt mir wirklich sehr am Herzen.  
Die Eltern,  
die bei mir in der Beratung sind,  
sagen, dass ich ihnen unbedingt helfen will,  
im Sinne von ihnen

einfach auch aufzuzeigen,  
dass sie nichts falsch machen  
und dass sie nicht schuld sind.  
Niemand ist schuld,  
sagt zu Susanna Fischer,  
sie ist Familie Therapeutin  
und leidet Familie Praxis,  
Staduhof in Zürich.  
Die Frauen, die machen nichts falsch.  
Im Gegenteil, sie sieht,  
die machen alles, was sie können,  
genau wie Peter.  
Wenn jemand schuld ist,  
warum rennen sie so viel?  
Das Kind fängt so schnell an  
von Brüllen,  
weil die Situation jetzt  
auf der Welt so anders ist  
und so schnell  
seine innere Sicherheit verliert.  
Ob das jetzt ist, wie man es schnell ableitet,  
ob das vielleicht ist,  
weil es irgendwo laut ist,  
aber wie es tausende andere Gründe gibt,  
die bei diesem Kind in dieser Situation  
jetzt noch Stress auslösen.  
Die Umstellung  
von im Bauch aus dem Bauch in die Welt  
ist riesig.  
Man muss sich das mal wieder vor Augen halten.  
Monate lang in der Dunkelheit,  
dämpfte Geräusche,  
mal die Haute von allen Seiten,  
von hinten, von vorne, von oben,  
von unten und er plötzlich  
hau, laut, hektisch.  
Das ist für alle Nögenborene  
eine grosse Umstellung,  
aber warum kann es enden,  
damit umgehen als anders?  
Es gibt Kinder, die von ihrer Disposition  
weniger schnell  
im Stress sind, wenn etwas nicht so gut ist.  
Hier sind die Kinder

sehr unterschiedlich.

Ich stresse mich schon,

Und da glaube ich schon, das ist auch der Anteil der Eltern.

Gar nichts dafür.

Im Moment ist das Kind in so und so vielen Situationen überfordert.

Viele Kinder mit Regulationsschwierigkeiten, wie Susanna Fischer, die Schrei-Babys nennt, strömen nach Hause.

Sie orientiert nach Hause.

Das sei ein paar Seers, die ein Buch über die Kinder geschrieben hat.

Heine, die Babys empfinden sehr intensiv und bringen ihre Gefühle, die sehr intensiv zum Ausdruck.

Sie sind hyperaktiv, die Muskeln und die Hirnen sind immer unruhig.

Das Problem ist, so Kinder finden den Weg zurück zu sich nicht mehr.

Oder nicht so gut alleine.

Der Weg zurück in die Ruhe.

Und da kann die Eltern helfen.

Die erste Prävention ist immer wieder anhalten,

Poeschen machen, um die Kinder etwas anzubilden,

um in die Hand und in die Mühle, dass sie sich nicht über das visuelle nicht nach Hause verliert, sondern über das, was sie spürt und hat, wieder zu sich kommen.

Halt ist unheimlich wichtig für Kinder mit Regulationsschwierigkeiten.

Halten sie vom Körper her, zusammenbündeln zu werden, eingemummelt zu sein.

Das hilft einen kleinen Menschen, sagt Susanna Fischer, und erklärt, wie konkret es aussehen könnte.

Es gibt auch die Möglichkeit,

dass ein Kind mit dem Stelköscher in ein Nestchen leiden,

so dass das Kind nicht einfach gerade liegt,

sondern dass es immer von oben, von unten, von links,

vielleicht etwas spürt,

und dass es in eine runde Körperposition reinkommt.

Gerade indem man z.B. die Hände, die Ärmel wieder an den Körper

mit der eigenen Hand etwas Gewicht auf die Hand auferlegt,

dass das Kind wieder zusammenbündelt wird.

Und dann einfach etwas so bleiben und vielleicht im Blickkontakt mit dem Kind in die Ruhe und in die Langsamkeit.

Da gibt es, glaube ich, schon sehr viele Händlinge,

die man den Eltern auch mit heigen kann,

dass sie wie auch wissen, ich kann einem Kind präventiv helfen,

sich länger, sicher und stabil zu fühlen.

Haltung ist das eine, das andere ist Regelmäßigkeit und Rhythmus.

Dass sich ein Kind hilft, eine Orientierung zu finden,

in dem ich die gebe, in dem man sich weiss,

jetzt habe ich dich vor 1,5 Stunden gestillt.  
Nein, ich glaube, das kann jetzt nicht Hunger sein.  
Und ich probiere etwas anderes aus.  
Also das sind zumindest, wie ich sage, jetzt fange ich an,  
sicherlich 2 Stunden Abstand.  
Dass ich auch vielleicht mehr bei einem 12-Wachigen Kind sage,  
ich glaube nach so 1,5 Stunden magst du nicht mehr  
und ich probiere dir helfen, dass du einschlafen kannst.  
Also dass man so ein wenig anfängt,  
einem Kind ein Rhythmus zu geben.  
Regelmäßigkeit, Rhythmus zu halten.  
Prävention ist es an und oben bei einem Heineid-Baby,  
sagt Susanna Fischer.  
Weil wenn ein Schrei-Baby mal drin ist,  
in der Schrei-Krise, wenn es möglich ist,  
wie im Spieß, wenn es sich überstreckt,  
alles, was sich weggestreckt, wie der zusammenzieht,  
die Kopf hinten runter.  
Dann kann man eigentlich nur noch ruhig bleiben,  
halt geben und abwarten, dass es vorbei geht.  
Im Sinne von, in so einem Moment,  
wenn man es aushalten kann, das Kind in den Leiden zu lassen  
und dann wirklich ganz fest selbst versorgt,  
was ich jetzt mit mir machen kann, wenn das so ist.  
Und das ist meistens aufmerksam.  
Keine Zu-Sicht nehmen, länger ausatmen, als einatmen,  
sich bödeln und probieren so ruhig wie möglich zu bleiben,  
das auszuhalten.  
Für die Familientherapeutin Susanna Fischer  
ist das eine wichtige Frage.  
Mindestens genauso wichtig, wenn ich sogar wichtiger  
als die Frage, was man für das Kind machen kann.  
Was kann ich mit mir machen?  
Wie kann ich mir als Mutter oder Vater  
von einem Schrei-Baby schauen?  
Also, ich glaube, etwas vom Wichtigsten,  
Pause vom Baby machen.  
Weil ja, das haltet man fast nicht aus.  
Das Problem jetzt konkret bei Ramona ist,  
dass sie das sehr wohl gemacht hat  
und die Mutter gesagt hat,  
geben wir das Kind.  
Aber Ramona musste dafür püsen,  
was der Team zurückkam.

**[Transcript] Input / Schreibaby: «Für mich war es ein Überlebenskampf»**

Es war viel schlimmer.  
Ja, es gibt halt viele Kinder,  
die auf eine neue Situation lösen,  
schon wieder viel Stress aus.  
Alles, was neu ist, alles, was anders ist,  
was unbekannt ist,  
ist nicht unbedingt das, was Sicherheit auslöst.  
Darum kann ich mir das gut vorstellen.  
Und gleichzeitig finde ich es trotzdem total wichtig,  
auch wenn man weiss,  
er kommt zurück und er ist ein wenig  
kwingeliger oder schreiger  
oder noch überträter als vorher.  
Und trotzdem finde ich es wichtig,  
als Mutter, dass ich immer weiss,  
wann meine nächste Pause ist.  
Das ist das Licht im Tunnelin  
und das muss man sehen  
und das muss man sich gönnen.  
Das muss eine Kraft sein.  
Susanna Fischer beobachtete das Eltern  
von einem sehr anspruchsvollen Baby  
irgendwie in Art konkurrenzieren.  
Und ich habe mir in Ansicht,  
wer der Schöpfer ist.  
Ich glaube, man muss miteinander  
irgendwo abmachen können.  
Wenn ich sage, jetzt kann ich nicht mehr,  
dass ich das von Partner ernst meine  
und wirklich auch so,  
wie es dann wirklich so ist,  
und dass ich dann übernehme.  
Dass man miteinander so etwas abkommt,  
dass das wie ein Code war.  
Ja, genau.  
Jetzt musst du quasi,  
dass aktiviert in den Eltern,  
so wie sie mir sagen,  
eigentlich meistens, okay, jetzt.  
Und dann geht das,  
weil man weiss, jetzt kann der Andere nicht mehr zu übernehmen.  
Und so,  
wie ich es für jede einzelne wichtig finde,  
finde ich es auch wichtig,

dass man ab und zu  
miteinander, ob das jetzt nur  
vielleicht eine Stunde ins Museum  
oder eine Stunde im Café trinken  
und eine Zeitung lesen kann,  
außerhalb dieser Räumlichkeiten  
ist, weil häufig ist in dieser Wohnung  
so, dass einem Decke auf den Kopf geht  
und dass man auch schon sehr konfliktrechtig  
miteinander kommuniziert,  
dass man sich nicht mehr richtig  
zulässt, weil man nicht mehr aus dem rauskommt.  
Und wenn das Kind nicht da ist?  
Ja, auch wenn es nicht da ist,  
wenn man miteinander  
ins Restaurant oder zum Appen oder irgendetwas geht,  
man lässt sich anders zu,  
man hat ein anderes  
Gesprächsverhalten,  
man hat ein anderes Konfliktverhalten.  
Also man ist in einer anderen Form,  
man sieht sich aus,  
dass man sich wieder sieht,  
sonst ist man in der Situation  
drin und verliert den Überblick.  
Und raus geht, hilft die Stanz,  
hilft, aus einer anderen Perspektive  
die Situation anzuschauen.  
Susanna Fischer spricht an Sachen,  
die eigentlich für alle Eltern gilt,  
aber für Eltern mit einem  
Heineid-Baby ganz besonders wichtig war.  
Ich tauche noch das letzte Mal  
in den Kosmos der Mütter.  
Vorher müssen wir noch schnell über die Väter reden.  
Ich frage mich auch,  
wie die Familie Praxis  
Staduhof verleitet.  
Die Väter wollen helfen,  
wenn sie sich bemühen.  
Aber sehr häufig erlebe ich,  
dass zwischen den Müttern und den Kindern  
eine extreme Verbundheit ist,  
vielleicht das falsche,



aber unglaublich viel Energie  
von den Müttern,  
dass sie alles machen wollen,  
das Beste,  
sich etwas einsteigen  
und für die Väter,  
und dann ist es häufig so,  
dass die Väter zu Hause kommen  
und einen ganzen Tag haben,  
wo sie den ganzen Gedanken fertig denken können,  
wo sie nicht in diesem Inneren waren.  
Von aussen zu Hause kommen  
und manchmal ist das Baby  
dann das erste Mal ruhig, oder?  
Weil es ein Unterschied ist,  
ob ich schon den ganzen Tag mit einem Baby  
zusammengekommen bin oder nicht.  
Und häufig entsteht  
da recht eine schwierige  
Konkurrenzsituation auch.  
Es gibt aber auch Väter,  
die vollkommen überfordert sind  
mit dem brüllenden Baby  
und entständig sagen,  
das Kind hat Hunger.  
Mit dem Kind stimmt etwas nicht,  
man muss zum Arzt.  
Also sehr behütet sind,  
aber wirklich übergeschieden.  
Jetzt muss man das machen,  
noch viel weniger  
können mit Emotionen umgehen.  
Vielleicht schon mit den Emotionen  
die ihre Frau nicht umgehen können.  
Und dann vom Baby erst recht auch nicht.  
Ich finde,  
so ein bisschen  
den Mittelweg zu finden,  
sich engagieren, bemühen,  
mittragen,  
aber nicht gerade einfach übernehmen,  
ist gar nicht einfach  
für die Väter, finde ich auch.  
Es ist also ein Schmalengrad für die Väter,

das sind die Familienberateren Susanna Fischer.  
Jedes Paar muss herausfinden,  
was für sie passt, was hilft.  
Das heisst, darüber reden  
und v.a. zusammenhalten.  
Sich anschauen, als Eltern  
von diesem Kind, wir miteinander,  
wie wir hier eine Lösung finden können,  
sich viel mehr austauschen,  
was es geht, was hilft mir.  
Also viel mehr, ein Team sein.  
Ein Team sein,  
eine Ausnahmesituation.  
Ein Team bleiben, wenn ein Kind  
vier, fünf oder mehr Stunden am Stück grennt.  
Ich meine,  
ein Team sein ist schon eine harte Arbeit  
und muss ein Team bei einem Heineid-Baby sein.  
Ich tauche noch das letzte Mal  
in den Ausnahmeeekosmos von den Müttern.  
Nach allem, was ich mir bis jetzt erzählt habe,  
frage ich mich,  
wie zum Teufel haltet man das aus?  
Wie haltet man ein Kind aus,  
die vier, fünf, sechs, sieben Stunden pro Tag mögen?  
Eines,  
das man 15 Stunden umdrehen muss,  
all die schlaflosen Nächte,  
über Wochen, über Monate,  
die fehlenden sozialen Kontakte,  
das Unverständnis von aussen,  
wie haltet man das aus?  
Der Tenor im Chat ist klar,  
nicht alleine,  
man haltet es nicht alleine aus,  
sondern die Chat, wie der Schrei bei die Chat,  
das ist für die Mütter ein wichtiger Ankerpunkt.  
Man konnte einfach  
rauslassen, was einem gerade bedrückt.  
Man konnte auch  
Dampfablütern, wenn man gerade hässig war.  
Man konnte Sprache machen  
und Brüllen.  
Es sind immer gerade umgehend Antworten

**[Transcript] Input / Schreibaby: «Für mich war es ein Überlebenskampf»**

von Leuten und Frauen,  
die einfach gewusst haben,  
die sind genau in der gleichen Situation,  
die haben teilweise genau die gleichen Gefühle.  
Das hat einem irgendwie  
ein coolen Tag für Tag  
und Nacht für Nacht durchzustehen.  
Wir haben uns psychologische  
Hilfe geholt gehabt.  
Gott sei Dank, ich wollte mich schon  
in der Klinik einweisen lassen mit Kind,  
weil ich nicht mehr konnte.  
Im Prinzip war diese Kinderpsychologen  
für mich sehr wertvoll  
oder für uns Eltern.  
Weil sie uns gesagt hat,  
was wir alles richtig machen.  
Dass es nicht an uns liegt,  
dass wir wirklich schon wahnsinnig viel getan haben,  
auch im Bezug auf Schlafen.  
Man ja  
oft das Gefühl hat, man macht alles falsch.  
Ja, immer wieder auch,  
es wissen, es geht vorbei,  
es wird eindeinig besser.  
Ja, einfach wenn,  
oder man hat sich dann immer gefragt,  
ob ich besser bin,  
ob ich nach drei Monaten besser wurde,  
ob ich nach fünf,  
nach einem halben Jahr,  
bei anderen haben wir gewisse T-Scheiße,  
die sind schon  
ein Jahr  
mit einem Schrei-Baby  
und mein Schrei-Baby ist vielleicht dort erst  
zwei Monate alt.  
Wir denken, wie halte ich das nur  
ein Jahr aus,  
aber man halte es aus.  
Jedes Mami halte es  
aus.  
Die einzige Antwort ist,  
man schafft es einfach,

**[Transcript] Input / Schreibaby: «Für mich war es ein Überlebenskampf»**

weil man es muss und keine Wahl hat.  
Man schafft es,  
weil man es muss und keine Wahl hat.  
Aber wir haben es gehört.  
Auch rundherum kann ich helfen,  
dass die schwierigen Monate einfacher zu tragen sind.  
Ich muss ein bisschen.  
Es ist mit einer warmen Mahlzeit,  
mit einem Putzeinsatz,  
einem offenen Ohr,  
oder das Kind einfach mal abnehmen  
oder etwas auf dem Herd zu haben,  
wie ein Input mit SRF 3.ch.  
Ich bin die Marielle Kreis.  
Meine Kollegin Dana Kreidler  
sucht für eine Input-Sendung  
Personen, die Long Covid haben  
und in einer Partnerschaft sein.  
Sie möchte erfahren, wie sich die Krankheit  
auf die Beziehung auswirkt  
und woher es geht, damit umzugehen.  
Neue Alltag, neue Beziehungsformen  
oder eine stärkere Bindung der Long Covid.  
Wenn ihr eure Geschichte möchtet,  
meldet euch die Mail an  
[www.srf3.ch](http://www.srf3.ch).