

# Familiengesundheitspaten

2-2024



## Wenn Babys viel schreien

Manche Babys schreien besonders viel und lassen sich kaum beruhigen.  
Warum Babys schreien und was Eltern tun können.



© iStock.com / damircudic

Manche Babys schreien – je nach Temperament – laut und ausdauernd, manchmal drei oder mehr Stunden am Tag, ohne dass sich hierfür ein Grund finden lässt. Sie haben weder Hunger noch eine volle Windel und lassen sich durch kaum etwas beruhigen. Häufig treten solche „Schrei-Attacken“ am späten Nachmittag oder in den Abendstunden auf.

Diese Schrei- und Unruheepisoden sind in der Regel harmlos und meist auf die ersten drei bis sechs Lebensmonate begrenzt. Dies kann aber eine starke Belastung für die Eltern bedeuten und an deren Kräften und Nerven zehren. Vor allem unerfahrene Eltern können hierdurch stark verunsichert werden: Sie können sich das Schreien nicht erklären. Sie nehmen an, dass sie in der Pflege oder im Umgang mit dem Kind Fehler machen, oder sind enttäuscht, dass sich ihr Kind nicht von ihnen beruhigen lässt.

### MÖGLICHE URSACHEN

Die Erfahrungen zeigen, dass die Ursache für solche ausgeprägten Schrei- und Unruheepisoden im Allgemeinen nicht

bei den Eltern liegt. Vielmehr sind vielfältige Ursachen möglich und verschiedene Faktoren können zusammenspielen:

- Erfahrungsgemäß haben in vielen Fällen Babys Probleme, in den Schlaf zu finden – sie bekommen tagsüber zu wenig Schlaf, sind überreizt und durch zu viele Eindrücke überfordert.
- Manche Babys tun sich schwer damit, ihren Schlaf-Wach-Rhythmus zu finden.
- Manche Babys neigen auch zur Unruhe, haben ein schwieriges Temperament und verlangen ihren Eltern ein besonders feinfühliges Eingehen auf sie ab.
- Manchen Babys machen in den ersten drei Monaten Verdauungsprobleme zu schaffen, weil das Verdauungssystem erst noch ausreifen muss.

### Weitere Informationen:

<https://www.kindergesundheit-info.de/themen/entwicklung/0-12-monate/schreien/schrei-probleme>

Quelle: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, [www.kindergesundheit-info.de](http://www.kindergesundheit-info.de)

### UNTERSTÜTZUNG

#### (SCHREI-)BABYSPRECHSTUNDE IN DRESDEN

Die (Schrei-)Babysprechstunde bietet kostenlos vertrauliche Hilfe für Familien, um Eltern bei der Entwicklung neuer Strategien im Umgang mit ihren Kindern zu helfen.

Die (Schrei-)Babysprechstunde ist ein familienunterstützendes, freiwilliges, kostenfreies und vertrauliches Angebot der Stadt Dresden. Es basiert auf dem Konzept der Emotionellen Erste Hilfe und wird in der Bindungsförderung, der Krisen- und Entwicklungsberatung sowie in der präventiven Psychotherapie mit Eltern, Säuglingen und Kleinkindern erfolgreich eingesetzt.

Ziel ist, Sie als Eltern emotional zu unterstützen und neue Handlungsstrategien im Umgang mit Ihrem Kind gemeinsam zu entwickeln. Sanfte Körperarbeit (Polarity) mit den Babys führt zur Lösung emotionaler Blockaden und fördert die Regulation und die Belastbarkeit. Das führt bereits nach ein bis zwei Beratungen zu einer schnellen Entlastung und einer deutlichen Verbesserung der Familiensituation.

#### Kontakt:

(Schrei-) Babysprechstunde Dresden  
Ramona Blümel

Familienhebamme/Diplom-Pädagogin  
Therapeutin für Emotionelle Erste Hilfe

Telefon: 0351-4888248

E-Mail: [fruehe-gesundheitshilfen@dresden.de](mailto:fruehe-gesundheitshilfen@dresden.de)



Standort Lichtenstein

## Vorgestellt: Unsere neue Koordinatorin am Standort Lichtenstein



Anfang August hat der Standort Lichtenstein der Familiengesundheitspaten eine neue Koordinatorin bekommen. Stefanie Kühnast, welche das Projekt bisher für den Landkreis Lichtenstein geleitet hat, hat neue berufliche Wege eingeschlagen und die Projektkoordination an Annegret Boden weitergegeben:

*Herzlich willkommen bei den Familiengesundheitspaten, können Sie sich kurz vorstellen?*

Mein Name ist Annegret Boden. Seit August 2024 verstärke ich das Team beim Lebenshaus e.V. in Lichtenstein. Nach meinem Studium der „Interdisziplinären Frühförderung“ habe ich einige Jahre in einer Frühförderstelle im Bereich der Heilpädagogik gearbeitet und Kinder mit besonderem Förderbedarf betreut. Während der Elternzeit begann ich, mich ehrenamtlich im Patenprojekt einzubringen. Ich bin 35 Jahre alt, verheiratet, habe drei Jungs im Alter von drei bis neun Jahren und lebe mit meiner Familie in Glauchau.

*Die Arbeit mit Ehrenamtlichen ist abwechslungsreich und spannend, auf was freuen Sie sich am meisten?*

Ich freue mich darauf, sehr viele unterschiedliche Menschen kennen zu lernen. Die unterschiedlichen Motivationen und das hohe Engagement der Patinnen und Paten ermutigen mich auch in der Projektkoordination. Ich möchte sie, gemeinsam mit meiner Kollegin, in ihrer Verantwortung stärken und begleiten. Eine besondere Herausforderung ist die Gewinnung neuer Ehrenamtlicher als Patinnen und Paten.

*Die Familien, die am Projekt teilnehmen, sind oft in herausfordernden Situationen, was ist für Sie persönlich das Besondere an der Unterstützung durch Ehrenamtliche?*

Die Zusammenarbeit mit Ehrenamtlichen bietet im Gegensatz zu öffentlichen Stellen das große Potential, niederschwellige Kontakte zu den Familien aufzubauen. Die Hemmschwelle, sich Hilfe zu suchen ist somit deutlich geringer, als bei Hilfen durch das Jugendamt. Jedes einzelne Kind, jede einzelne Familie wird dabei persönlich und einzigartig durch einen Ehrenamtlichen begleitet. Das bringt Stabilität, Sicherheit und eine gute Basis für die Kinder, in ihrer Entwicklung ihre „ganze“ Welt zu erkunden und gesund zu wachsen.

*Neben der „praktischen“ Hilfe entsteht eine wertvolle persönliche Beziehung zwischen Familien und Patinnen bzw. Paten.*

Für mich selbst ist die Zusammenarbeit mit den Ehrenamtlichen im Projekt vielseitig und abwechslungsreich. Ehrenamtliche erlebe ich als sehr motiviert. Sie begleiten dadurch vielfach völlig eigeninitiativ, flexibel und für die Familie passgenau. Ich bewundere insbesondere die Patinnen und Paten, die ihre Zeit neben ihrer hauptberuflichen Arbeit investieren.

### Kontakt:

Annegret Boden

Telefon: 037204 60 9000

Handy: 01590 644 29 58

E-Mail: [paten@lebenshaus.org](mailto:paten@lebenshaus.org)

Internet: [www.lebenshaus.org](http://www.lebenshaus.org)



## Begegnungsfest für Familien und Paten

Im Mai feierte der Lebenshaus e.V. gemeinsam mit Patinnen und Paten, Patenfamilien und Pflegefamilien ein Sommerfest im Regenbogenhof bei Crimmitschau. In wunderschöner Ambiente verbrachten die rund 120 großen und kleinen Gäste den Tag auf einem tierischen Vierseitenhof. Die Kinder und ihre Familien erlebten unter anderem eine Hofführung, eine Kutschfahrt und konnten Eis, Kuchen, aber auch Herzhaftes vom Grill essen. Eine Bastelstraße, Schminkangebot und jede Menge Spielgefährten sorgten dabei für viel Spaß. Auch der Regen und der damit verbundene „Umzug“ in den Veranstaltungsraum dämpfte dabei die Stimmung nicht. Die Veranstaltung bot den Familien reichlich Gelegenheit zum gemeinsamen Austausch und um wertvolle Kontakte zu knüpfen.

### Kontakt:

Annegret Boden

Telefon: 037204 60 9000

Handy: 01590 644 29 58

E-Mail: [paten@lebenshaus.org](mailto:paten@lebenshaus.org)

Internet: [www.lebenshaus.org](http://www.lebenshaus.org)



### TERMINE

#### STANDORT DRESDEN

- 29. Oktober 2024: Supervision der Familiengesundheitspaten
- 28. November 2024: Stammtisch der Familiengesundheitspaten
- 15. November 2024: Teilnahme an der Alleinerziehenden-Messe der Stadt Dresden

### Kontakt:

Susanne Nestler

Telefon: 0351 458-3814

E-Mail: [familienpaten@carusconsilium.de](mailto:familienpaten@carusconsilium.de)