

weinende babys



Mats und Claudia Hiestand können wieder zusammen lachen.

tauchten. «Wo Gefühle zugelassen werden, öffnet sich das Herz, etwas wird weich», sagt Edith Müller. Claudia Hiestand bestätigt dies: «Wenn Mats heute weint, obwohl seine Bedürfnisse befriedigt sind, bin ich nicht mehr mit meiner ganzen Aufmerksamkeit nur bei ihm, sondern versuche, innerlich in meiner Mitte zu bleiben. Ich sage ihm dann: «Mats, ich spüre, Du hast eine Not. Was auch immer es ist, ich bin für dich da.» Heute darf Mats weinen, ohne dass seine Mutter unruhig wird. Allein gelassen wird er aber nicht. Edith Müller betont, dass es nicht darum gehe, das Baby unbegleitet schreien zu lassen. «Die Eltern sollen die

Gefühle zum Kind nicht abschneiden, sondern die Verbindung aufrechterhalten. Man weiss, dass Babys über das Schreien oft einfach Spannung abbauen, die sich aufgestaut hat.»

Dass sie Mats' Weinen nicht immer zu verstehen brauche, habe einen grossen Druck von ihr genommen, sagt Claudia Hiestand. Gleichzeitig sei die Beziehung zu Mats, ja, das Familienleben insgesamt, unbeschwerter und leichter geworden. «Die unguten Gefühle mir selbst gegenüber, aber auch die Wut auf Mats sind weg. Die Liebe zu ihm fliesst wieder frei.»

Veronica Bonilla Gurzeler

Infos und Hilfe

Therapeutenliste Emotionelle Erste Hilfe erhältlich bei

- Polarity-Zentrum Zürich: 044 218 80 80
Am 4. Juni hält Thomas Harms in Zürich einen Vortrag. Infos auf: www.eeh-schweiz.ch
- Elternnotruf: 044 261 88 66, www.elternnotruf.ch
- Entlastungsdienst Verein «Schreibabyhilfe»: 078 832 00 91, www.schreibabyhilfe.ch
- Training in EEH am Polarity Bildungszentrum Schweiz: 044 218 80 80, www.polarity.ch

Buchtipp

Thomas Harms:

Emotionelle Erste Hilfe.

Bindungsförderung, Krisenintervention, Eltern-Baby-Therapie.

Leutner-Verlag, Fr. 32.–