

Inhalt

Einleitung oder:

Wie viel Schreien ist normal? 7

Teil I

Wie Schreiprobleme entstehen 11

1. Schreien – ein Schlaf- und Regulationsproblem 12

Babys misslungener Versuch, sich selbst zu beruhigen 16
Elterliche Beruhigungsversuche und die Frage
des richtigen Zeitpunkts 20

2. Schreien – ein Kommunikationsproblem 25

Typische Signale der »Babysprache« 26
Das große Missverständnis zwischen Eltern und Baby 32

Teil II

Schreiprobleme bewältigen 39

1. Ruhe und Körperkontakt – das Neugeborenenalter (0–3 Monate) 41

Aus »Schreifallen« herauskommen 42
Tipps zum Still-/Fütterrhythmus 69
Tipps zum Schlafrhythmus 83
Tipps zur Tagesgestaltung 89

2. Zuwendung zum richtigen Zeitpunkt – das Säuglingsalter im zweiten Trimenon (4–6 Monate) 109

Tipps bei Fütterproblemen 111
Tipps zum Aufbau längerer Schlafphasen 113
Tipps zur Förderung der Selbstregulation 117

**3. Respekt vor Babys Grenzen – das Säuglingsalter
im dritten Trimenon (7–9 Monate) 125**

Tipps bei Fütterproblemen 127

Tipps zum Durchschlafen 132

Tipps zur Förderung des eigenständigen Spiels 136

**4. Verständnis für den Autonomie- und Abhängigkeits-
konflikt – das Säuglingsalter im vierten Trimenon
(10–12 Monate) 143**

Tipps bei Fütterproblemen 147

Tipps zum Ein- und Durchschlafen 150

Tipps zur Förderung des Sich-trennen-Könnens 160

Teil III

Die Bedeutung der Eltern-Kind-Beziehung 167

**1. Die Bedürfnisse und das Temperament des
Kindes 169**

2. Die Vorstellungen und Wünsche der Eltern 171

3. Das Geheimnis der ausgeglichenen Kinder 177

Schluss 182

Anhang 185

Tagesablaufprotokoll 185

Anmerkungen 186

Literaturtipps 188

Literaturverzeichnis 189

**Beratungs- und Therapieangebote für Säuglinge und
Kleinkinder 190**