

# REGULATIONSTÖRUNGEN IN DER SÄUGLINGSZEIT

WELCHE MÖGLICHKEITEN BIETET DIE EMOTIONELLE ERSTE HILFE?



Heilbronn, 19. 2. 2020

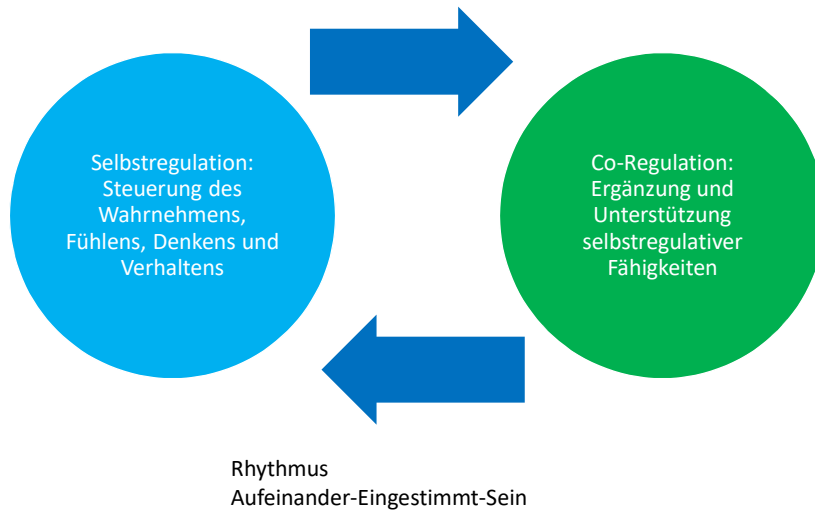
**Ursula Henzinger**

## INHALT

1. Regulation und Regulationsstörung
2. Toleranz für Erregung
3. Emotionelle Erste Hilfe
  - a) Bindungsförderung
  - b) Krisenintervention
  - c) Eltern-Baby-Körperpsychotherapie
4. Fazit



# 1. REGULATION



## REGULATIONSSTÖRUNGEN

- außergewöhnliche Schwierigkeit eines Säuglings, sein Verhalten altersgemäß/angemessen zu regulieren (DC:0-5™)
  - Regulationsstörung der sensorischen Verarbeitung (Schreckhaftigkeit und Übererregbarkeit, Empfindlichkeit auf Berührung)
  - Exzessives Schreien
  - Einschlaf- und Durchschlafprobleme
  - Fütterungsstörungen
  - Schwierigkeiten mit Selbstberuhigung



## PHÄNOMEN EXZESSIVES BABY-SCHREIEN

Diagnostische Klassifikation

- **DC:0-5™ (2018): Excessive Crying Disorder**

Diagnostischer Algorithmus

- A. 3 Stunden/3 Tage/3 Wochen (Morris Wessel, 1954)
- B. Medizinisch nicht erklärbar (Unverträglichkeiten etc.)
- C. Symptome:
  1. Distress für das Kind
  2. Interaktionsstörungen
  3. Einschränkung altersentsprechender Aktivitäten und Routinen des Kindes
  4. Einschränkung familiärer Aktivitäten und Routinen
  5. Beschränkung des Lernens/des Entwicklungsprozesses



- Problematik:

- häufig an Interaktionsstörungen und Schwierigkeiten im Bindungsaufbau gekoppelt (posttraumatische Belastungsstörung)
- manchmal lang unerkannt, was medizinisch erklärbar ist
- oft als Störung klassifiziert, was physiologisch ist (z.B. kurze Stillabstände, Aufwachen in der Nacht, Einschlafen an der Brust)
- kulturgebundene Syndrome (z.B. postpartales Stimmungstief – "Babyblues", Schlafprobleme der Eltern)



## 2. TOLERANZ FÜR ERREGUNG

- Das Stress-System wird in der Schwangerschaft (vor-)geprägt
- Berührung in den ersten Lebenswochen hat eine große Bedeutung für Selbstregulation und Stress-Toleranz



### STUDIEN ZU SYNCHRONISATION UND SELBSTREGULATION

Früher Körperkontakt hat Auswirkungen auf:

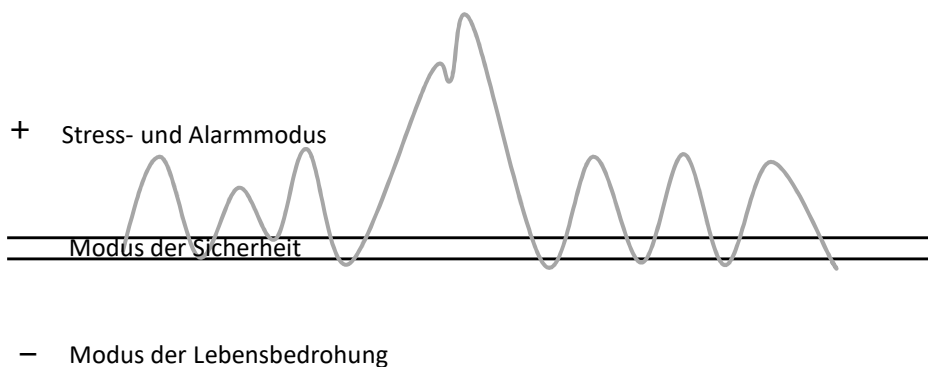
- Ausgewogene Wärmeregulation, Flüssigkeits- und Nahrungsaufnahme (Gray et al., 2012; Svensson et al., 2013; Conde-Agudelo & Duaz-Rosello, 2016; Moore et al., 2016)
- Optimale Einstellung der Atmung, des Säure-Basen-Gleichgewichts und des Blutzuckerspiegels (Forschungsgruppe am Karolinska Institut Stockholm: Christensson, 1992; Bystrova et al., 2003; Winberg, 2005)
- Erholsamen sicheren Schlaf, Stärkung des Immunsystems (Co-Sleeping-Forschung: McKenna & Mosko, 1994; McKenna et al 2007; Preston et al., 2009; Blair et al., 2010)



- Synchronisation von mütterlichen und kindlichen Aktivitäts-Ruhe-Rhythmen und
- Synchronisation von Schlaf-Wachrhythmen (Forschungsgruppe Chronobiologie an der Charité Berlin: Siegmund et al., 1992 und 1994; Wulff et al., 2002)
- Veränderung der Wahrnehmung und Reizverarbeitung (Maitre et al., 2017)
- Ausgewogenes Stress-Antwort-System, Resilienz (Forschungsgruppe in Montreal um Michael Meaney [Ratten]: Beijers et al., 2013; Simons et al., 2015 und um Michael Kobor [Menschen]: Moore et al., 2017)
- Co-Regulations-Fähigkeit (Langzeitstudie – Känguruung, Charpak et al., 2017)



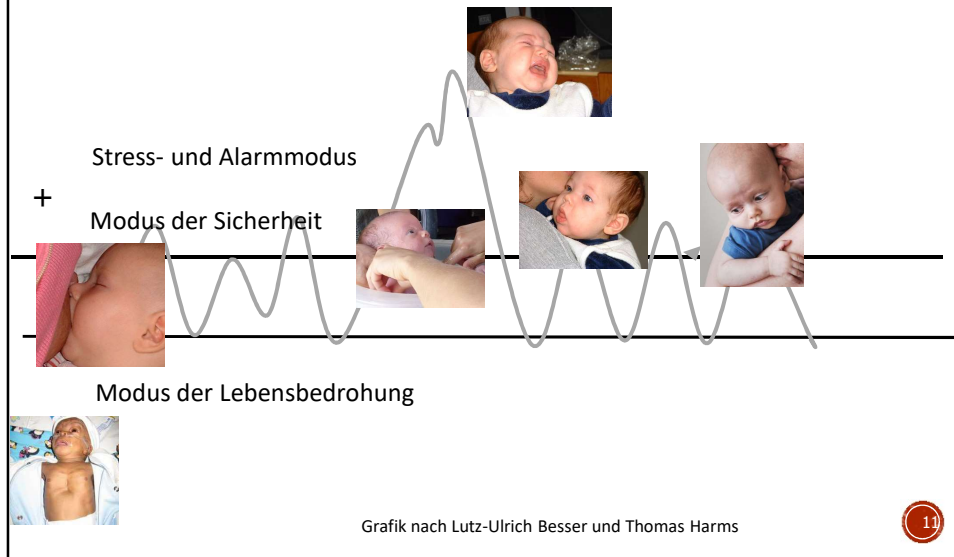
## TOLERANZFENSTER



Grafik nach Lutz-Ulrich Besser



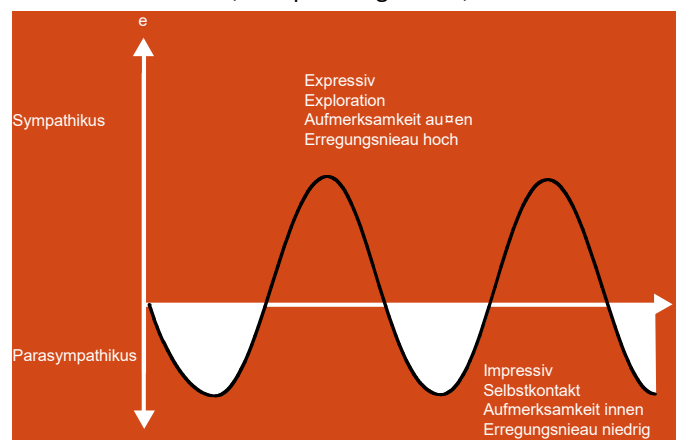
## TOLERANZ DURCH CO-REGULATION



11

## VEGETATIVE RHYTHMEN DES SÄUGLINGS

- nach Außen: öfFnungsbereit, beziehungsbereit, aufnahmebereit
- nach Innen: loslassend, entspannungsbereit, vertrauend



12

## 3. EMOTIONELLE ERSTE HILFE



[HTTPS://WWW.EMOTIONELLE-ERSTE-HILFE.ORG](https://www.emotionelle-erste-hilfe.org)

### Thomas Harms

- Psychologe und Körperpsychotherapeut
- Erste Schreiambulanz in Berlin (1993)
- Jahrelange Erfahrung mit Eltern und Baby in Krisen
- Entwicklung von eigenen Methoden im achtsamen Dialog mit Eltern und Baby (und Fachleuten)



17

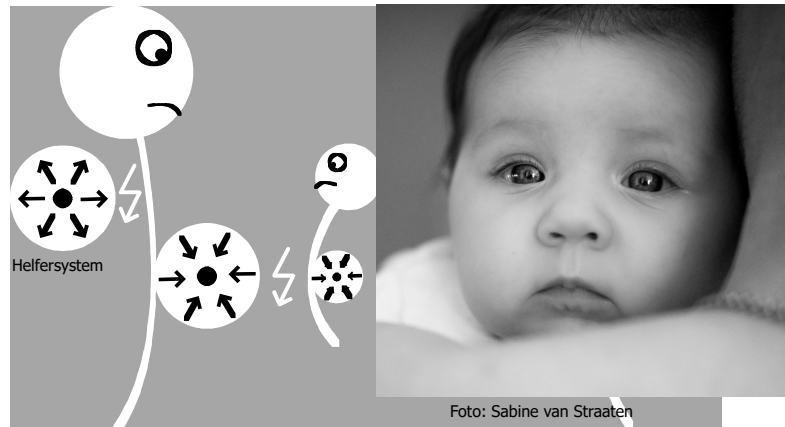
## WISSENSCHAFTLICHE EINFLÜSSE DER EEH

- (Körper-) Psychotherapie - Forschung
- Säuglings- und Bindungsforschung
- Neurobiologie
- Pränatale Psychologie
- Trauma – Forschung
- Achtsamkeitsforschung

© Thomas Harms, Bremen

18

## KRISE IN DER CO-REGULATION



Grafik: Thomas Harms

Foto: Sabine van Straaten

19

## HELPER – FALLEN IN ENTWICKLUNGS-BEGLEITUNG UND KRISENINTERVENTION

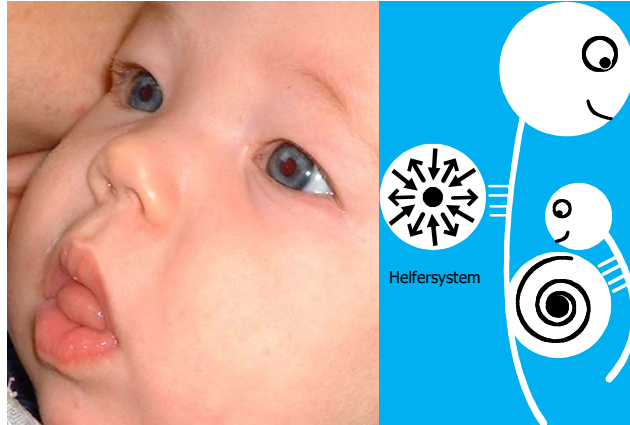
- Blinder Aktionismus
- Ratschläge erteilen
- Kognitive Ausrichtung
- Abwehr von Gefühlsausdruck
- Identifikation mit dem Säugling
- Verurteilen

© Thomas Harms, Bremen

20



## CO-REGULATION DURCH SELBSTANBINDUNG



© Thomas Harms, Bremen

21

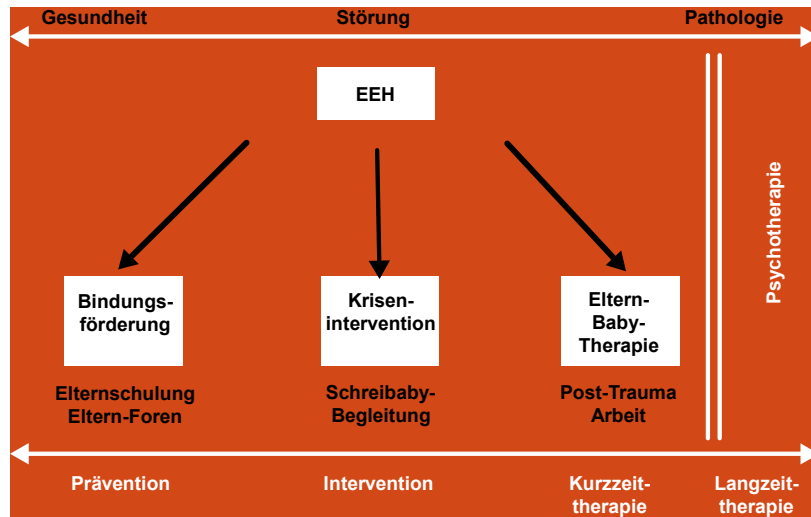
## ANNAHMEN UND BEOBACHTUNGEN

- Bindung braucht Entspannungsfähigkeit
- Bindung braucht Selbstanbindung
- Bindung braucht Verlangsamung
- Bindung braucht Anerkennung

© Thomas Harms, Bremen

26

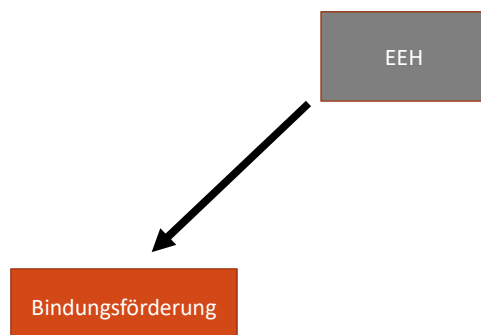
## DIE DREI SÄULEN DER EEH



© Thomas Harms, Bremen

27

## A.) BASIC BONDING BINDUNGSFÖRDERUNG



© Thomas Harms, Bremen

28

## PRINZIPIEN VON BASIC BONDING

- Selbstanbindung
- Langsamkeit
- achtsamer Dialog (Feinfühligkeit für *alle* Beteiligten)
- Anerkennung für Empfindungen und Gefühle im Hier-und-Jetzt
- Minimale Stimulation

© Thomas Harms, Bremen



## METHODEN VON BASIC BONDING

- Information
- Atemwahrnehmung
- Berührung
- *Mothering the mother*
- Begleitung von spontanem Babyschreien

© Thomas Harms, Bremen



## BINDUNG DURCH BERÜHRUNG

NACH THOMAS HARMS UND MECHTHILD DEYRINGER

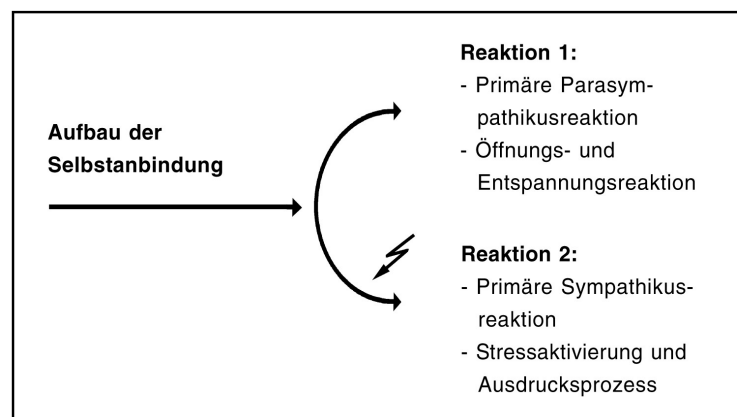
- auf Basis der Schmetterlingsmassage von Dr. Eva Reich
- Selbstanbindung, Atemwahrnehmung, Achtsamkeit
- Haltearbeit
- Berührungskommunikation



© Mechthild Deyringer, München und Thomas Harms, Bremen

31

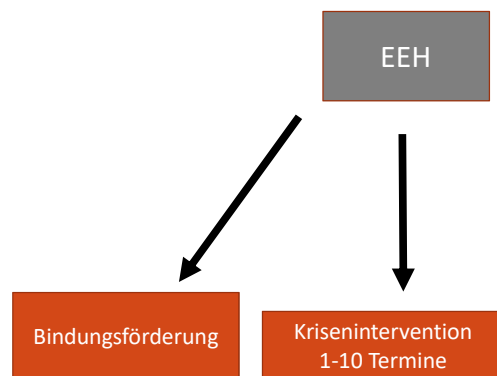
## REAKTION DES BABYS



© Thomas Harms, Bremen

37

## B.) EEH - KRISENINTERVENTION



© Thomas Harms, Bremen

40

## PRINZIPIEN DER EEH

- EEH nur mit explizitem Auftrag!
- Langsamkeit
- Selbstanbindung
- Anerkennung vergegenwärtigter Gefühle und Empfindungen der Krise und Verknüpfung mit denen im Hier-und-Jetzt
- Arbeit an den Toleranzgrenzen

© Thomas Harms, Bremen

41

## METHODEN DER EEH

- Sicherheitsstation
- Erkundung des Stresserlebens
- Aktive Entspannungstechniken
- Begleitung von Babyschreien nach Stress-Aktivierung
- 7-Schritt-Modell
- Herzbefragung

© Thomas Harms, Bremen



## SÄUGLING IN DER SYMPATHIKUS-DOMINANZ

- Hypererregung
- Atemverflachung
- Muskelhypertonie
- Quengeln und Schreien

© Thomas Harms, Bremen



## ELTERN IN DER SYMPATHIKUS-DOMINANZ

- Hypermotorik
- Zentrierung auf das Kind
- Unsicherheit
- ängstliche Wachsamkeit
- Schlafunruhe
- Zwangsgrübeln

© nach Thomas Harms, Bremen



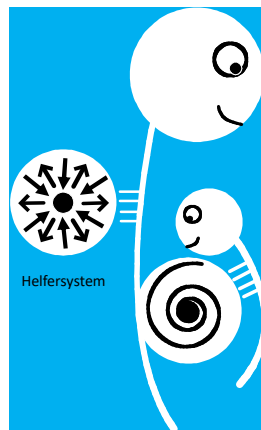
## PRAXIS DER SICHERHEITSSTATION

- Positionierung
- Fokussierung auf das aktuelle Körpererleben
- Suche nach der „Sicheren Stelle“ bis Resonanzerleben einsetzt
- Exploration des Stresserlebens

© Thomas Harms, Bremen



## SICHERHEITSSTATION



© Thomas Harms, Bremen

46

## SCHREIEN ALS STRESS-LÖSUNG

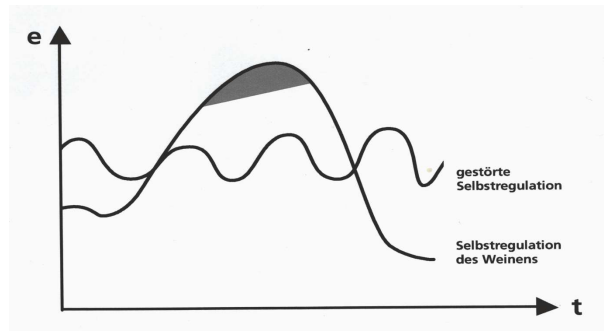
- Langsamer Beginn des Schreiens
- Blickkontakt-Suche
- Ganzkörper-Reaktion während des Schreiens
- Stress – Lösung/Entspannungsreaktion
- Gegenübertragung: Erleichterung/Erlösung/Anziehung

© Thomas Harms, Bremen

49



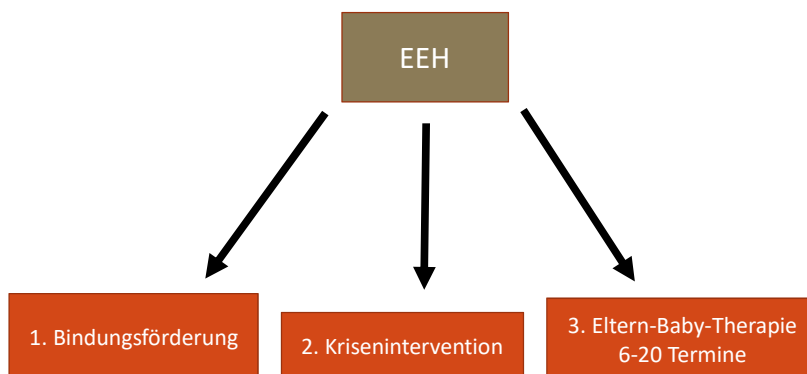
## SELBSTREGULATION UND SCHREIVERHALTEN DES SÄUGLINGS



© Thomas Harms, Bremen

50

## C.) ELTERN-BABY-KÖRPERPSYCHOTHERAPIE



© Thomas Harms, Bremen

51

## ZEICHEN DES TRAUMATISCHEN SCHREIENS

- Schreien erfolgt anfallsartig
- Elterliche Angebote beruhigen nicht
- Blickkontaktvermeidung
- Babys finden im Schreien keine Entspannung
- Schreckhaftigkeit
- Gegenübertragung: Abstoßung, Abwendung, Erstarren

© Mechthild Deyringer und Thomas Harms



## THERAPIE NACH PRÄNATALEM, PERINATALEM ODER POSTNATALEM TRAUMA

- **Schocktrauma:**  
ein einmaliges, überwältigendes Ereignis
- **Bindungs- und Entwicklungstrauma:**  
anhaltende Schwächung der emotionalen Verbindung  
zwischen Kind und seinem Bindungspartner

© Thomas Harms, Bremen





### PRÄNATALE TRAUMATA

- Unwillkommene Schwangerschaft
- In-Vitro-Fertilisation (IVF)
- Schwere Erkrankung und Tod naher Verwandten der Eltern
- Elterliche Erwartung von Behinderung und Tod des Kindes
- Posttraumatische Belastungen der Eltern

Thomas Harms



### PERINATALE TRAUMATA

- Zangen- und Vakuumgeburt
- Vitale Unterversorgungen des Kindes während der Geburt
- Not- Kaiserschnitt-Geburten
- Überwältigende Schmerzzustände in der Geburt
- Perinatale Dissoziation der Mutter

Thomas Harms



### POSTNATALE TRAUMATA

- Längere Trennungen von Mutter und Neugeborenem
- Invasive nachgeburtliche Interventionen (z. B. Intubation, ständige Injektionen)
- Psychische Erkrankungen der Mutter (Postpartum Depression/ Wochenbett – Psychose)
- Wiederkehrende Dissoziationen der Eltern im Umgang mit dem schreienden Säugling



Thomas Harms

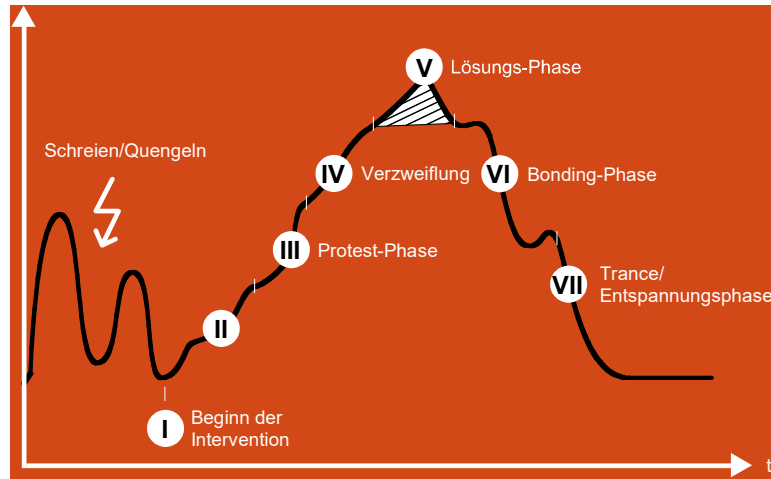
### ELTERN–BABY–KÖRPERPSYCHOTHERAPIE

- Aufbau von Schutz und Abgrenzung
- Anerkennung vergangener nicht integrierter Ereignisse
- „Neuprogrammierung“ physiologischer Abläufe
- direkte Beeinflussung der Quellen des Bindungsgeschehens

© Thomas Harms, Bremen



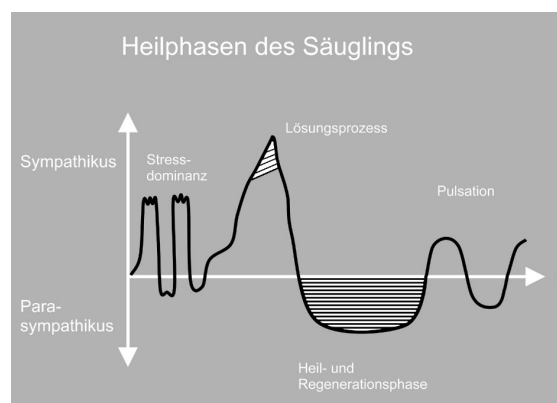
## ERREGUNGSPROZESS DES LÖSENDEN BABYWEINENS



© Thomas Harms, Bremen

58

## REGENERATIONSPHASEN DES SÄUGLINGS



© Thomas Harms, Bremen

59

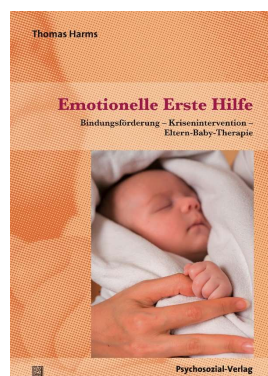
## 4. FAZIT

- Frühe Hilfen wenn möglich ab der Schwangerschaft!
- Natürliche Geburt und Wochenbett unterstützen!
- Möglichst frühe Intervention bei Krisen, um sie für den Aufbau der Bindung nutzen zu können!

60

## LITERATUR

- Diagnostic Classification, 2018: DC:0-5™
- Deyringer, 2016: Bindung durch Berührung, Psychosozialverlag
- Harms, 2016: Emotionelle Erste Hilfe, Psychosozialverlag
- Harms, 2019: Keine Angst vor Babytränen, Psychosozialverlag



61

## ARTIKEL

- Bejers, R., Riksen-Walraven, J.M. & de Weerth, C. (2013). *Cortisol regulation in 12-month-old human infants: Associations with the infants' early history of breastfeeding and co-sleeping*. *Stress*, 16(3), 267–77
- Blair, P.S., Heron, J., Fleming, P.J. (2010). Relationship between bed sharing and breastfeeding: longitudinal, population-based analysis. *Pediatrics*, 126(5):1119-26.
- Bystrova, K., Ivanova, V., Edhborg, M., Matthiesen, A.S., Ransjö-Arvidson, A.B., Mukhamedrakhimov, R., Uvnäs-Moberg, K. & Widström, A.M. (2009). Early contact versus separation: effects on mother-infant interaction one year later. *Birth*, 36(2), 97–109.
- Charpak N, Tessier R, Ruiz JG, Hernandez JT, Uriza F, Villegas J, Nadeau L, Mercier C, Maheu F, Marin J, Cortes D, Gallego JM, Maldonado D. Twenty-year Follow-up of Kangaroo Mother Care Versus Traditional Care. *Pediatrics*. 2017 Jan;139(1). pii: e20162063. doi: 10.1542/peds.2016-2063.
- Christensson, K., Siles, C., Moreno, L., Belaustequi, A, De la Fuente, P., Lagercrantz, H, Puyol, P. & Winberg, J. (1992). Temperature, metabolic adaptation and crying in healthy full-term newborns cared for skin to skin or in a cot. *Acta Paediatrica*, 81(6–7), 488–493.
- Conde-Agudelo, A. & Diaz-Rossello J.L. (2016). Kangaroo mother care to reduce morbidity and mortality in low birthweight infants. *Cochrane Database Syst Rev*, 23 (8).
- Esposito, G., Setoh, P., Yoshida, S., Kuroda, K.O. (2015). The calming effect of maternal carrying in different mammalian species. *Front Psychol*. 16;6:445.
- Gray, L., Lang, C.W. & Porges, S.W. (2012). Warmth is analgesic in healthy newborns. *Pain*, 153(5), 960–6.
- Maitre, N.L., Key, A., Chorna O.D., Slaughter, J.C., Matusz, P.J., Wallace, M.T., Murray, M.M. (2017). The dual nature of early-life experience on somatosensory processing in the human infant brain. *Curr Biol*. 27(7): 1048-1054.
- McKenna, J., Mosko, S., Richard, C., Drummond, S., Hunt, L., Cetel, M.B. & Arpaia, J. (1994). Experimental studies of infant-parent co-sleeping: mutual physiological and behavioral influences and their relevance to SIDS (sudden infant death syndrome). *Early Hum Dev*, 38(3), 187–201.
- McKenna, J., Ball, H.L. & Gettler, L.T. (2007). Mother-Infant Cosleeping, Breastfeeding and Sudden Infant Death Syndrome: What Biological Anthropology Has Discovered About Normal Infant Sleep and Pediatric Sleep Medicine. *Yearbook of Physical Anthropology*, 50,133–161.

62

- Moore, E.R., German, N., Anderson, G.c., Medley, N. (2016). Early skin-to-skin contact for mothers and their healthy newborn infants. *Cochrane Database Syst Rev*. 25;11
- Moore, S.R., McEwen L.M., Quirt, J., Morin, A., Mah, S.M., Barr, R.G., Boyce, W.T., Kobor, M.S. (2017). Epigenetic correlates of neonatal contact in humans. *Dev Psycho, pathol*. 29(5):1517-1538
- Nicolson, N. (1991). *Maternal Behavior in Human and Nonhuman Primates*. In J. D. Loy & C. B. Peters (Hrsg.). *Understanding Behavior. What Primate Studies Tell Us About Human Behavior* (S. 17-41). New York Oxford: Oxford University Press.
- Porges, S.W. & Furman, S.A. (2011). The Early Development of the Autonomic Nervous System Provides a Neural Platform for Social Behavior: A Polyvagal Perspective. *Infant Child Dev*, 20(1), 108–18.
- Preston BT, Capellini I, McNamara P, Barton RA, Nunn CL. (2009). Parasite Resistance and the adaptive significance of sleep. *BMC*, 9;9:7.
- Righard L, Alade M (1990): Effect of delivery room routines on success of first breast-feed, *The Lancet*; 336: 1105-07
- Siegmund R., Rumpf M. & Schiefelhövel W. (1992). Interindividual Differences in the Development of Sleep-Wake and Food-Intake Cycles in Infants. *Journal of Interdisciplinary Cycle Research*, 3, 246–48.
- Simons, Bejers, Cillessen & de Weerth (2015): Development of the cortisol circadian rhythm in the light of stress. *Psychoneuroendocrinology* 62, 292-300.
- Svensson, K.E., Velandia, M.I., Matthiesen, A.S., Welles-Nyström, B.L, Widström, A.M. (2013). Effects of mother-infant skin-to-skin contact on severe latch-on problems in older infants: a randomized trial. *Int Breastfeed J*, 11;8(1):1.
- Winberg J. (2005). Mother and newborn baby: mutual regulation of physiology and behavior – a selective review. *Dev. Psychobiol*. 47(3), 217-229.
- Wulff, K. & Siegmund, R. (2002). Der Einfluss der elterlichen Tagesrhythmik vor und nach der Geburt auf die Entwicklung der Tagesrhythmik beim Säugling. *Z Geburtsh Neonatol*, 206, 166–171.

63