

## SzenenWechsel e.V.

### Das Frauen- und Familienzentrum in Seeheim-Jugenheim

Mit den „fratz besucht...“-Porträts möchten wir Sie über Einrichtungen, Organisationen oder Personen informieren, die sich besonders für die Belange von Familien, Kindern oder Frauen hier in der Region einsetzen.

„1993 wurde das Frauen- und Familienzentrum e.V., SzenenWechsel, in Seeheim-Jugenheim gegründet und war anfangs ein Treff für junge Mütter mit Kindern“, erzählt Beate Bechtold, die 3. Vorsitzende des Zentrums. Das änderte sich schnell. Mittlerweile haben sich die Aufgabenschwerpunkte des Zentrums erweitert: Die Stärkung von Frauen in ihren wechselnden Lebensphasen, die Begleitung von Eltern in Fragen der Erziehung, Betreuung und Krisenbewältigung sowie die Förderung von Kindern stehen heute auf dem Programm. Finanziert wird die Arbeit des SzenenWechsels durch Zuschüsse, Mitgliedsbeiträge, Flohmärkte, Kurse und die Kleinkindbetreuung. Aber auch die ehrenamtlichen Mitarbeiter tragen viel zum Bestehen des Zentrums bei.

#### Elternsprechstunde

Seit dem Frühjahr bietet Bianca Niermann, die als Beraterin und Kursleiterin im SzenenWechsel tätig ist, dort eine Elternsprechstunde an. Dieses kostenlose und unverbindliche Angebot sieht sich als Kontakt- und Auffangstelle für Eltern, die Fragen zu Erziehung, Stillen, Ernährung, Trennung/Scheidung und vielem mehr haben. Ein Schwerpunkt der Elternsprechstunde ist das Thema ›Schreibbabys‹.

#### Schreibbabys

„Von einem Schreibbaby spricht man, wenn es mehr als 3 Wochen länger als drei Stunden an drei Tagen in der Woche schreit oder sich die Eltern durch das Schreien subjektiv überlastet fühlen“, erklärt Frau Niermann. Oftmals fangen Babys zwischen dem 6. und 14. Tag an zu schreien – und die Eltern werden mit diesem Problem meistens

alleine gelassen. Ärzte schicken sie häufig mit der Diagnose ‘Dreimonatskolik’ nach Hause. „Von Freunden und Familie prasseln dann gut gemeinte Ratschläge auf sie herab, wie: „Du musst es auch mal schreien lassen“ oder „Du trägst es viel zu viel herum“, berichtet Frau Niermann. „Es gibt viele unterschiedliche Gründe dafür, dass Babys schreien“, erläutert sie. Dieses Phänomen kann sowohl mit vorgeburtlichem Stress, anhaltenden beruflichen oder privaten Belastungen, einer schlechten Reizverarbeitung der Babys als auch mit der Furcht der Eltern vor dem falschen Umgang mit dem Kind zu tun haben.

#### Ein ‘hausgemachtes’ Problem?

„Nein, aber meine Erfahrung zeigt, dass Eltern noch nie so verunsichert waren wie heute. Eltern sind möglicherweise zu kopflastig im Umgang mit dem Kind. Sie trauen sich zu wenig, ihrer Intuition zu folgen und erwarten zu viel von sich und ihrem Baby. Häufig sind sie überfordert und haben zu wenig Unterstützung. Oder aber Angst, ihr Kind zu verwöhnen“, ergänzt Niermann.

#### Hilfe für gestresste Eltern

Eltern mit Schreibbabys brauchen professionelle Hilfe. Als ausgebildete Schreibberaterin bietet Frau Niermann betroffenen Eltern auch kurzfristig Gesprächstermine an. Sie besucht die Eltern zu Hause und spricht mit ihnen deren Sorgen und Fragen. „Eine Analyse dauert recht lange, da die Gründe für das Schreien des Babys meistens nicht klar auf der Hand liegen. Zu allererst muss man die Eltern ‘auffangen’, ihnen den Druck und die Belastung nehmen“, erläutert sie. Im nächsten Schritt wird über mehrere Tage ein Tagesablauf- und ein Schreiprotokoll erstellt, um die Gründe für das Schreien herauszufinden. „Besonders wichtig für den Anfang ist, dass gerade die Mütter ihre Kräfte wieder sammeln können.“ Schon eine kurze Fremdbetreuung der Kleinen entlastet sie. Nach der Analyse werden Strategien festgelegt, mit denen das Kind



Speziell Eltern mit sog. ‘Schreibbabys’ finden im SzenenWechsel e.V. kompetente Ansprechpartner. Darüber hinaus bietet der Verein ein umfangreiches Kurs- und Veranstaltungsprogramm, das viele Bereiche des Familienlebens abdeckt.

beruhigt werden kann. Vor allem nach Depressionen oder traumatischen Ereignissen während der Schwangerschaft kann das Kind zu einem Schreibbaby werden. Diese Familien werden an sogenannte ‘Schreibambulanz’ vermittelt, wo eine interdisziplinäre Zusammenarbeit von Ärzten und Therapeuten stattfindet. Eine solche Beratungsstelle hat z.B. das Uniklinikum in Heidelberg.

#### Richtige Vorbereitung ist wichtig

Niermann empfiehlt jungen oder werdenden Eltern, sich mit Literatur über Babys und Schwangerschaft zu beschäftigen und begleitend Kurse zu besuchen. Neben der klassischen Geburtsvorbereitung rät sie, an einem Präventionskurs teilzunehmen. „Hier in der Region gibt es den Kurs ›Das Baby verstehen‹, der übrigens an der Uniklinik Heidelberg entwickelt wurde. Wenn ich die Signale, die mein Kind ausstrahlt, nicht erkennen und deuten kann, führt dies automatisch zu Unsicherheiten im Umgang mit dem Baby. Der Kurs bereitet Eltern aktiv auf das neue Miteinander vor.“

›Das Baby verstehen‹ findet u.a. nach den Sommerferien unter der Leitung von Frau Niermann im SzenenWechsel in Seeheim-Jugenheim statt.



#### SZENENWECHSEL

Frauen- und Familienzentrum  
e.V. Seeheim-Jugenheim  
Schulstr. 16 • 64342 Seeheim-Jugenheim  
Tel./Fax 06257 / 86633  
E-Mail: [office@szenenwechsel-online.de](mailto:office@szenenwechsel-online.de)  
[www.szenenwechsel-online.de](http://www.szenenwechsel-online.de)

Infos zu Schreibbabys:  
Uniklinikum Heidelberg (Familientherapie)  
Tel. (0 62 21) 56-47 01 (Sekretariat)  
[www.med.uni-heidelberg.de/psycho/pfam](http://www.med.uni-heidelberg.de/psycho/pfam)  
[www.trostreich.de](http://www.trostreich.de) | [www.gaimh.de](http://www.gaimh.de)