

# Babys Signale

## Wie sich Babys mitteilen

Zum Glück werden Babys mit der Fähigkeit geboren, uns zu sagen, was sie brauchen und was nicht. Wir Erwachsenen können diese spezielle „Sprache“ der Neugeborenen lernen.



Das Frage-Antwort-Spiel beginnt schon mit dem ersten Blickkontakt gleich nach der Geburt und wird von Woche zu Woche mehr perfektioniert. Eltern und Babys gewöhnen sich an diese Art der nonverbalen Kommunikation und sind meistens sehr bald in der Lage, die Mitteilungen zu verstehen.

## Bewusstseinszustände beim Neugeborenen

(nach T. Berry Brazelton)

Menschen, Erwachsene und Babys durchlaufen einen Zyklus von Bewusstseinszuständen. Das Wissen um die Bewusstseinszustände kann Ihnen helfen, ein Baby und dessen Bedürfnisse besser zu verstehen. Diese Zustände wechseln sich ab und müssen nicht aufeinanderfolgend sein. Oft halten sie nur für kurze Zeit an, bis der Wechsel zu einem anderen Bewusstseinszustand stattfindet.



- 1. Tiefschlaf.** Das Kind schläft tief und fest, die Augen sind dabei fest geschlossen und bewegen sich nicht. Wir können keine oder geringe motorische Aktivität beobachten.
- 2. REM-Schlaf (Traumphasenschlaf).** Die Augen sind zwar geschlossen, bewegen sich jedoch gelegentlich (REM = „rapid eye movement“). Die motorische Aktivität reicht von kleinen Zuckungen bis hin zu Drehungen des Körpers und Ausstrecken der Gliedmaßen. Das Gesicht bewegt sich gelegentlich, u. a. durch Stirnrunzeln, Lächeln, Saugen, manchmal auch stimmhaftes Lachen.
- 3. Aufwachend/verträumt und einschlafend.** Die beiden Übergänge vom und zum Schlafen können sehr unterschiedlich aussehen. Beim Aufwachen werden z.B. die Augen abwechselnd geöffnet und geschlossen, mitunter sind sie auch halb geöffnet. Das Kind ist geistig abwesend und völlig ruhig. Das Einschlafen hingegen kann mit Weinen einhergehen, weil sich das Kind vielleicht vor dem Schwinden der Sinne fürchtet. Es kann aber auch sehr friedlich als ein „In den Schlaf sinken“ ablaufen.
- 4. Ruhig-aufmerksam.** Der Körper und das Gesicht zeigen wenig Aktivität, das Gesicht ist entspannt, die Augen geöffnet, der Blick klar. Das Kind beobachtet, ist interessiert und aufnahmebereit. Dies ist ein guter Zeitpunkt, um dem Kind neue Eindrücke zu geben.
- 5. Wach, erzählend.** Das Kind teilt sich mit, es bewegt die Arme und/oder Beine und ist vergnügt. Vielleicht brabbelt es vor sich hin oder schaut sich die Bewegung seiner Hände oder Füße an. Das Kind kann mit seiner Aufmerksamkeit nach innen oder außen gerichtet sein. Vielleicht erzählt es auch eine „Geschichte“.
- 6. Unruhig, ein Bedürfnis anmeldend.** Das Kind ist quengelig und teilt mit, dass es ein Bedürfnis hat. In diesem Zustand kann man viel über das Kind erfahren. Wenn die Betreuungsperson das Bedürfnis erkennt und befriedigt, wechselt das Kind wieder in einen zufriedeneren Zustand.
- 7. Weinend.** Das Kind weint entweder weil es Schmerzen, Hunger oder ein Bedürfnis hat. Vielleicht ist es auch überstimuliert und braucht eine Pause. Es zeigt zahlreiche Körperbewegungen und das Weinen hält an.

**Das Wissen über die unterschiedlichen Bewusstseinszustände hilft, ein Baby besser zu verstehen.**

## Kontakt-Aufnahme-Signale

Dem Baby stehen eine Menge Signale zur Verfügung. Es benutzt außer seiner Stimme, mit der es uns „rufen“ kann, Mimik, Gestik oder die Intensität des Blickkontaktes.

Es wendet seiner Kontaktperson das Gesicht zu, hält inne in seinen Bewegungen oder lächelt, schmatzt, gurgelt, gluckst und brabbelt, wenn es Kontakt aufnehmen will. Durch diese sogenannten **Kontakt-Aufnahme-Signale** erhalten die Eltern ein Zeichen, dass dies ein guter Zeitpunkt ist, um mit ihrem Baby zu sprechen, es zu halten, zu füttern oder mit ihm zu spielen.

### Beispiele für mögliche Kontakt-Aufnahme-Signale:

- Aufmerksames Anschauen
- Dreht Kopf/Augen zu Ihnen
- Lebhafter Gesichtsausdruck
- Lächeln
- Fließende Bewegungen der Arme und Beine
- Innehalten in Bewegungen
- Augen weit geöffnet
- Gurgeln/Glucksen
- Brabbeln/Erzählen



## Kontakt-Abbrechen-Signale

Wenn die Konzentration, die Energie oder das Interesse nachlassen und das Baby aus dem Kontakt herausgehen möchte, macht es vielleicht einfach die Augen zu; eventuell dreht es den Kopf oder den ganzen Körper zur Seite. Manche Babys lösen auch nur den Blickkontakt, runzeln die Stirn oder bekommen einen matten Gesichtsausdruck. Sie können dann spüren, dass das Kind eine Pause braucht, um seine Eindrücke und Erfahrungen zu verarbeiten, um neue Kräfte zu sammeln. Auch eine schnelle Atmung, Gähnen, Schmollen, und Hand vor den Mund halten sind Zeichen, die Ihnen signalisieren, dass das Baby den intensiven Kontakt nicht mehr aufrecht halten kann.

**Das Kind beginnt mit „leisen“ Signalen. Wenn wir nicht gleich reagieren, wird das Baby deutlicher und fängt an zu meckern oder weinen.**

Es kann auch seinen Rücken überstrecken, sich winden oder mit den Füßen treten, um mitzuteilen, dass es in Ruhe gelassen werden will. Blasse, rote oder marmorierte Haut kann ebenfalls bedeuten, dass das Baby sich erst mal aus dem Kontakt mit Ihnen lösen möchte. Auch wenn das Baby anfängt zu husten, würgen oder spucken, sollten sie ihm eine Pause gönnen und in Ruhe abwarten bis das Baby erneut signalisiert, dass es nun wieder bereit ist für die Kontaktaufnahme.

### **Beispiele für mögliche Kontakt-Abbrechen-Signale:**

- Wegdrehen des Kopfes/Körpers
- Stirnrunzeln
- Hochgezogene Augenbrauen
- Geht aus dem Blickkontakt
- Gähnen/Schmollen
- Schnelle Atmung
- Überstrecken des Rückens
- Winden oder Treten
- Quengeln/Weinen
- Husten/Würgen



Natürlich ist es schön, wenn Erwachsene die Signale der Babys verstehen und bereit sind, dem Wunsch nach Nähe, Wärme und Ansprache nachzukommen. Genauso wichtig ist es jedoch zu akzeptieren, wenn ein Kind „Lass mich in Ruhe!“ signalisiert.

**Meistens erhalten die Eltern von ihrem Baby auch eine Mischung von Signalen. Hier sollte den Signalen gefolgt werden, die am häufigsten vorkommen.**

**Außerdem können Eltern ihrem Gefühl vertrauen, denn als direkte Kontaktperson sind Mutter und Vater die Experten für ihr Kind!**

## Beispiel für einen möglichen Kontaktverlauf



Das Baby nimmt Blickkontakt auf und versucht, mit einem Lächeln Aufmerksamkeit zu erregen.



Babys Aufregung wächst. Es lächelt sein Gegenüber an, bewegt Arme und Beine.



Nun zeigt es noch mehr Aufregung, indem es Geräusche macht. Es könnte auch seine Hände zum Mund führen und saugen.



Als es zu viel Stimulation wird, braucht es Unterbrechung des Kontaktes. Zur Signalisierung nimmt es seine Hände vor das Gesicht.



Das Baby dreht sich weg. Wird sein Bedürfnis wahrgenommen, zieht der „Gesprächspartner“ seine Hand zurück und hört auf zu sprechen.



Das Baby nimmt erneut Kontakt auf und der Kreislauf beginnt von Neuem.



### Weiterführende Literatur:

- Die frühe Bindung, Brazelton & Cramer, Klett-Cotta
- Mutter-Kind-Bindung, Klaus & Kenell, dtv dialog und praxis
- Neugeborenen, Klaus & Klaus, Kösel
- Warum Babys weinen, Solter, Kösel

### Autorinnen:

- Ute Zacher-Laves  
Otto-Hahn-Straße 17  
30880 Laatzen
- Birgitt Jürs  
Travestraße 9  
24539 Neumünster