

# Wo Eltern fachkundige Hilfe finden

## Schreibbabyambulanz hilft auch bei Babys Schlafproblemen

**KREIS STORMARN.** Seit 2013 gibt es im Kreis Stormarn die Schreibbabyambulanz – ein Angebot des Kompetenzzentrums Frühe Hilfen e.V., gefördert durch das Landesprogramm Schutzengel vor Ort. Was viele nicht wissen: das Angebot ist wesentlich breiter, als es der Name vermutet, und richtet sich bereits an werdende Eltern.

„Ein großes Thema von Eltern ist das Schlafen“, sagt Monika Wiborny, die das Projekt vor 13 Jahren mit initiiert hat. „Schlafentzug wird nicht umsonst als Foltermethode bezeichnet und kann über einen längeren Zeitraum zu psychischen Problemen wie postnatalen Depressionen führen.“ 60 Familien betreut die Schreibbabyambulanz im Schnitt pro Jahr. Standorte gibt es in Ahrensburg, Bad Oldesloe und Reimbek. Und die Probleme, bei denen die Familien Unterstützung benötigen sind vielseitig. Neben den klassischen „Schreibbabys“ gehören auch Essprobleme, traumatische Geburten und postnatale Depressionen zum Beratungsangebot – und zwar völlig unabhängig von anderen Einrichtungen wie dem Jugendamt. „Eltern können bei uns die volle Bandbreite an Emotionen äußern“, so Wiborny. „Wir verurteilen nicht, son-



**Bianca Bouchon Stockdrehen und Monika Wiborny von der Schreibbabyambulanz beraten Eltern im Kreis Stormarn.**

Foto: M. Jahn

dern bieten schnelle Hilfe.“ Besonders bei postnatalen Depressionen sei der Zeitfaktor wichtig. 15 Prozent der Frauen seien betroffen, ebenso Männer, doch hier sei die Dunkelziffer noch hoch. Oft wäre es beim ersten Kontakt bereits fünf vor Zwölf, da Scham und Schuld ein großes Thema seien. In diesem Bereich sei die Versorgung trotz allem immer noch katastrophal, so die Fachfrau. Bei einem Therapeuten auf eine Warteliste mit vier bis sechs Wochen zu kommen,ginge in dieser Situation einfach nicht. Damit es gar nicht erst dazu kommt und die Erschöpfung nicht überhandnimmt, bietet die Schreibbabyambulanz ein breites Unterstützungsspektrum

und garantiert einen zeitnahen Rückruf innerhalb von 48 Stunden.

„Vielen Eltern ist nicht bewusst, dass sie einen Anspruch auf eine Haushaltspflege oder sogar eine Mütterpflegerin haben“, sagt Monika Wiborny. „Wenn ein Netzwerk aus Familie und Freunden nicht vorhanden ist, ist das eine gute Alternative.“ Was Eltern in der ersten Babyphase benötigten, sei vor allem Zuspriech, beobachtet Bianca Bouchon Stockdrehen von der Schreibbabyambulanz in ihrem Arbeitsalltag. Sprüche wie: Lass dein Kind doch schreiben, du verwohnt es zu viel, würden immer noch zu viele Eltern verunsichern. Dies sei kontraproduktiv in dieser

sensiblen Zeit. „Wir vermitteln den Müttern, mehr auf ihr Gefühl zu hören. So wie sie es machen, ist es richtig“, sagt Bouchon Stockdrehen. „Diese Rückversicherung macht Eltern resilient gegen Angriffe von außen. In Zeiten, wo Hebammen schwer zu finden sind und die Familien wegen Corona kaum Austausch mit Gleichgesinnten haben, ist das besonders wichtig.“ Auch die Kinder habe die Coronazeit irritiert. Der Kontakt zu Gleichaltrigen sei nicht vorhanden, es habe durch die allgemeine Verunsicherung einige Rückschritte gegeben. „Für gewöhnlich haben wir sonst ein breites Angebot, auch in Zusammenarbeit mit den Familienbildungszentren“, sagt Bianca Bouchon Stockdrehen, die das Zentrum in Bad Oldesloe betreut. „Wichtig ist, dass alle unsere Kurse von der Babymassage bis hin zur musikalischen Krabbelgruppe kostenlos sind.“ Durch die Pandemie herausgebildet haben sich Vorträge zu verschiedenen Themen, die per Zoom übertragen werden. Hier sei die Erfahrung sehr positiv, da Eltern erfahrungsgemäß besser daran teilnehmen könnten. „Uns ist wichtig, individuelle Lösungen anzubieten, wie die Familien aus ihren Problemen kommen“, so Monika Wiborny. „Wir sind keine besseren Mütter. Wir haben nur mehr Schlaf und Abstand.“

1. Tochter und Schwester.

pSEN

**Kontakt: Monika Wiborny und Team, Telefon: 040/459248 mej**