

**Rezension zu Schlaf gut, Baby! Der sanfte Weg zu ruhigen Nächten  
von Herbert Renz-Polster und Nora Imlau  
Rezension von Steffi Möller, Hebamme, familylab-Seminarleiterin**

Erfreut habe ich zur Kenntnis genommen, dass mein Lieblingskinderarzt Herbert Renz-Polster zusammen mit der Journalistin Nora Imlau ein neues Buch geschrieben hat, zu dem Thema, das auch die Eltern in meinen Fenkid-Kursen (Eltern-Kind-Gruppen im ersten Lebensjahr, ich gebe diese Kurse in unserer Hebammenpraxis) so beschäftigt: Zum Schlafen.

Es ist ein informatives, freundliches Buch geworden, lesenswert, wissenschaftlich unterbaut, und in den vielen schlaflosen Nächten als Schwangere und mit Babies ist man ja auch froh, etwas zu tun und sozusagen nächtliche Gesprächspartner zu haben.

Als Fachfrau war es ein bisschen schwer, ein so dickes Buch zu einem so vertrauten Thema interessiert Seite um Seite zu lesen, und manches wurde auch in verschiedenen Kapiteln wiederholt. Dazu kommt, dass auch ich, wie so viele der Eltern in meinen Kursen, beim ersten Kind vor vielen Jahren und Nächten, auch mal mindestens ein bisschen ®geferbert habe (Herr Ferber ist der Mann, der unglücklicherweise die Methode des Schlaftrainings bei Säuglingen nach vorn gebracht hat), als die Not groß genug war - das Bauchgefühl wütend genug. Viele der Eltern wollen dann beim nächsten Kind etwas anders machen. Und manche greifen sogar nochmal zu einem Buch. Und da würde ich ihnen wünschen, in der nächsten Ausgabe dieses Buches zu lesen, was man dann tun kann, wenn man das schon falsch gemacht hat. Denn so kann es sich für uns Schuldgefühl-anziehende Eltern auch schnell so anfühlen wie bei Winterhoff: ®schon zu spät. Und aus der Hilflosigkeitss Falle kommt man vor allem dann nur mit Expertenhilfe wieder raus, wenn man auch dank Expertenhilfe drin gelandet war. Nach Winterhoff braucht man viel Juul, um wieder halbwegs bei sich (und bei den Kindern) zu sein. Und ich wünsche mir deshalb für dieses empfindliche Thema weniger Wiederholungen, dafür aber ein Kapitel in der nächsten Auflage mit dem Titel ®Ferber - die Folgen und das Gegengift. Das fehlt noch in diesem Buch und Herrn Renz-Polster traue ich eine sinnvolle Antwort darauf zu; ich freue mich schon auf das Ergebnis!