

Das Baby richtig trösten

Eltern kennen viele Möglichkeiten, ihr weinendes Baby zu beruhigen. Wenn sie allerdings zu viele Beruhigungsmethoden nacheinander ausprobieren, kann das Kind überreizt werden. Dann fällt es ihm noch schwerer, zur Ruhe zu kommen. Einen Ausweg zeigt ein Stufenprogramm, das Frau Dr. Mauri Fries empfiehlt. Entscheidend ist dabei, dass Eltern ihrem Kind auf jeder Stufe zwei, drei Minuten Zeit lassen, sich zu beruhigen. Dann sind die Erfolgschancen groß. Allerdings gehören dazu gute Nerven. Um so wichtiger ist, dass gestresste Eltern sich gegenseitig unterstützen und Hilfe von Freunden, Großeltern, u. ä. annehmen.

Das 8-Stufen-Programm

1. Blickkontakt mit dem Baby herstellen
2. Dem Kind leise zureden
3. Die Hand auf seinen Bauch legen
4. Seine Händchen in der Mitte zusammenführen
5. Seine Füße von unten stützen
6. Das Baby aufnehmen
7. ... und sachte schaukeln
8. Ihm einen Schnuller geben.

(aus: lernen & erziehen, 9/04)