



Service und Hilfen

Hilfen für das Baby

1. Promptes, angemessenes Reagieren auf das Weinen
2. Co-Sleeping (allerdings nur, wenn Sie das als Eltern auch gerne möchten)
3. Körperkontakt und Tragen
4. Häufiges Stillen wirkt auf das Baby beruhigend, im Gegensatz zur Fütterung nach strengem Zeitplan
5. Das Schlafbedürfnis des Babys beachten
6. Babys geben manchmal während des Halbschlafes einen sog. Kontaktlaut von sich, auf den die Eltern nur mit einer Anwesenheitsgeste reagieren sollten (z. B. sanftes Streicheln). Nehmen Sie es in diesem Moment hoch, wecken Sie es auf und tragen zur weiteren Unruhe bei.
7. Reizreduktion, nur ein bis zwei verschiedene Beruhigungsrituale einführen
8. Die Beruhigung langsam steigern: zuerst anschauen, dann berühren und streicheln, dann aufnehmen und halten und schließlich sanft wiegen
9. Dem Tag eine Struktur geben
10. Eventuell in ein Tuch einschlagen (Puckwickeln)
11. Keine Etikettierung als „schwieriges Kind“