



7 Methoden

Die Ihr Baby sofort beruhigen



Inhalt

Einleitung.....	Seite 3
Das Baby tragen und leicht wippen.....	Seite 4
Lieber Lachen statt Sorgen machen.....	Seite 6
Den kleinen Finger geben.....	Seite 8
Das Baby belustigen.....	Seite 10
Machen Sie unterhaltsame Kunststücke.....	Seite 12
Stillen Sie Ihr Baby.....	Seite 14
Wechseln Sie die Räumlichkeiten.....	Seite 15
Das Schlusswort.....	Seite 17
Haftungsausschluss.....	Seite 18

Einleitung

Sie wissen mit Sicherheit, wie schwierig es sein kann, sein Baby zu beruhigen, oder?

Erstens wissen wir meistens nicht, was es gerade von uns will und zweitens können wir nur schwer abschätzen, welches Problem es gerade hat. Eine Sache ist allerdings klar. Wenn Ihr Baby ununterbrochen schreit und komplett aufgewühlt ist, ist das weder gesund für Ihr Kind, noch ist es angenehm für Sie.

Um Ihnen dabei zu helfen, eine Schreiphase ihres Babys so schnell wie nur möglich zu beenden, erfahren Sie in diesem Ratgeber sieben effektive Methoden, mit denen Sie Ihr Baby schnell beruhigen können.

Natürlich ist es immer schwer zu sagen, welche Methode für welches Problem am besten funktioniert. Jedes Baby ist anders und wie bereits erwähnt, können wir als Eltern nur schwer abschätzen, wo dem Baby gerade der Schuh drückt. Jedoch ist das kein Grund, nicht ins Handeln zu kommen. Die vorgestellten Methoden haben sich bereits bei vielen Eltern als wirkungsvoll erwiesen und Sie werden mit Sicherheit eine davon mit Erfolg anwenden. Ich wünsche Ihnen viel Erfolg beim Beruhigen ihres Babys und viel Freude beim Lesen.

Das Baby tragen und leicht wippen



Ich denke, dass Ihnen diese Methode nicht ganz fremd erscheint. Babys lieben es einfach in erster Linie in Mamis oder Papis Nähe zu sein und empfangen ein leichtes auf und ab Wippen als entspannend und beruhigend.

Doch was ist der Grund dafür? Ihr Baby kann sich in den ersten Wochen seines Lebens noch sehr gut an die Behaglichkeit im Mutterleib erinnern. Was es da empfunden hat, war Sicherheit. Wenn das Baby nun bei Ihnen auf dem Arm liegt spürt es Ihre Nähe und diese verbindet es mit dem Gefühl der Sicherheit, die es bereit im Mutterleib erlebt hat.

Ein leichtes auf und ab, oder hin und her Wippen und Schaukeln erinnert Ihr Baby zudem an die gewohnte und sichere Umgebung des Mutterleibes.

Sie als Mutter haben sich schließlich auch hin und wieder bewegt und Ihr Baby hat diese Bewegungen mitbekommen.

Wenn Ihr Baby also schreit, weil es Angst hat und Ihre Nähe sucht, dann nehmen Sie es auf den Arm und gucken Sie, ob genau das die Lösung für das momentane Problem Ihres Babys ist.

Lieber Lachen statt Sorgen machen



Sie werden sich wahrscheinlich denken, dass das jetzt ein wenig banal klingt, aber wie es doch so schön heißt, ist Lachen manchmal die beste Medizin. Außerdem geben Sie mir höchstwahrscheinlich recht, wenn Ich Ihnen sage, dass Lachen ansteckt und aufheitert.

Versuchen Sie also folgende Übung, wenn Ihr Baby mal wieder weint und schreit:

Gehen Sie zu ihm mit einem Lächeln im Gesicht und spreche Sie mit einer fröhlichen und beruhigenden Stimme zu Ihrem kleinen Schatz. Glauben Sie mir, dass funktioniert viel besser, als wenn Sie mit dem Klang von Sorge und Verzweiflung in Ihrer Stimme zu Ihrem Baby sprechen.

Ich weiß, dass es in manchen Situationen schwer sein kann direkt zu

lachen, wenn Sie auf Ihr schreiendes Baby zugehen, aber versuchen Sie es dann zumindest, es mit einer fröhlichen und sanften Stimme zu beruhigen, selbst wenn es gerade 3:00 Uhr morgens ist und Sie aus dem Schlaf gerissen wurden.

Den kleinen Finger geben



Oftmals genügt bereits ein kleines Anzeichen dafür, dass Sie für Ihr Baby da sind. Wenn Sie ihr Baby immer direkt mit einer beinahe beengenden Nähe beruhigen, wird es eine sehr starke körperliche Bindung zu Ihnen aufbauen. Das könnte dazu führen, dass Sie Ihr Baby nachts nicht wirklich beruhigen können, ohne es eine Zeit lang zu tragen, zu wippen, oder zu stillen.

Wenn Sie allerdings wollen, dass Ihr Baby auch allein ein- und durchschlafen kann, dann versuchen Sie zuerst Ihr Baby durch eine sanfte Berührung zu beruhigen.

Ich kenne so viele Mütter, die sofort panisch zu Ihrem Baby gelaufen sind, wenn es angefangen hat zu schreien und es direkt gestillt oder getragen und gekuschelt haben. Oftmals genügt es aber einfach, wenn Sie Ihrem Baby nur kurz signalisieren, dass Sie da sind.

Versuchen Sie es in Zukunft zuerst, Ihrem Baby den Finger zu reichen, oder es sanft zu streichen, wenn es einfach so anfängt zu schreien. Natürlich müssen Sie auch die jeweilige Situation ein wenig beurteilen können. Wenn Ihr Baby lange nicht mehr gestillt wurde oder die Windel voll ist, dann sollten Sie wissen, was zu tun ist, um das Baby zu beruhigen. Wenn Sie allerdings meinen, dass es eine ganz gewöhnliche Schreiphase ist, in der Ihr Baby vielleicht nur Ihre Nähe oder Aufmerksamkeit sucht, dann versuchen Sie erst es mit weniger Nähe zu beruhigen.

Das Baby belustigen



Oft kann es einfach nur helfen, wenn Sie ihr Baby ein wenig belustigen. Bei älteren Kleinkindern funktioniert diese Methode allerdings wesentlich besser, als bei Säuglingen, da diese gewisse Dinge bereits ganz anders wahrnehmen.

Es kann manchmal echt von Vorteil sein, wenn Sie hin und wieder den Kasper spielen. Oftmals genügt eine kleine, fröhliche Ablenkung, um das Problem des Babys zu lösen.

Sie könnten zum Beispiel eine lustige Grimasse ziehen, oder mit einer aufheiternden Stimme reden.

Eine kleine Gesangseinlage kann auch beruhigend für das Baby wirken und wenn Sie nicht singen können und der Meinung sind, dass sich Ihre

Gesangskünste albern anhören, dann machen Sie es trotzdem. Eine alberne Gesangseinlage kann auch belustigend wirken und Ihr Baby aufheitern.

Machen Sie unterhaltsame Kunststücke



Sie müssen dabei natürlich keinen Rückwärtssalto auf einem Drahtseil machen. Es geht bei dieser Methode voll und ganz um die Ablenkung des Babys von seinem jetzigen Problem.

Natürlich gilt auch hier wieder, das Problem vorher abzuschätzen. Bei Hunger oder einer vollen Windel erklärt sich das Problem von selbst und die Lösung dafür sollten Sie bereits kennen.

Wenn es allerdings lediglich ein einfaches Schreien ist, weil es vielleicht Ihre Aufmerksamkeit möchte, oder ein wenig überreizt ist, versuchen Sie es hin und wieder mit einer kleinen Ablenkung.

Diese Methode funktioniert allerdings in der Regel nur bei Babys und Kleinkindern, die bereits über eine ausgeprägtere visuelle Wahrnehmung

verfügen. Aus Erfahrung kann ich Ihnen berichten, dass Jonglieren wunderbar funktioniert.

Mein Mann kann ein wenig jonglieren und als unser Sohn im Alter von fünf Monaten Tagsüber hin und wieder eine kleine Schreiphase hatte, versuchte mein Mann es einfach mal, ihn mit drei farbenfrohen Jonglierbällen abzulenken und aufzuheitern. Unser Sohn wahr so begeistert davon, dass er sein Problem auf der Stelle vergessen hat.

Natürlich kann nicht jeder jonglieren, aber Sie können bestimmt etwas anderes, was ein Baby oder Kleinkind begeistern könnte. Es muss auch nichts aufwendiges sein, denn ein Baby kann man wesentlich leichter begeistern, als einen anspruchsvollen Erwachsenen.

Viele bekannte Eltern und auch ich haben die Erfahrung gemacht, dass Farben und Bunte Gegenstände sehr gut funktionieren, da etwas sehr farbenfrohes immer viel Aufmerksamkeit erzeugt.

Mein Tipp für Sie wäre, kaufen Sie sich ein buntes Seidentuch und wirbeln Sie es ein wenig vor den Augen Ihres Kindes leicht in der Luft herum und zwar so, als würde das Tuch in der Luft schweben.

Das mag vielleicht sehr außergewöhnlich klingen, aber aus Erfahrung und den Erfahrungen anderer Eltern kann ich Ihnen sagen, dass es funktioniert.

Stillen Sie Ihr Baby

Ich habe die Erfahrung gemacht, dass die meisten ernsthaften Schreiphasen eines Babys mit Hunger verbunden sind. Natürlich müssen Sie auch hier darauf achten, dass Sie Ihr Baby nicht nur durch das Stillen beruhigen.

Schließlich bedeutet Stillen, dass es Essenszeit ist und nicht Schlafens- oder Beruhigungszeit. Wenn Sie sich aber einen Plan erstellt und eine geregelte Essensroutine entwickelt haben, können Sie sehr gut abschätzen, ob es ein Schrei nach Aufmerksamkeit, oder nach Nahrung ist.

Machen Sie nicht den Fehler und fangen Sie jedes Mal an zu stillen, wenn Ihr Baby nur den kleinsten Laut von sich gibt.

Wenn es allerdings langsam an der Zeit ist ihr Baby zu füttern, dann füttern Sie es. Stillen wirkt immer beruhigend, wenn ihr Baby eine Schreiphase aufgrund von Hunger, oder Appetit einleitet.

Wechseln Sie die Räumlichkeiten



Ein Raumwechsel kann manchmal wirklich wahre Wunder bewirken. Auch hier gilt es wieder, dass Baby von seinem Problem abzulenken.

Wenn Ihr Baby schreit, obwohl die Windel trocken ist, oder es vor kurzem gestillt wurde, dann will es vielleicht einfach nur mal die Gegend erkunden.

Nehmen Sie dann Ihr Baby einfach mal auf den Arm, behüten Sie es und gehen Sie in einen anderen Raum. Oftmals genügt lediglich eine andere Atmosphäre und das Baby fühlt sich wohl und geborgen. Besonders beruhigende Räume können gut funktionieren. Wenn ihr Baby zum Beispiel im hell beleuchteten Wohnzimmer anfängt zu schreien, gehen Sie doch mal mit ihm auf dem Arm ins gemütliche und weniger beleuchtete Schlafzimmer.

Auch ein kleiner Spaziergang an der frischen Luft kann Ihr Baby dazu bringen, mit dem Schreien aufzuhören, vorausgesetzt natürlich, dass Wetter spielt mit. Draußen erhält Ihr Baby nochmal viele weitere Eindrücke, die ihm von seinem Problem ablenken können.

Das Schlusswort

Sie kennen nun einige Methoden, mit denen Sie Ihr Baby schnell beruhigen können, wenn es mal wieder eine Schreiphase beginnt.

Es ist natürlich gut möglich, dass nicht alle Methoden bei Ihrem Baby auf Anhieb funktionieren werden. Dennoch bin ich mir sicher, dass mindestens eine Methode Ihr Baby beruhigen wird.

Wichtig ist vor allem, dass Sie die einzelnen Methoden bewusst anwenden. Wenn Ihr Baby zum Beispiel nachts aufwacht, ist es nicht sehr ratsam, es mit einem belustigenden Tänzchen aufzuheitern. In dieser Situation wollen Sie schließlich, dass Ihr Baby weiterschläft und sich nicht amüsiert.

Auch wenn Ihr Baby vor kurzem gestillt wurde, sollten Sie nicht direkt zur Beruhigung wieder stillen. Denken Sie daran, das Stillen ist in erster Linie für die Nahrungsaufnahme gedacht und nicht zur Beruhigung oder zur Beschäftigung des Babys.

Ich bin mir sicher, dass Sie die richtigen Methoden für sich und Ihr Baby finden und somit das Schreiproblem Ihres Baby schnellstmöglich lösen können und wünsche Ihnen und Ihrem Baby alles Gute und viel Erfolg.

Haftungsausschluss

Dieser Ratgeber wurde mit dem besten Gewissen erstellt. Die vorgestellten Ratschläge und Methoden dienen ausschließlich dem Zweck der Informationsbeschaffung und erfolgen auf eigenes Risiko.