

# Nur Mut

VERTRAUEN SIE IHREM BAUCHGEFÜHL!



MUT ZUR INTUITION... UND DAS BEIM ERSTEN BABY? EINE GEBRAUCHS-ANLEITUNG FÜR DEN UMGANG MIT BABYS GIBT ES NICHT! IHRE INTUITION KANN IHNEN HELFEN IM UMGANG MIT ALLTÄGLICHEN DINGEN, WIE ZUM BEISPIEL DEM STILLEN ODER IM UMGANG MIT DER ANGST DAS KIND ZU VERLETZEN. EBENSO KANN IHNEN IHRE INTUITION HELFEN, MIT TIPPS UND IHREM WISSEN AUS DER BABYLITERATUR RICHTIG UMZUGEHEN.

VON BIRGIT WIDMANN-REBAY VON EHRENWIESEN

„Ich bin zu zweit!“ ...

... alles fing sehr geheimnisvoll an... die vielen Veränderungen, Hormone, Gefühle, Ihr Aussehen,... Und dann war es soweit... Sie hatten Ihr Baby auf dem Arm! Das schönste Kind der ganzen Welt!

Ihr Mann war vielleicht die ersten Tage zu Hause..., doch auch diese Urlaubszeit vergeht, und nun beginnen Sie, den Alltag mit Ihrem Kind gemeinsam zu meistern.

#### UND AUF EINMAL FÜHLEN SIE SICH UNSICHER, WEIL

- ♥ Ihr Baby sehr viel schreit,
- ♥ Ihr Baby nicht von Ihrer Brust trinken will,
- ♥ Ihr Baby Gewicht verliert,
- ♥ Ihr Baby zu schnell zunimmt,
- ♥ Ihr Baby alle zwei Stunden gestillt werden will,
- ♥ Ihr Baby nachts nicht schläft.

...Sie fühlen sich allein - hilflos - traurig - vielleicht sogar überfordert.

Fast alle Mütter haben sich zeitweise schon so gefühlt. Das erste Kind – Sie möchten alles richtig machen! Sie haben sich vorbereitet und trotzdem ist alles neu! Mit der Geburt Ihres Kindes haben Sie beide begonnen einander kennen zu lernen.

#### UND WIE SOLL DAS KENNENLERNEN FUNKTIONIEREN?

Große Leute lernen einander kennen, indem Sie sich ansprechen oder vorgestellt werden. Man nimmt sich Zeit, lässt sich auf die spannende Suche ein, was dem Gesprächspartner gefällt, welche Interessen er hat, wir beobachten, wir hören zu, wenden uns ab, nehmen das Gespräch wieder auf, lachen, erkennen,...

Genauso funktioniert das mit Ihrem Baby. Obwohl Ihr Baby noch nicht sprechen kann, ist es ausgestattet mit seinem Willen, seinen Bedürfnissen, seinen Gewohnheiten, seiner Gestik, seiner Mimik und seiner Stimme.



#### BEOBSACHTEN SIE IHR KIND

Wann guckt es besonders vergnügt? - z. B. wenn Musik leise im Hintergrund läuft. Wie beruhigt sich Ihr Kind? - z. B. wenn es in seinem Bettchen liegt. Wie lange schläft Ihr Kind? Wann und wo? - z. B. in der Kinderhängematte, gegen zehn Uhr für ungefähr 30 Minuten. Wann hat Ihr Baby Hunger? Wie trinkt es gerne (im Sitzen oder Liegen)? - z. B. alle zwei Stunden, Simone trinkt am liebsten, wenn sie mit mir alleine ist, also ungestört. Wann mag Ihr Kind Aktion? - z. B. Rasso liebt es, wenn er am Boden liegt und andere Kinder um ihn herumspringen und ihm Spielzeug reichen.

Kennenlernen ist ein Prozess, dieser braucht seine Zeit. Durch Ihre Beobachtung erkennen Sie bald Rhythmen, Gewohnheiten, Spielereien und Sie wissen, welche Reaktionen folgen.

Auch Ihr Baby lernt Sie kennen. Es weiß genau, was es wann und wie machen darf, um bestimmte Dinge zu erreichen, z. B. laut schreien, wenn es hungrig ist, zappeln und quieken, wenn es will, dass Sie in sein Bettchen blicken.

#### ANGST, DEM BABY WEH ZU TUN

Oft haben Eltern Angst, ihrem Baby weh zu tun, Furcht, das Kind zu grob anzufassen beim An- und Ausziehen, beim Baden oder Hochheben.

Um diese Unsicherheit zu überwinden, hilft Ihnen vielleicht folgende Überlegung:

Stellen Sie sich den natürlichen Geburtsvorgang aus der Sicht eines Babys vor. Im Geburtskanal wird zuerst der Kopf, dann der Körper mit den dicht angedrückten Ärmchen und Beinchen zusammengepresst, um am Ende am Kopf aus der Mutter geholt oder manchmal sogar gezogen zu werden. Geboren werden ist ein strapaziöser Vorgang für jedes Baby und jede Mami!

Glauben Sie immer noch, Sie könnten Ihrem Kind wehtun, wenn Sie es liebevoll und einfühlsam behandeln? Vertrauen Sie sich - Ihrem Gefühl!

#### VERUNSICHERT DURCH GUT GEMEINTE TIPPS VON DEN GROSSELTERN ODER FREUNDEN

Egal wo, egal wer, alle möchten Sie beraten oder anordnen, was Sie tun sollten im Umgang mit Ihrem Baby.

- ♥ „Dein Kind hat zuwenig an - kein Wunder, dass es schreit - es friert.“
- ♥ „Ach wie süß, der Kleine hat die Hosen voll. Da haben meine Kinder auch immer so ‚selig‘ geschaut!“
- ♥ „Eine Zumutung, die wird doch wohl wissen, wie man sein Kind beruhigt.“
- ♥ „Du kannst doch dein Kind nicht schon wieder stillen!“

Wahrscheinlich kommt Ihnen das bekannt vor! Diese „Ratgeber“ meinen es bestimmt nur gut mit Ihnen und Ihrem Baby! Leider bekommen Sie von Menschen Tipps, die Sie nie darum gebeten haben. Vor allem meist von Leuten, die Sie mit Ihrem Kind nur eine kurze Sequenz lang zusammen erlebt haben.

## UND MACHMAL FÜHLEN SIE SICH DANN VERUNSICHERT!?

Brauchen Sie nicht! Denn Sie wissen, wie sich Ihr Kind verhält, wenn es schlafen will, hungrig ist, wann es Ihrem Kind zu viel ist und es seine Ruhe braucht, wenn es ein wenig schreien will, um sich zu beruhigen, wie es sich verhält, wenn es die Hosen voll hat, einen Zahn bekommt,...

Am besten reagieren Sie, indem Sie sich bei der Person einfach für den Hinweis bedanken.

Sollte es jedoch Menschen in Ihrem Umfeld geben, die andauernd Ratschläge erteilen, so vereinbaren Sie, dass Sie konkret nachfragen werden, wenn Sie den Eindruck haben nicht weiter zu wissen oder einfach nur Ihr Wissen um die Erfahrung dieser Person erweitern wollen.

## LITERATUR ÜBER BABYS

Manche Frauen haben sehr viel Wissenswertes über Babys gelesen. In Büchern wird jedoch nur von Durchschnittskindern ausgegangen.

Untersuchungen haben gezeigt, dass die Mütter, die im Umgang mit Ihren Baby vorrangig auf ihre Intuition bauen, weniger unsicher sind als jene Mütter, die ihren neuen Lebensabschnitt mit Babys sehr „verkopft“ also ausschließlich durch ihr Wissen meistern möchten.



## STILLZEITEN

In der Literatur steht bzw. ist von Hebammen zu erfahren, dass zwischen den Stillmahlzeiten mindestens drei Stunden liegen sollen, damit der Verdauungsvorgang entsprechend weit abgeschlossen ist. Manche Kinder werden erst nach vier oder fünf Stunden hungrig, andere nach zwei Stunden und beginnen zu weinen. Sollen Sie nun Ihr Kind weinen lassen oder folgen Sie Ihrem Gefühl? Erfahrungen haben gezeigt, dass manche Kinder auch schon nach zwei Stunden ohne einen Nachteil wieder gestillt werden konnten. Trauen Sie sich, folgen Sie Ihrem Gefühl und probieren Sie manche Dinge einfach aus.

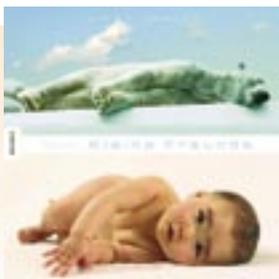
## ENTWICKLUNG

Im Schnitt beginnen Kinder mit zwölf Monaten zu laufen. Markus ist ein recht netter kleiner Mann, der motorisch sehr fit ist. Er erlernt das Laufen schon mit

zehn Monaten. Tobias dagegen interessiert sich scheinbar mehr für das Sprechen und beginnt erst mit knapp 19 Monaten zu laufen.

Sie sind Mutter und Mütter haben einen Instinkt dafür, was ihr Kind braucht. Und sollten Sie aufgrund einer Sache wirklich verunsichert sein, so lassen Sie diese zu Ihrer Beruhigung von einem Kinderarzt abklären.

Wer nun immer noch nicht glauben mag, dass Mütter ein perfekt funktionierendes Bauchgefühl haben - es gibt sogar wissenschaftliche Untersuchungen, die dies bestätigen. Man legte Versuchspersonen - darunter Müttern, Vätern und kinderlosen Erwachsenen Fotos von Babys mit unterschiedlichen Gesichtsausdrücken vor. Was glauben Sie, wer von den Befragten am besten erkennen konnte, was das Baby auf den Fotos brauchte? Na? Natürlich die Mamis! ☀



„Mehr kleine Freunde“  
von Vicky Ceelen  
Verlag: Eichborn  
€ 10,30  
ISBN 3-89660-341-8

tipp



„Babyjahre“ Die frühkindliche Entwicklung aus biologischer Sicht. Das andere Erziehungsbuch, von Remo H. Largo  
Verlag: Piper, € 9,95  
ISBN 3-492-233-198



„Alles bleibt anders“ Das ehrliche Schwangerschaftsbuch von Anette Wenzel  
Verlag: Eichborn, € 9,95  
ISBN 3-821-849-169

# So fühlt sich die Welt für ein Schmetterlingskind an.

Nichts ist so verletzlich wie die Haut von Schmetterlingskindern. Die Ursache dafür ist Epidermolysis bullosa, eine unheilbare, schmerzvolle Hautkrankheit mit zum Teil tödlichem Verlauf. Mit Ihrer Spende unterstützen Sie den Bau eines Forschungs- und Behandlungszentrums. PSK 90.000.096 oder [www.schmetterlingskinder.at](http://www.schmetterlingskinder.at)

