

Auf den Anfang kommt es an

Babyblues



Auf den Anfang kommt es an

Babyblues

Babyblues – was ist das?

„Babyblues“ ist ein kurzfristiges Stimmungstief der jungen Mutter in der ersten Woche nach der Geburt.

betrifft 40-80% aller Mütter



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Babyblues

Kennzeichen von Babyblues

- starke Stimmungsschwankungen
- große Müdigkeit und Erschöpfung
- ruhelos, reizbar
- überängstlich
- Konzentrationsprobleme
- Weinen ohne erkennbaren Grund



Auf den Anfang kommt es an

Babyblues

Babyblues und Depression

- Babyblues dauert nicht länger als zwei Wochen und ist normal und ungefährlich.
- Halten die typischen Kennzeichen länger als zwei Wochen an, kann es sich um eine postpartale Depression handeln.

Auf den Anfang kommt es an

Babyblues

Kennzeichen postpartaler Depression

- ständige Angst, das Baby nicht gut genug zu versorgen
- Energie-, Antriebslosigkeit
- Gefühl der „inneren Leere“
- Konzentrationsschwierigkeiten und zwanghaftes Grübeln
- große Erschöpfung
- Schlaf-, Essstörungen, Kopfweh, Herzbeschwerden
- Selbsttötungsgedanken

betrifft 10-15% aller Mütter



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Babyblues

Kennzeichen postpartaler Psychose

- starke Veränderung der Persönlichkeit
- Verlust des Realitätsbezugs
- Wahnvorstellungen
- Halluzinationen (Sinnestäuschungen)
- Starke Antriebslosigkeit oder hohe Antriebssteigerung

betrifft 1-3 von 1000 Müttern

Auf den Anfang kommt es an

Babyblues

Fazit

- Seien Sie auf Stimmungsschwankungen und auch auf negative Gefühle nach der Geburt vorbereitet.
- Reden Sie über die erlebten Gefühle.
- Achten Sie auf die Kennzeichen.
- Suchen Sie früh professionelle Hilfe.
- Nehmen Sie, wenn nötig, Beratung oder auch Therapie in Anspruch.
- Suchen Sie Selbsthilfegruppen und Kontakt mit anderen Betroffenen.

(Quelle: <http://www.mutter-kind-behandlung.de/0196d392d80c70504/index.html>, 20.02.2006)

Auf den Anfang kommt es an

Entwickelt von:



**Kinder- und Jugend-
psychiatrie / Psychotherapie**
Universitätsklinikum Ulm

In Kooperation mit:



Pädagogische
Hochschule Ludwigsburg

Im Auftrag des Ministeriums für
Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit
des Landes Rheinland-Pfalz

RheinlandPfalz

Auf den Anfang kommt es an

Puppen zur Demonstration



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Puppen zur Demonstration

Emily – Schlafen, Trösten



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Puppen zur Demonstration

Emily – Gestuftes Trösten



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Puppen zur Demonstration

Jasmin – Füttern



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Puppen zur Demonstration

Celina – Sanfte Eingewöhnung



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Puppen zur Demonstration

Tommy – Gestuftes Trösten



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Puppen zur Demonstration

Bestellung: www.bradford.de



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Entwickelt von:



**Kinder- und Jugend-
psychiatrie / Psychotherapie**
Universitätsklinikum Ulm

In Kooperation mit:



Pädagogische
Hochschule Ludwigsburg

Im Auftrag des Ministeriums für
Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit
des Landes Rheinland-Pfalz

RheinlandPfalz

Auf den Anfang kommt es an

Wie das Baby mit uns spricht



Auf den Anfang kommt es an

Wie das Baby mit uns spricht

Ausdruck von Zuwendung und Offenheit

Blickkontakt und Lächeln

Geräusche und Laute machen, Brabbeln



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Wie das Baby mit uns spricht

Ausdruck von Zuwendung und Offenheit

weiche, ausgeglichene Bewegungen
in Richtung Bezugsperson – oft
kombiniert mit Blickkontaktsuche



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Wie das Baby mit uns spricht

Ausdruck von Selbstberuhigung

Hand zum Mund nehmen

Hand am Körper, sich berühren



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Wie das Baby mit uns spricht

Ausdruck von Selbstberuhigung

Augen reiben



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Wie das Baby mit uns spricht

Ausdruck von Selbstberuhigung

Hände und Füße zusammen legen



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Wie das Baby mit uns spricht

Ausdruck von Selbstberuhigung

Grimassieren

Fäustchen machen



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Wie das Baby mit uns spricht

Ausdruck von Selbstberuhigung

sich selbst festhalten (Hemdchen)



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Wie das Baby mit uns spricht

Ausdruck von Selbstberuhigung

einzelne Finger oder alle Finger
abspreizen



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Wie das Baby mit uns spricht

Ausdruck von Abwendung und
Selbstberuhigung

keine oder kaum Bewegung

Arme schlaff und starrer Blick



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Wie das Baby mit uns spricht

Ausdruck von Abwendung

mit den Armen rudern



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Wie das Baby mit uns spricht

Ausdruck von Abwendung

Durchstarren

Faust machen



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Wie das Baby mit uns spricht

Ausdruck von Abwendung

sich deutlich abwenden

Hand der Bezugsperson wegdrücken



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Wie das Baby mit uns spricht

Ausdruck von Abwendung

„Weingesicht“



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Wie das Baby mit uns spricht

Ausdruck von Abwendung

Ausspucken von Speichel/Essen

Kopf senken, Blick nach unten



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Wie das Baby mit uns spricht

Ausdruck von Abwendung

sich abwenden

Überstrecken



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Wie das Baby mit uns spricht

Ausdruck von Abwendung –
Das Baby braucht seine Ruhe

Das Baby schreit, obwohl es satt und gewickelt ist und keine Schmerzen hat:
Es drückt damit aus, dass es keine weiteren Reize mehr aufnehmen kann.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Entwickelt von:



**Kinder- und Jugend-
psychiatrie / Psychotherapie**
Universitätsklinikum Ulm

In Kooperation mit:



Im Auftrag des Ministeriums für
Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit
des Landes Rheinland-Pfalz

RheinlandPfalz

Auf den Anfang kommt es an

Bindung und Feinfühligkeit



Auf den Anfang kommt es an

Bindung und Feinfühligkeit

Bindung – ein Grundbedürfnis des Babys

Zu den Grundbedürfnissen des Baby gehören

- das Bedürfnis sich an nahestehende Menschen zu binden (Bindung) und
- das Bedürfnis nach Erkundung bzw. Neues zu entdecken.

Auf den Anfang kommt es an

Bindung und Feinfühligkeit

Bindungen sind dauerhafte und persönliche Beziehungen

Alle Kinder entwickeln im Verlauf des ersten Lebensjahres eine oder mehrere enge Bindungen.

Bindung zeigt sich besonders deutlich, wenn das Kind verunsichert, ängstlich oder krank ist.

Auf den Anfang kommt es an

Bindung und Feinfühligkeit

Voraussetzung für eine gute Entwicklung des Babys sind:

- beständige und tragfähige Beziehungen
- mit zuverlässigen und gut einschätzbaren Menschen

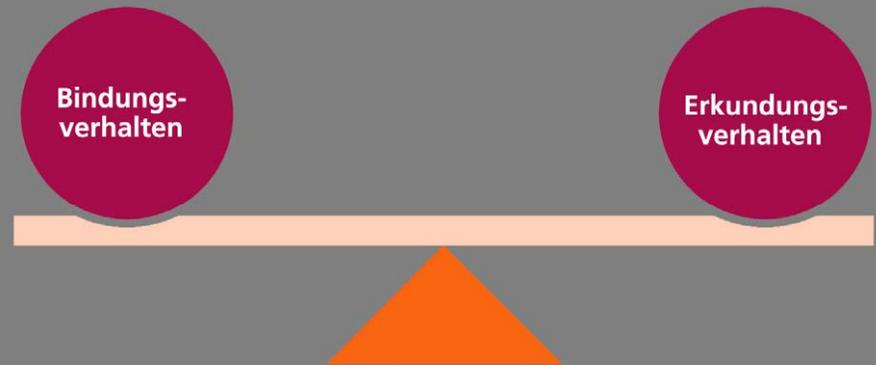


Bezugspersonen als sichere Basis zur
(Welt-) Erkundung

Auf den Anfang kommt es an

Bindung und Feinfühligkeit

Bindungsverhalten und
Erkundungsverhalten



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

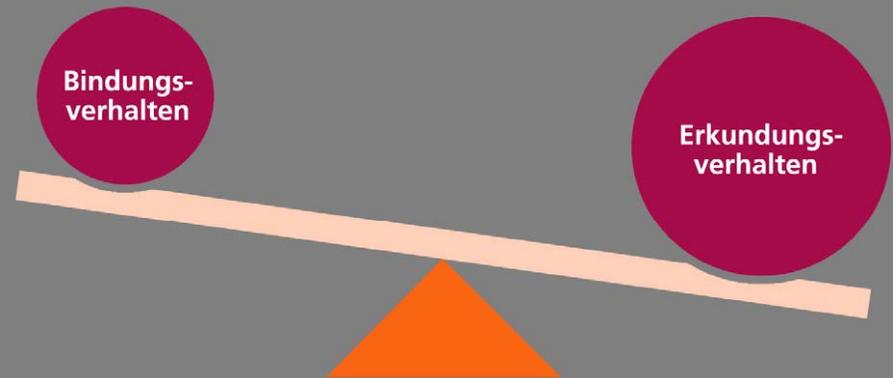
Auf den Anfang kommt es an

Bindung und Feinfühligkeit

Erkundungsverhalten überwiegt

Das Baby fühlt sich sicher und erkundet seine Umgebung.

Es zeigt wenig Bindungsverhalten (z.B. gelegentliche Rückversicherung).



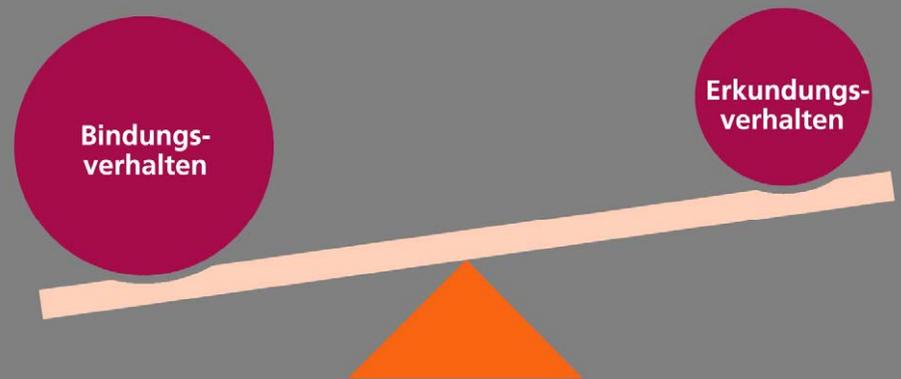
Auf den Anfang kommt es an

Bindung und Feinfühligkeit

Bindungsverhalten überwiegt

Das Baby ist verunsichert.

Es zeigt deutlich Bindungsverhalten, d.h. es sucht Unterstützung bei der Bezugsperson.



Auf den Anfang kommt es an

Bindung und Feinfühligkeit

Bezugspersonen helfen dem Baby sein Verhalten und seine Gefühle zu regulieren und zu ordnen, indem sie Verhalten und Gefühle des Kindes

- wahrnehmen und beobachten,
- verstehen (deuten) und sich einfühlen,
- prompt und angemessen darauf reagieren.

 **Feinfühligkeit unterstützt das Baby in seiner Entwicklung!**

Auf den Anfang kommt es an

Bindung und Feinfühligkeit

Was ist Bindungsverhalten?

- der Bindungsperson hinterherlaufen
- sie suchen/rufen
- protestieren/schreien
- weinen
- Nähe suchen (z. B. Anklammern)
- Blickkontakt suchen
- sich rückversichern

Auf den Anfang kommt es an

Bindung und Feinfühligkeit

0 – ca. 3 Monate

Das Baby nimmt liebevolle Fürsorge
(noch) von vertrauten und unvertrauten
Menschen an.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Bindung und Feinfühligkeit

3 – ca. 7 Monate

Ab ca. dem dritten Monat beginnt das Baby vertraute und unvertraute Menschen zu unterscheiden. Es wendet sich bevorzugt vertrauten Gesichtern zu.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Bindung und Feinfühligkeit

ab ca. 7 Monate

Das Baby sucht aktiv Nähe und Kontakt zur Bindungsperson.

Es reagiert ängstlich oder zurückhaltend auf unvertraute Personen.

Es beginnt vertraute Personen zu vermissen und zu suchen.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Bindung und Feinfühligkeit

ca. 12 Monate

Mit zwölf Monaten hat das Baby eine persönliche Bindung zu den Eltern aufgebaut (oder anderen nahestehenden Menschen). Es zeigt deutlich Bindungsverhalten in neuen/schwierigen Situationen.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Bindung und Feinfühligkeit

Jedes Kind ist anders!



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Bindung und Feinfühligkeit

Jedes Kind ist anders!

Eltern müssen sich deshalb ganz unterschiedlich und besonders auf jedes Kind einstellen.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Entwickelt von:



**Kinder- und Jugend-
psychiatrie / Psychotherapie**
Universitätsklinikum Ulm

In Kooperation mit:



Pädagogische
Hochschule Ludwigsburg

Im Auftrag des Ministeriums für
Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit
des Landes Rheinland-Pfalz

RheinlandPfalz

Auf den Anfang kommt es an

Wie sich das Baby selbst beruhigt



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Wie sich das Baby selbst beruhigt

Babys beruhigen sich selbst

Schon neugeborene Babys beruhigen sich selbst. Sie haben die Fähigkeit, in ihrer Mitte bzw. in Balance zu bleiben.

Ausdruck von Zuwendung



Auf den Anfang kommt es an

Wie sich das Baby selbst beruhigt

Babys beruhigen sich selbst

Gelingt es dem Baby sich selbst zu balancieren, kann es seine Aufmerksamkeit auf die Umwelt richten und ist offen zum Austausch.

Ausdruck von Zuwendung



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Wie sich das Baby selbst beruhigt

Babys brauchen Hilfe

Gelingt es dem Baby nicht (mehr), sich selbst zu beruhigen, zeigt es deutlich, dass es immer weniger von außen aufnehmen kann.

Ausdruck von Abwendung



Auf den Anfang kommt es an

Wie sich das Baby selbst beruhigt

Babys brauchen Hilfe

Ist das Baby aus der Balance gekommen, benötigt es Hilfe bei der (Selbst-) Beruhigung.

Ausdruck von Abwendung



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Entwickelt von:



**Kinder- und Jugend-
psychiatrie / Psychotherapie**
Universitätsklinikum Ulm

In Kooperation mit:



Pädagogische
Hochschule Ludwigsburg

Im Auftrag des Ministeriums für
Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit
des Landes Rheinland-Pfalz

RheinlandPfalz

Auf den Anfang kommt es an

Gestuftes Trösten



Ein Kurs für junge Eltern –

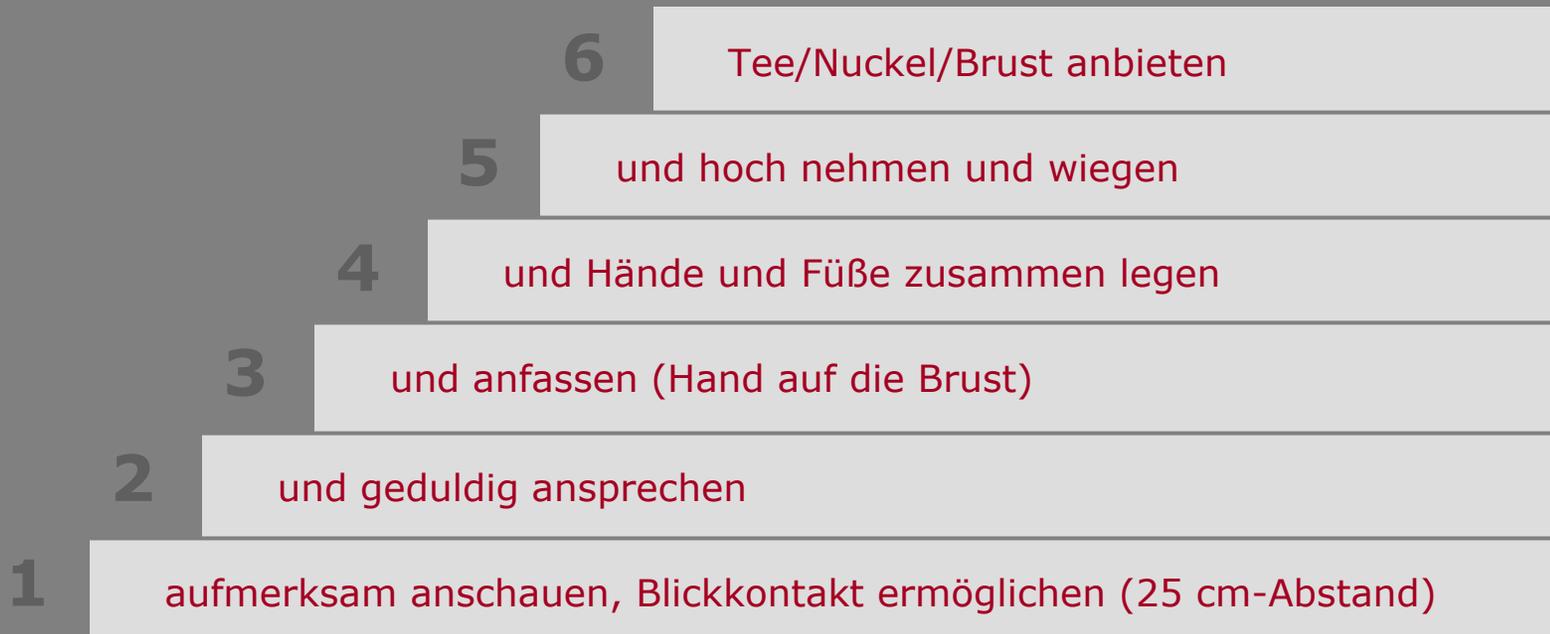
entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Gestuftes Trösten

Sechs Stufen des Tröstens

Bieten Sie jede Stufe mindestens eine Minute an.



Auf den Anfang kommt es an

Gestuftes Trösten

Trösten Stufe 1

Blickkontakt ermöglichen, Nähe anbieten

Bieten Sie dem Baby zunächst Ihr Gesicht und den Blickkontakt mit Ihnen zur (Selbst-) Beruhigung an.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Gestuftes Trösten

Trösten Stufe 2

Ansprechen

Sprechen Sie das Baby ruhig und geduldig an und halten Sie dabei Blickkontakt.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Gestuftes Trösten

Trösten Stufe 3

Anfassen, Hand auf die Brust legen

Berühren Sie das Baby. Legen Sie die Hand auf die Brust oder halten Sie das Händchen und reden Sie beruhigend mit dem Baby.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Gestuftes Trösten

Trösten Stufe 4

Anfassen, Hände und Füße falten

Legen Sie die Händchen und Füßchen zusammen und reden Sie mit dem Baby ruhig und schauen Sie es dabei an.



Auf den Anfang kommt es an

Gestuftes Trösten

Trösten Stufe 5

Hochnehmen, Halten und begrenzen

Nehmen Sie das Baby auf den Arm,
halten Sie es ruhig, begrenzen Sie es
und sprechen Sie mit ihm.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Gestuftes Trösten

Trösten Stufe 5

Hochnehmen, Begrenzen, Wiegen

Wiegen Sie das Baby im Arm,
begrenzen Sie es (Hände und Füße
zusammen legen) und reden Sie
mit ihm.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

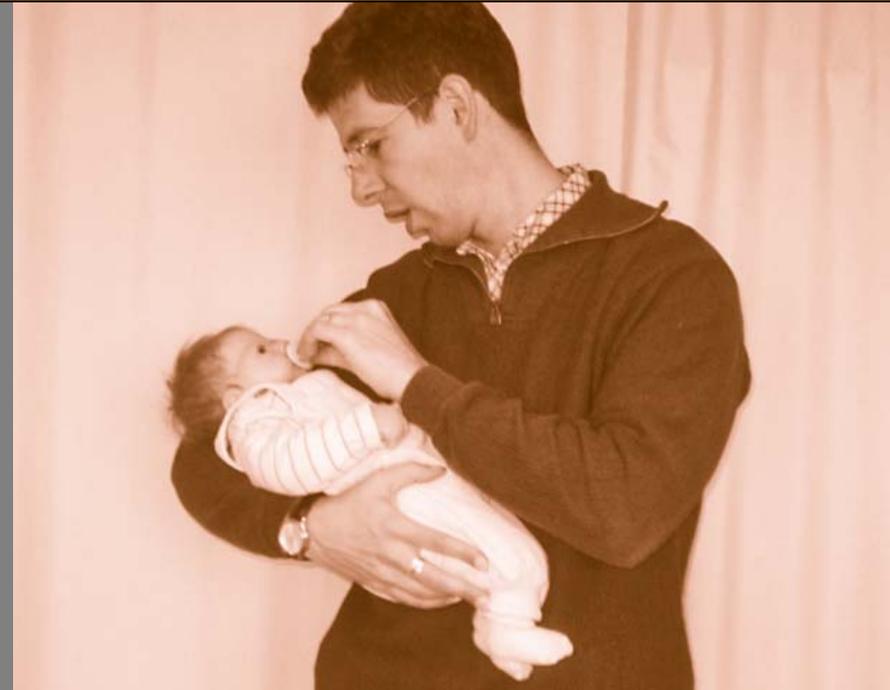
Auf den Anfang kommt es an

Gestuftes Trösten

Trösten Stufe 6

Saugen: Nuckel anbieten

Begrenzen Sie das Baby, reden Sie mit ihm und bieten Sie ihm geduldig das eigene Fäustchen, einen Finger oder einen Nuckel an.



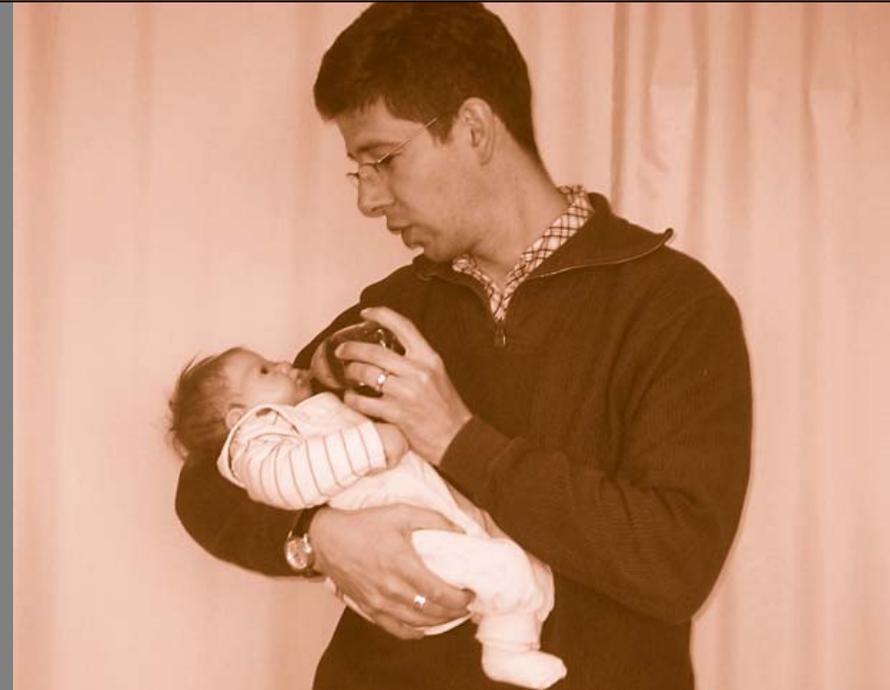
Auf den Anfang kommt es an

Gestuftes Trösten

Trösten Stufe 6

Saugen: Brust/Flasche anbieten

Bieten Sie dem Baby vorsichtig die Flasche an, begrenzen Sie es (z. B. in der Decke) und reden Sie beruhigend mit ihm.



Auf den Anfang kommt es an

Gestuftes Trösten

Wenn Trösten nicht hilft –
Machen Sie eine kurze Pause.

Lassen Sie das Baby für 2-3 Minuten
alleine und schöpfen Sie neue Kraft bzw.
holen Sie Unterstützung.

Manchmal schläft das Baby in dieser
kurzen Zeit auch alleine ein.



Auf den Anfang kommt es an

Gestuftes Trösten

Wenn das Trösten nicht hilft

Überprüfen Sie, ob das Baby Schmerzen hat! Wenn Sie unsicher sind, suchen Sie einen Kinderarzt auf.

Wenn es keinen erkennbaren Grund gibt und das Baby meist Trost nicht annehmen kann, sollten Sie eine Schreiberatung aufsuchen!



Achtung!

Lassen Sie das Baby nicht aus Erschöpfung alleine in der Wohnung!

Auf den Anfang kommt es an

Gestuftes Trösten

Wichtig beim Trösten des Babys

Wenn Sie selbst ärgerlich und angespannt sind,
können Sie nicht trösten!

Versuchen Sie

- sich selbst zu beruhigen
- den Notfallplan einzusetzen
- sich Unterstützung zu holen

Auf den Anfang kommt es an

Entwickelt von:



**Kinder- und Jugend-
psychiatrie / Psychotherapie**
Universitätsklinikum Ulm

In Kooperation mit:



Pädagogische
Hochschule Ludwigsburg

Im Auftrag des Ministeriums für
Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit
des Landes Rheinland-Pfalz

RheinlandPfalz

Auf den Anfang kommt es an

Felix Fremde Situation



Auf den Anfang kommt es an

Felix Fremde Situation

Felix ist mit seiner Mutter in einem fremden Raum

Er ist am Spielzeug sehr interessiert, aber spielt lieber in der Nähe seiner Mutter.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Felix Fremde Situation

Eine fremde Frau kommt

Felix sucht Sicherheit und legt seine Hand auf die Beine der Mutter.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Felix Fremde Situation

Die Fremde spricht seine Mutter an

Felix schaut ins Gesicht seiner Mutter und sucht die Rückversicherung, ob alles okay ist.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Felix Fremde Situation

Die Mutter verlässt den Raum

Er folgt seiner Mutter zur Tür,
ruft und weint nach ihr.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Felix Fremde Situation

Die Fremde versucht mit Felix zu spielen

Felix zieht der Fremden mit einem Ruck das Spielzeug aus der Hand. Dann dreht er sich von ihr weg und weint.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Felix Fremde Situation

Felix ist noch immer mit der
Fremden allein

Felix geht zum Stuhl seiner Mutter.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Felix Fremde Situation

Die Mutter kommt wieder

Felix läuft sofort zu ihr hin und will auf ihren Arm.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Felix Fremde Situation

Die Mutter nimmt Felix auf den Arm

Er beruhigt sich sofort.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Felix Fremde Situation

Die Mutter und Felix spielen

Felix hat sich beruhigt und ist nun wieder offen fürs Spiel.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Entwickelt von:



**Kinder- und Jugend-
psychiatrie / Psychotherapie**
Universitätsklinikum Ulm

In Kooperation mit:



Pädagogische
Hochschule Ludwigsburg

Im Auftrag des Ministeriums für
Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit
des Landes Rheinland-Pfalz

RheinlandPfalz

Auf den Anfang kommt es an

Sanfte Eingewöhnung



Auf den Anfang kommt es an

Sanfte Eingewöhnung

Fremde Umgebung und neue Menschen kennenlernen

Besuchen Sie gemeinsam mit dem Kind so oft wie möglich und nötig die fremde Umgebung.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Sanfte Eingewöhnung

Fremde Umgebung und neue Menschen kennenlernen

Geben Sie dem Kind Zeit, die neuen Menschen langsam besser kennen zu lernen.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Sanfte Eingewöhnung

Verhalten Sie sich passiv

Verhalten Sie sich zurückhaltend,
reagieren Sie, wenn das Kind sich
an Sie wendet.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Sanfte Eingewöhnung

Verhalten Sie sich passiv

Lassen Sie das Kind selbst entscheiden, wann es sich von Ihnen entfernt und die neue Umgebung erkundet.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Sanfte Eingewöhnung

Kontakt und Spiel mit den fremden Menschen

Überlassen Sie Kontakt- und Spielangebote der fremden Person.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Sanfte Eingewöhnung

Trennung erproben – Kurz rausgehen

Erproben Sie eine erste Trennung, indem Sie versuchen, mal kurz raus zu gehen.

Sagen Sie dem Kind, dass Sie gehen.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Sanfte Eingewöhnung

Kurz aus dem Zimmer gehen

Ist das Kind nicht einverstanden damit alleine zu bleiben, nehmen Sie es mit.

Es braucht dann noch weitere Eingewöhnungszeit!



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Sanfte Eingewöhnung

Erste längere Trennung
vorher ankündigen

Bereiten Sie das Kind einen Tag
vorher darauf vor, dass es morgen
ohne Sie in der Krippe bzw. bei der
Tagesmutter bleiben darf.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Sanfte Eingewöhnung

Abschiedsritual nur einmal durchführen

Lassen Sie etwas Persönliches als Pfand da (z. B. Tasche, Jacke).

Verabschieden Sie sich, auch wenn das Kind zu weinen beginnt.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Sanfte Eingewöhnung

Das Kind persönlich übergeben
und dann zügig gehen

Geben Sie das Kind seiner
vertrauten Betreuerin in den Arm.

Erlauben Sie dem Kind Trost von
dieser Person anzunehmen.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Sanfte Eingewöhnung

Zunächst nur eine Stunde wegbleiben

Bleiben Sie, auch wenn es gut läuft,
zunächst nicht zu lange fort.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Sanfte Eingewöhnung

Zunächst nur eine Stunde wegbleiben

Halten Sie unbedingt Absprachen ein!
Pünktlich abholen!



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Sanfte Eingewöhnung

Anwesenheitszeiten des Kindes
langsam steigern

Ihr Kind wartet auf Sie und kann
Zeit noch nicht einschätzen.

Gewöhnen sie es erst langsam an
längere Betreuungszeiten.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Sanfte Eingewöhnung

Anwesenheitszeiten des Kindes
langsam steigern

Bringen und holen Sie Ihr Kind
immer zu denselben Zeiten.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Sanfte Eingewöhnung

Achtung – nach jeder längeren Pause

. . . braucht ihr Kind wieder Zeit sich
einzugewöhnen!



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Sanfte Eingewöhnung

Achtung – nach jeder längeren Pause

. . . braucht ihr Kind wieder Zeit sich
einzugewöhnen!



Ein regelmäßiger Ablauf
ist für Kinder leichter als
ständige Wechsel.



Auf den Anfang kommt es an

Entwickelt von:



**Kinder- und Jugend-
psychiatrie / Psychotherapie**
Universitätsklinikum Ulm

In Kooperation mit:



Pädagogische
Hochschule Ludwigsburg

Im Auftrag des Ministeriums für
Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit
des Landes Rheinland-Pfalz

RheinlandPfalz

Auf den Anfang kommt es an

Füttern und Hygiene



Auf den Anfang kommt es an

Füttern und Hygiene

Stillen von Anfang an

Muttermilch ist die optimale Ernährung für das Baby in den ersten Monaten. Stillberatung machen Hebammen in Ihrer Region.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Füttern und Hygiene

Flaschennahrung richtig auswählen

Falls Stillen für Sie nicht möglich ist:
Kinderärztin, Kinderarzt oder Hebamme
beraten Sie, welche Flaschennahrung
für Ihr Baby empfehlenswert ist z. B. bei
Allergie Risiko



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Füttern und Hygiene

Unbedingt Dosierung beachten

Halten Sie die angegebene Dosierung der Babynahrung unbedingt ein!



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Füttern und Hygiene

Hygiene ist wichtig

Sterilisieren Sie die Sauger, Fläschchen und Schnuller vor jedem Gebrauch.
(10 Minuten im Kochtopf oder im Vaporisator)



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Füttern und Hygiene

Passende Nuckel zur Nahrung

Achten Sie darauf, dass die Sauger dem Alter des Kindes und der Art der Nahrung entsprechen.



Auf den Anfang kommt es an

Füttern und Hygiene

Hygiene ist wichtig

Wärmen Sie Milchreste nicht nochmal auf.

Halten Sie die Falschennahrung nicht zu lange warm.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Füttern und Hygiene

Temperatur vorher prüfen

Testen Sie vor dem Füttern die Temperatur der Nahrung am Handgelenk. Bitte nicht selbst an der Flasche saugen, um die Temperatur zu testen!



Auf den Anfang kommt es an

Füttern und Hygiene

Nur Babynahrung füttern!

Informieren Sie sich, was Ihr Baby ab wann verträgt.

Geben Sie dem Baby **nur** Säuglingsnahrung.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Füttern und Hygiene

Große Stücke gegen Verschlucken

Bieten Sie dem Baby (ab ca. 6-8 Monaten) nur ganze Äpfel/Möhren etc. und ganze Kinderkekse.

Zu weich gelutschte Nahrung austauschen!



Auf den Anfang kommt es an

Füttern und Hygiene

Akzeptieren Sie als Sättigungssignale:

wenn das Baby den Kopf und Blick
abwendet oder den Mund nicht öffnet

wenn das Baby den Arm oder den Löffel
mit der Hand weg drückt



Auf den Anfang kommt es an

Füttern und Hygiene

Akzeptieren Sie als Sättigungssignale:

wenn das Kind sich wendet

wenn das Kind „Nein“
sagt

wenn das Kind beim Füttern davon
krabbelt, aufsteht oder wegläuft



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Füttern und Hygiene

Füttern ist eine Beziehungssituation!

Achten Sie auf den Abstand zum Kind
und das Füttertempo.

Schauen Sie auf die Signale des Kindes.
Drängen Sie das Kind nicht, wenn es sich
weg orientiert.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Füttern und Hygiene

Nicht jedes Schreien bedeutet Hunger

Schreien bedeutet nicht immer Hunger. Das Kind kann auch unruhig sein, weil es Schwierigkeiten hat in den Schlaf zu kommen oder schreien, weil es Bauchschmerzen hat.



Auf den Anfang kommt es an

Entwickelt von:



**Kinder- und Jugend-
psychiatrie / Psychotherapie**
Universitätsklinikum Ulm

In Kooperation mit:



Im Auftrag des Ministeriums für
Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit
des Landes Rheinland-Pfalz

RheinlandPfalz

Auf den Anfang kommt es an

Wichtig beim Wickeln



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Wichtig beim Wickeln

Wickelplatz

Eine Nische bietet Sicherheit für das Baby beim Wickeln.



Auf den Anfang kommt es an

Wichtig beim Wickeln

Wickelplatz

Wärmelampe, damit das Baby nicht auskühlt.

Alles greifbar mit einer Hand.



Auf den Anfang kommt es an

Wichtig beim Wickeln

Achtung beim Wickeln

Immer eine Hand am Kind.

Von Anfang an das Kind nie alleine auf dem Wickeltisch lassen.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Wichtig beim Wickeln

Wickelplatz

Das Wickeln gut vorbereiten, damit alles mit einer Hand greifbar ist.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Wichtig beim Wickeln

Wichtige Handgriffe beim Wickeln

Den Rücken des Babys beim Anheben mit der Hand stützen.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Wichtig beim Wickeln

Wichtige Handgriffe beim Wickeln

Hüftgelenke des Babys schonen, indem Sie die Beinchen im Überkreuzgriff hoch halten, um den Po zu reinigen.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Wichtig beim Wickeln

Wichtige Handgriffe beim Wickeln

Alle Hautfalten sorgfältig mit einem frischen und warmen Waschlappen reinigen und trocknen.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Wichtig beim Wickeln

Wichtige Handgriffe beim Wickeln

Das Baby auch beim Wickeln über die Seite drehen.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Wichtig beim Wickeln

Wichtige Handgriffe beim Wickeln

Bei Bedarf Hautpflege mit Babyöl.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Wichtig beim Wickeln

Wichtige Handgriffe beim Wickeln

Das Baby kühlt in den ersten vier bis sechs Wochen noch schnell aus beim Wickeln.

Wärmelampe benutzen und auf die Temperatur des Babys achten.



Auf den Anfang kommt es an

Wichtig beim Wickeln

Wickeln ist eine Beziehungssituation!

Achten Sie auf Ihr eigenes Tempo und das Tempo des Kindes.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Wichtig beim Wickeln

Wickeln ist eine Beziehungssituation!

„Unterhalten“ Sie sich beim Wickeln mit Ihrem Baby.

Achten Sie auf Zeichen der Zu- und Abwendung.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Wichtig beim Wickeln

Wickeln ist eine Beziehungssituation!

Gönnen Sie dem Baby Erholungs-
pausen.

Es nimmt wieder (Blick-) Kontakt auf,
sobald es dazu bereit ist.



Auf den Anfang kommt es an

Entwickelt von:



**Kinder- und Jugend-
psychiatrie / Psychotherapie**
Universitätsklinikum Ulm

In Kooperation mit:



Pädagogische
Hochschule Ludwigsburg

Im Auftrag des Ministeriums für
Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit
des Landes Rheinland-Pfalz

RheinlandPfalz

Auf den Anfang kommt es an

So schläft das Kind am sichersten



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

So schläft das Kind am sichersten

Was ist plötzlicher Säuglingstod?

Ein scheinbar gesundes Baby hört im Schlaf auf zu atmen und stirbt.

Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

So schläft das Kind am sichersten

Wie lange ist das Baby gefährdet?

Der plötzliche Säuglingstod kann im ersten Lebensjahr auftreten.

Die meisten Fälle gibt es zwischen dem 2. und 4. Lebensmonat und um den 7. Lebensmonat herum.

Auf den Anfang kommt es an

So schläft das Kind am sichersten

Wie hoch ist das Risiko?

Pro Jahr sterben etwa 500 Babys in
Deutschland am plötzlichen Säuglingstod.

Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

So schläft das Kind am sichersten

Welche Risikofaktoren sind bekannt?

- Untergewichtigkeit bei der Geburt
- Schlafposition des Babys (Bauchlage, Seitenlage)
- Bettdecken und Ähnliches im Bett
- Rauchen in der Schwangerschaft
- Rauchen in der Umgebung des Babys
- Plötzlicher Säuglingstod in der Familie aufgetreten
- Überwärmung des Babys beim Schlafen

Auf den Anfang kommt es an

So schläft das Kind am sichersten

Was sind die Gründe oder Ursachen?

- Das Atmungssystem des Babys ist unterschiedlich ausgereift.
- Die Schutzreaktionen, z. B. Aufwachen, wenn der Mund bedeckt ist oder Wegschieben der Kissen, sind noch nicht ausgereift.
- Das Baby überwärmt noch schnell, ohne zu erwachen.

Auf den Anfang kommt es an

So schläft das Kind am sichersten

In den ersten 12 Monaten NICHT ins Kinderbettchen gehören

- Kopfkissen
- Schmusetücher
- Lose Spucktücher
- Schaf- oder Kunstfell
- Daunen- oder Federbetten



Auf den Anfang kommt es an

So schläft das Kind am sichersten

In den ersten 12 Monaten NICHT ins Kinderbettchen gehören

- Himmel, Nestchen, Bettumrandung
- Kuscheltiere
- Wärmflasche/Heizkissen
- Haustiere



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

So schläft das Kind am sichersten

Risiko kann vermindert werden durch

- Rückenlage zum Schlafen
- Schlafsack statt Bettdecke
- Schnuller zum Schlafen
- Rauchfreie Umgebung für das Baby



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

So schläft das Kind am sichersten

Die Rückenlage ist die richtige
Schlafposition

Die Bauchlage sollte vermieden werden,
solange sich das Baby nicht alleine auf den
Bauch dreht.



Auf den Anfang kommt es an

So schläft das Kind am sichersten

Schlafsack ist sicherer als Decke und Kissen

Das Baby schläft sicher und warm in
Schlafanzug und Schlafsack.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

So schläft das Kind am sichersten

Schnuller senken das Risiko für plötzlichen Säuglingstod

Das Baby schläft ruhiger mit Schnuller.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

So schläft das Kind am sichersten

Frische, unverbrauchte Luft ist wichtig

- gut lüften
- kühler Raum
- nicht in der Wohnung rauchen



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

So schläft das Kind am sichersten

Vermeiden Sie Überwärmung durch

- Mittagshitze
- direkte Sonneneinstrahlung auf den Schlafplatz, den Kinderwagen oder im Auto
- zu warme Kleidung



Auf den Anfang kommt es an

So schläft das Kind am sichersten

Das Baby nie alleine im Auto lassen

Im Auto ist die Gefahr von Wärmestau
besonders groß



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

So schläft das Kind am sichersten

Raumtemperatur zum Schlafen

16 bis 18 Grad Celsius sind zum Schlafen für das Baby optimal.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

So schläft das Kind am sichersten

Kleidung

Ist das Baby älter als vier Wochen,
benötigt es keine wärmere Kleidung als
Sie selbst!



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

So schläft das Kind am sichersten

Testen Sie die Temperatur des Babys

an der Stirn oder im Nacken

es soll dort warm, aber nicht verschwitzt
sein



Quelle:
Viva Familia
Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und
Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz,
So schläft Ihr Baby am sichersten – in Rückenlage –
im Schlafsack – rauchfrei
Plötzlicher Säuglingstod. Das Risiko senken.

Ein Kurs für junge Eltern –
entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der
Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Entwickelt von:



**Kinder- und Jugend-
psychiatrie / Psychotherapie**
Universitätsklinikum Ulm

In Kooperation mit:



Pädagogische
Hochschule Ludwigsburg

Im Auftrag des Ministeriums für
Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit
des Landes Rheinland-Pfalz

RheinlandPfalz

Auf den Anfang kommt es an

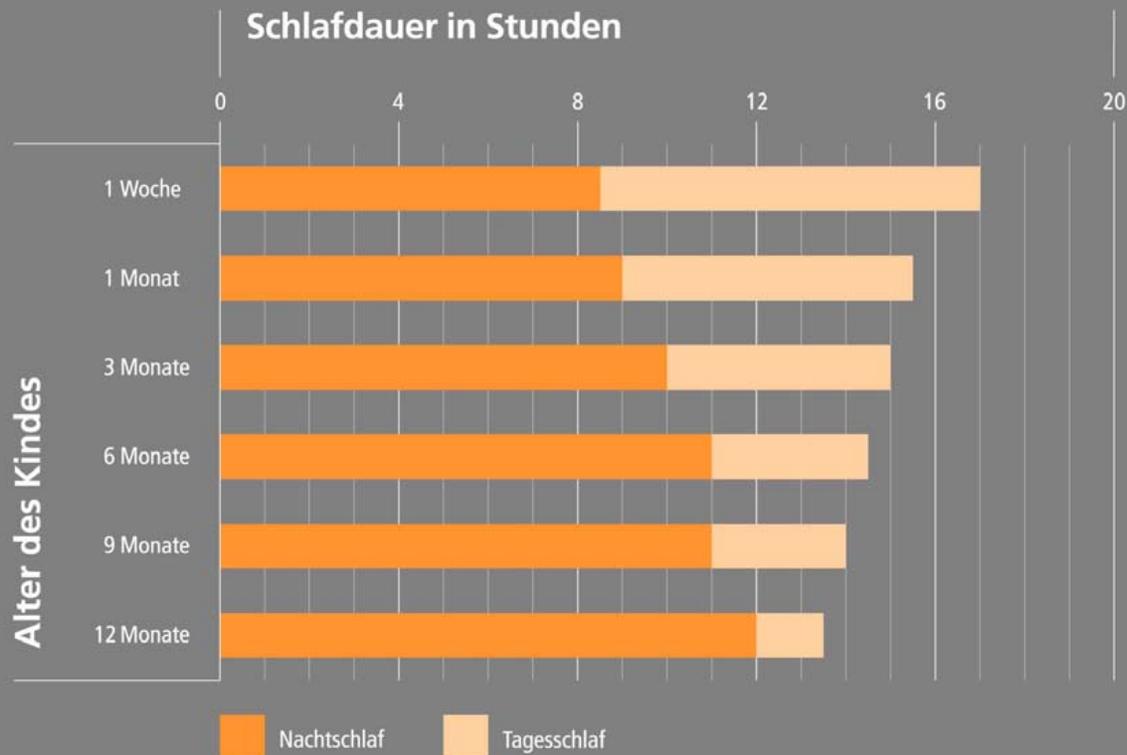
Schlafen im ersten halben Jahr



Auf den Anfang kommt es an

Schlafen im ersten halben Jahr

Durchschnittliche Schlafzeit von Babys



Quelle: Kast-Zahn, A. & Morgenroth, H. (2000).
Jedes Kind kann Schlafen lernen.
Vom Baby bis zum Schulkind:
Wie Sie die Schlafprobleme Ihres Kindes
lösen und vermeiden können.
Ratingen: Oberstebrink-Verlag

Quelle: Frei nach Ferber, R. (1985):
Solve your child's sleep problems.
New York: Simon & Schuster.

Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Schlafen im ersten halben Jahr

Schlafen bis 6 Monate

- Möglichst keine Einschlaf-Hilfen geben
- Abendmahlzeit schon nach wenigen Wochen einführen



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Schlafen im ersten halben Jahr

Einschlaf-Hilfe: Nuckel

Vorteil: Saugen wirkt sehr beruhigend, Nuckeln kann Atempausen oder Atemstillstand mindern

Nachteil: Saugen am Nuckel wird zur Angewohnheit

Empfehlung: wenn Nuckel dann nur kurz (d.h. nur zum Einschlafen) und früh wieder abgewöhnen



Auf den Anfang kommt es an

Schlafen im ersten halben Jahr

Einschlaf-Hilfe: Brust oder Flasche

Vorteil: Saugen wirkt sehr beruhigend

Nachteil: Einschlafen mit der Flasche wird Gewohnheit, fördert Karies

Empfehlung: Füttern und Schlafen möglichst früh trennen. Das Baby wieder wecken und nur satt und müde ins Bett legen



Auf den Anfang kommt es an

Schlafen im ersten halben Jahr

Einschlaf-Hilfe: Auf dem Arm halten

Vorteil: Das Baby schläft schnell ein.

Nachteil: Das Baby kann erschrecken, wenn es aufwacht und dann allein im Bett ist.

Empfehlung: Das Baby nur zum Trösten auf dem Arm halten und wiegen (zum Beruhigen) oder bei Bauchschmerzen.



Auf den Anfang kommt es an

Schlafen im ersten halben Jahr

Einschlaf-Hilfe: Mit den Eltern im Bett

Vorteil: Das Baby schläft schneller ein.

Nachteil: Das Baby gewöhnt sich daran in Gesellschaft zu schlafen.

Empfehlung:

- Das Baby nur in Ausnahmesituationen mit ins eigene Bett nehmen.
- Sorgen Sie auch für Ihren eigenen Schlaf und Ihre partnerschaftliche Beziehung!



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Entwickelt von:



**Kinder- und Jugend-
psychiatrie / Psychotherapie**
Universitätsklinikum Ulm

In Kooperation mit:



Im Auftrag des Ministeriums für
Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit
des Landes Rheinland-Pfalz

RheinlandPfalz

Auf den Anfang kommt es an

Schlaf-Wach-Zustände



Auf den Anfang kommt es an

Schlaf-Wach-Zustände

Ruhiger Schlaf – Tiefschlaf

- Das Baby hat eine ruhige und regelmäßige Atmung.
- Es reagiert nicht auf Geräusche oder Anfassen.



Auf den Anfang kommt es an

Schlaf-Wach-Zustände

Traumphasenschlaf (REM-Schlaf)

Sichtbar sind dabei

- Augenbewegungen bei geschlossenen Lidern,
- Zuckungen der Arme, Beine und des Körpers, Grimassen und
- Saugbewegungen.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Schlaf-Wach-Zustände

Halbschlaf – Übergangszustand

- Das Baby öffnet und schließt die Augen im Wechsel.
- Es hat einen abwesenden Blick.
- Die Atmung ist regelmäßig, flacher und schneller als im Tiefschlaf.



Auf den Anfang kommt es an

Schlaf-Wach-Zustände

Ruhig, wach und aufmerksam

- Das Baby zeigt minimale körperliche Aktivität.
- Es hat einen offenen Gesichtsausdruck und einen klaren Blick.
- Es ist konzentriert und aufnahmebereit.



Auf den Anfang kommt es an

Schlaf-Wach-Zustände

Überwach

- Die Atmung des Babys ist unregelmäßig.
- Es ist angespannt und motorisch unruhig.
- Sichtbar sind viele Bewegungen im Gesicht.
- Das Baby ist brüchig und weinerlich.
- Es ist wenig aufmerksam.



Auf den Anfang kommt es an

Schlaf-Wach-Zustände

Schreien

- In der Mimik sind Grimassen zu sehen.
- Die Hautfarbe wechselt häufig.
- Das Baby hat eine unregelmäßige Atmung.
- Es ist wechselhaft zugänglich für Reize.



Auf den Anfang kommt es an

Entwickelt von:



**Kinder- und Jugend-
psychiatrie / Psychotherapie**
Universitätsklinikum Ulm

In Kooperation mit:



Im Auftrag des Ministeriums für
Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit
des Landes Rheinland-Pfalz

RheinlandPfalz

Auf den Anfang kommt es an

Feinzeichen verstehen mit Charlotte und Felix
(3 Monate)



Auf den Anfang kommt es an

Feinzeichen verstehen mit Charlotte und Felix (3 Monate)

Was drückt Charlotte aus?



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Feinzeichen verstehen mit Charlotte und Felix (3 Monate)

Charlotte ist offen

- Charlotte lächelt ihre Mutter mit leicht geöffnetem Mund an
- sie ist bereit zum Austausch mit ihrer Mutter



Auf den Anfang kommt es an

Feinzeichen verstehen mit Charlotte und Felix (3 Monate)

Was drückt Felix aus?



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Feinzeichen verstehen mit Charlotte und Felix (3 Monate)

Felix ist erschöpft und beruhigt sich selbst

- Felix hat ein trauriges Gesicht
- seine rechte Hand ist zur Faust geballt
- er hat die Arme auf seinen Bauch gelegt und bringt das Fäustchen zum Gesicht
- er sucht den Blick seiner Mutter



Auf den Anfang kommt es an

Feinzeichen verstehen mit Charlotte und Felix (3 Monate)

Was drückt Charlotte aus?



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Feinzeichen verstehen mit Charlotte und Felix (3 Monate)

Auch Charlotte wendet sich ab

- Charlotte ist durch das Ausziehen etwas aus der Balance
- ihre Finger sind gespreizt und sie schaut zur Decke



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Feinzeichen verstehen mit Charlotte und Felix (3 Monate)

Was drückt Felix aus?



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Feinzeichen verstehen mit Charlotte und Felix (3 Monate)

Felix wendet sich ab

- Felix wendet seinen Kopf ab
- sein Blick ist von der Mutter weg gerichtet
- marmorierte Haut zeigt, dass er angestrengt ist
- er drückt sich mit dem rechten Arm ab und macht leichte Fäuste



Auf den Anfang kommt es an

Feinzeichen verstehen mit Charlotte und Felix (3 Monate)

Was drückt Charlotte aus?



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Feinzeichen verstehen mit Charlotte und Felix (3 Monate)

Charlotte ist etwas irritiert und beruhigt sich selbst

- das Blinzeln und die gespreizten Finger zeigen Abwendung an
- Charlotte beruhigt sich selbst durch das Zusammenlegen der Füße und mit kleinem Lächeln



Auf den Anfang kommt es an

Feinzeichen verstehen mit Charlotte und Felix (3 Monate)

Was drückt Felix aus?



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Feinzeichen verstehen mit Charlotte und Felix (3 Monate)

Felix ist offen

- Felix strahlt seine Mutter mit glänzenden Augen an
- seine Arme sind ruhig
- sein Mund ist leicht geöffnet, er lächelt



Auf den Anfang kommt es an

Feinzeichen verstehen mit Charlotte und Felix (3 Monate)

Was drückt Charlotte aus?



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Feinzeichen verstehen mit Charlotte und Felix (3 Monate)

Charlotte beruhigt sich selbst

- Charlotte hält sich am Hemd fest
- die Hand ist am Mund
- die Füße sind zusammengelegt
- der Blick ist zur Decke gerichtet



Auf den Anfang kommt es an

Feinzeichen verstehen mit Charlotte und Felix (3 Monate)

Was drückt Felix aus?



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Feinzeichen verstehen mit Charlotte und Felix (3 Monate)

Felix sucht Unterstützung bei der Mutter

- Felix streckt seine Arme stark durch und rudert
- er macht leichte Fäuste
- er schaut seine Mutter an
- Mund und Körper zeigen seine Anspannung



Auf den Anfang kommt es an

Feinzeichen verstehen mit Charlotte und Felix (3 Monate)

Was drückt Charlotte aus?



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Feinzeichen verstehen mit Charlotte und Felix (3 Monate)

Charlotte konzentriert sich auf das Spielzeug

- Charlotte fixiert den Ring mit den Augen
- sie hält ihn in der Körpermitte hoch und betrachtet ihn
- die Füße sind zur Stabilisierung zusammen gelegt



Auf den Anfang kommt es an

Feinzeichen verstehen mit Charlotte und Felix (3 Monate)

Was drückt Felix aus?



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Feinzeichen verstehen mit Charlotte und Felix (3 Monate)

Felix braucht dringend eine Pause

- Felix ist im Oberkörper schlaff und zusammen gesunken
- er hält sich an der Hand der Mutter und am Spielzeug fest
- sein Blick ist nach unten gerichtet
- er spuckt etwas Speichel aus



Auf den Anfang kommt es an

Feinzeichen verstehen mit Charlotte und Felix (3 Monate)

Was drückt Charlotte aus?



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Feinzeichen verstehen mit Charlotte und Felix (3 Monate)

Charlotte braucht auch eine Pause

- Charlotte hat beide Hände zur Faust geballt
- ihr Mund ist zu einer Grimasse verzogen
- ihr Oberkörper ist schlaff
- sie wendet den Blick von der Mutter ab



Auf den Anfang kommt es an

Feinzeichen verstehen mit Charlotte und Felix (3 Monate)

Was drückt Felix aus?



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Feinzeichen verstehen mit Charlotte und Felix (3 Monate)

Felix ist müde

- Felix hat einen leeren Gesichtsausdruck
- der Blick ist starr auf die Mutter gerichtet
- die Mundwinkel zeigen nach unten



Auf den Anfang kommt es an

Feinzeichen verstehen mit Charlotte und Felix (3 Monate)

Was drückt Charlotte aus?



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Feinzeichen verstehen mit Charlotte und Felix (3 Monate)

Charlotte ist balanciert und offen

- Charlottes Füße sind zusammen gelegt
- ihre Hände umgreifen das Knie und das Bein
- ihr Blick ist auf die Mutter gerichtet
- der Mund ist leicht geöffnet



Auf den Anfang kommt es an

Feinzeichen verstehen mit Charlotte und Felix (3 Monate)

Was drückt Felix aus?



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Feinzeichen verstehen mit Charlotte und Felix (3 Monate)

Felix ist erschöpft und sucht Unterstützung

- Felix Finger sind leicht gespreizt (linke Hand)
- er stützt sich auf der Unterlagen ab (rechte Arm/Hand)
- seine Lippen sind zusammen gepresst
- das Gesicht signalisiert Anspannung



Auf den Anfang kommt es an

Feinzeichen verstehen mit Charlotte und Felix (3 Monate)

Was drückt Charlotte aus?



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Feinzeichen verstehen mit Charlotte und Felix (3 Monate)

Charlotte ist müde

- die Augen sind halb geschlossen
- der Blick ist zur Mutter gerichtet
- die Finger der rechten Hand sind abgespreizt
- wenig Bewegungen



Auf den Anfang kommt es an

Entwickelt von:



**Kinder- und Jugend-
psychiatrie / Psychotherapie**
Universitätsklinikum Ulm

In Kooperation mit:



Pädagogische
Hochschule Ludwigsburg

Im Auftrag des Ministeriums für
Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit
des Landes Rheinland-Pfalz

RheinlandPfalz

Auf den Anfang kommt es an

Soziales Netz



Auf den Anfang kommt es an

Soziales Netz

Mein soziales Netz



Auf den Anfang kommt es an

Soziales Netz

Mein soziales Netz

Wenn Sie Ihr persönliches soziales Netz aufzeichnen,
können Sie durch

- a) Farben,
- b) Größen und
- c) die Entfernung auf dem Papier zu Ihrem
eigenen Symbol

zeigen, wer in Ihrem Netzwerk besonders wichtig
und hilfreich ist

Auf den Anfang kommt es an

Entwickelt von:



**Kinder- und Jugend-
psychiatrie / Psychotherapie**
Universitätsklinikum Ulm

In Kooperation mit:



Im Auftrag des Ministeriums für
Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit
des Landes Rheinland-Pfalz

RheinlandPfalz

Auf den Anfang kommt es an

Gestuftes Trösten (Mutter)

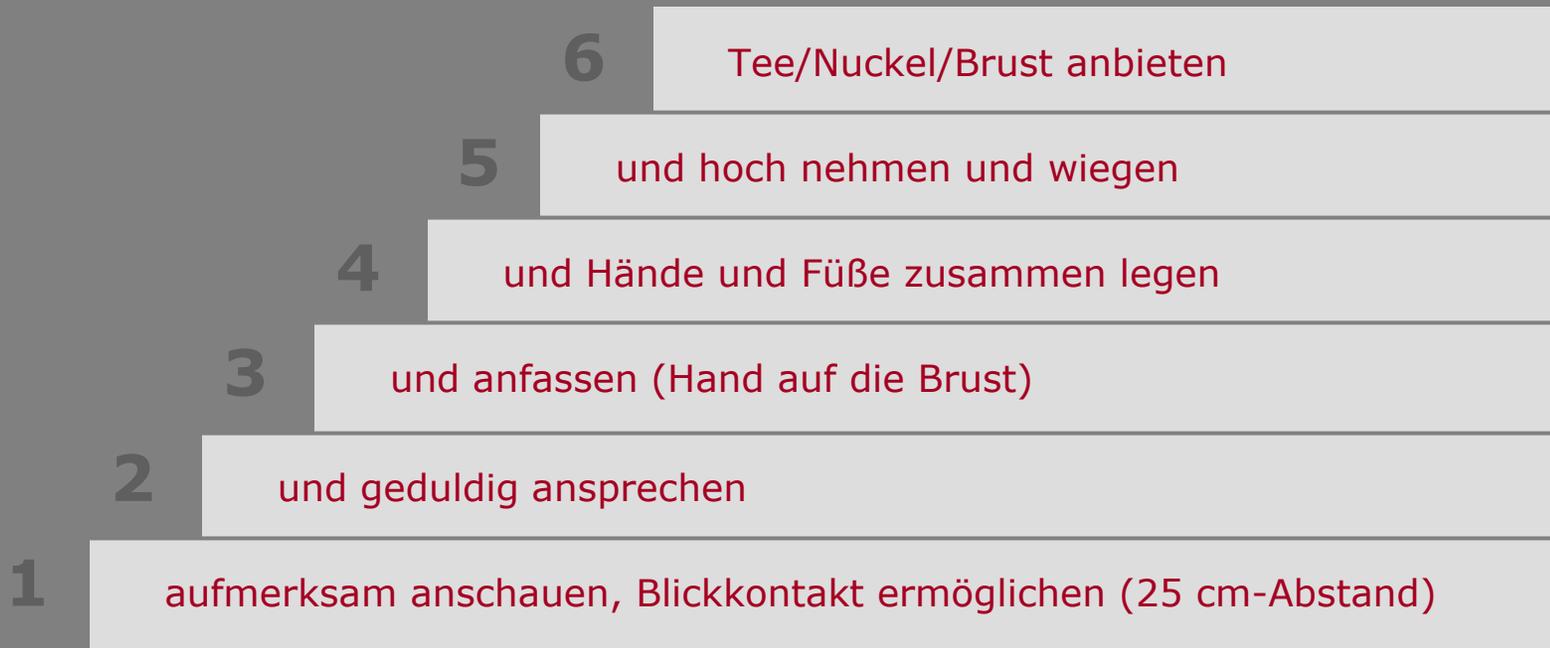


Auf den Anfang kommt es an

Gestuftes Trösten

Sechs Stufen des Tröstens

Bieten Sie jede Stufe mindestens eine Minute an.



Auf den Anfang kommt es an

Gestuftes Trösten

Trösten Stufe 1

Blickkontakt ermöglichen, Nähe anbieten

Bieten Sie dem Baby zunächst Ihr Gesicht und den Blickkontakt mit Ihnen zur (Selbst-) Beruhigung an.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Gestuftes Trösten

Trösten Stufe 2

Ansprechen

Sprechen Sie das Baby ruhig und geduldig an und halten Sie dabei Blickkontakt.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Gestuftes Trösten

Trösten Stufe 3

Anfassen, Hand auf die Brust legen

Berühren Sie das Baby. Legen Sie die Hand auf die Brust oder halten Sie das Händchen und reden Sie beruhigend mit dem Baby.



Auf den Anfang kommt es an

Gestuftes Trösten

Trösten Stufe 4

Anfassen, Hände und Füße falten

Legen Sie die Händchen und Füßchen zusammen und reden Sie mit dem Baby ruhig und schauen Sie es dabei an.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Gestuftes Trösten

Trösten Stufe 5

Hochnehmen, Halten und begrenzen

Nehmen Sie das Baby auf den Arm,
halten Sie es ruhig, begrenzen Sie es
und sprechen Sie mit ihm.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Gestuftes Trösten

Trösten Stufe 5

Hochnehmen, Begrenzen, Wiegen

Wiegen Sie das Baby im Arm,
begrenzen Sie es (Hände und Füße
zusammen legen) und reden Sie
mit ihm.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Gestuftes Trösten

Trösten Stufe 6

Saugen: Nuckel anbieten

Begrenzen Sie das Baby, reden Sie mit ihm und bieten Sie ihm geduldig das eigene Fäustchen, einen Finger oder einen Nuckel an.



Auf den Anfang kommt es an

Gestuftes Trösten

Trösten Stufe 6

Saugen: Brust/Flasche anbieten

Bieten Sie dem Baby vorsichtig die Flasche an, begrenzen Sie es (z. B. in der Decke) und reden Sie beruhigend mit ihm.



Auf den Anfang kommt es an

Gestuftes Trösten

Wenn Trösten nicht hilft –
Machen Sie eine kurze Pause.

Lassen Sie das Baby für 2-3 Minuten
alleine und schöpfen Sie neue Kraft bzw.
holen Sie Unterstützung.

Manchmal schläft das Baby in dieser
kurzen Zeit auch alleine ein.



Auf den Anfang kommt es an

Gestuftes Trösten

Wenn das Trösten nicht hilft

Überprüfen Sie, ob das Baby Schmerzen hat! Wenn Sie unsicher sind, suchen Sie einen Kinderarzt auf.

Wenn es keinen erkennbaren Grund gibt und das Baby meist Trost nicht annehmen kann, sollten Sie eine Schreiberatung aufsuchen!



Achtung!

Lassen Sie das Baby nicht aus Erschöpfung alleine in der Wohnung!

Auf den Anfang kommt es an

Gestuftes Trösten

Wichtig beim Trösten des Babys

Wenn Sie selbst ärgerlich und angespannt sind,
können Sie nicht trösten!

Versuchen Sie

- sich selbst zu beruhigen
- den Notfallplan einzusetzen
- sich Unterstützung zu holen

Auf den Anfang kommt es an

Entwickelt von:



**Kinder- und Jugend-
psychiatrie / Psychotherapie**
Universitätsklinikum Ulm

In Kooperation mit:



Pädagogische
Hochschule Ludwigsburg

Im Auftrag des Ministeriums für
Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit
des Landes Rheinland-Pfalz

RheinlandPfalz

Auf den Anfang kommt es an

Jedes Baby ist anders



Auf den Anfang kommt es an

Jedes Baby ist anders

Babys . . .

- sind unterschiedlich leicht erregbar
- können sich unterschiedlich schnell selbst beruhigen
- reagieren unterschiedlich auf Unterstützung



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Jedes Baby ist anders

Manche Babys . . .

- geraten bereits bei kleinen Störungen und geringen Veränderungen aus der Balance
- brauchen länger, um sich selbst zu beruhigen oder Unterstützung anzunehmen

Zum Beispiel . . .

- weinen Sie sofort nach dem Aufwachen.
- winden Sie sich und protestieren, wenn sie im Buggy oder Autositz angeschnallt werden.

Auf den Anfang kommt es an

Jedes Baby ist anders

Diese Babys brauchen . . .

- weniger Anregung durch Personen, Gegenstände oder Geräusche
- länger Zeit um sich selbst zu beruhigen
- viel Unterstützung zur Selbstberuhigung
- öfter mal eine Ruhephase
- klare und regelmäßige Tagesabläufe

Auf den Anfang kommt es an

Jedes Baby ist anders

Manche Babys . . .

- bleiben bei kleinen Störungen und geringen Veränderungen in ihrer Balance
- können sich selbst beruhigen und Unterstützung annehmen

Zum Beispiel . . .

- weinen Sie nach dem Aufwachen erst nach einigen Minuten, wenn niemand kommt.
- zeigen Sie zuerst Kummer und beruhigen sich dann, wenn sie im Buggy oder Autositz angeschnallt werden.

Auf den Anfang kommt es an

Jedes Baby ist anders

Manche Babys . . .

- reagieren auch auf starke Störungen und Veränderungen kaum sichtbar
- scheinen keine Unterstützung zu brauchen

Zum Beispiel . . .

- spielen Sie nach dem Aufwachen lange still im Bett.
- zeigen Sie keine Reaktion, wenn sie im Buggy oder Autositz angeschnallt werden.

Auf den Anfang kommt es an

Jedes Baby ist anders

Diese Babys brauchen . . .

- mehr Anregung und Kontakt
- Eltern, die sie genau beobachten und ihre Gefühle spiegeln
- einen regen, spielerischen Austausch mit ihren Bezugspersonen

Auf den Anfang kommt es an

Entwickelt von:



**Kinder- und Jugend-
psychiatrie / Psychotherapie**
Universitätsklinikum Ulm

In Kooperation mit:



Pädagogische
Hochschule Ludwigsburg

Im Auftrag des Ministeriums für
Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit
des Landes Rheinland-Pfalz

RheinlandPfalz

Auf den Anfang kommt es an

Alleine Einschlafen

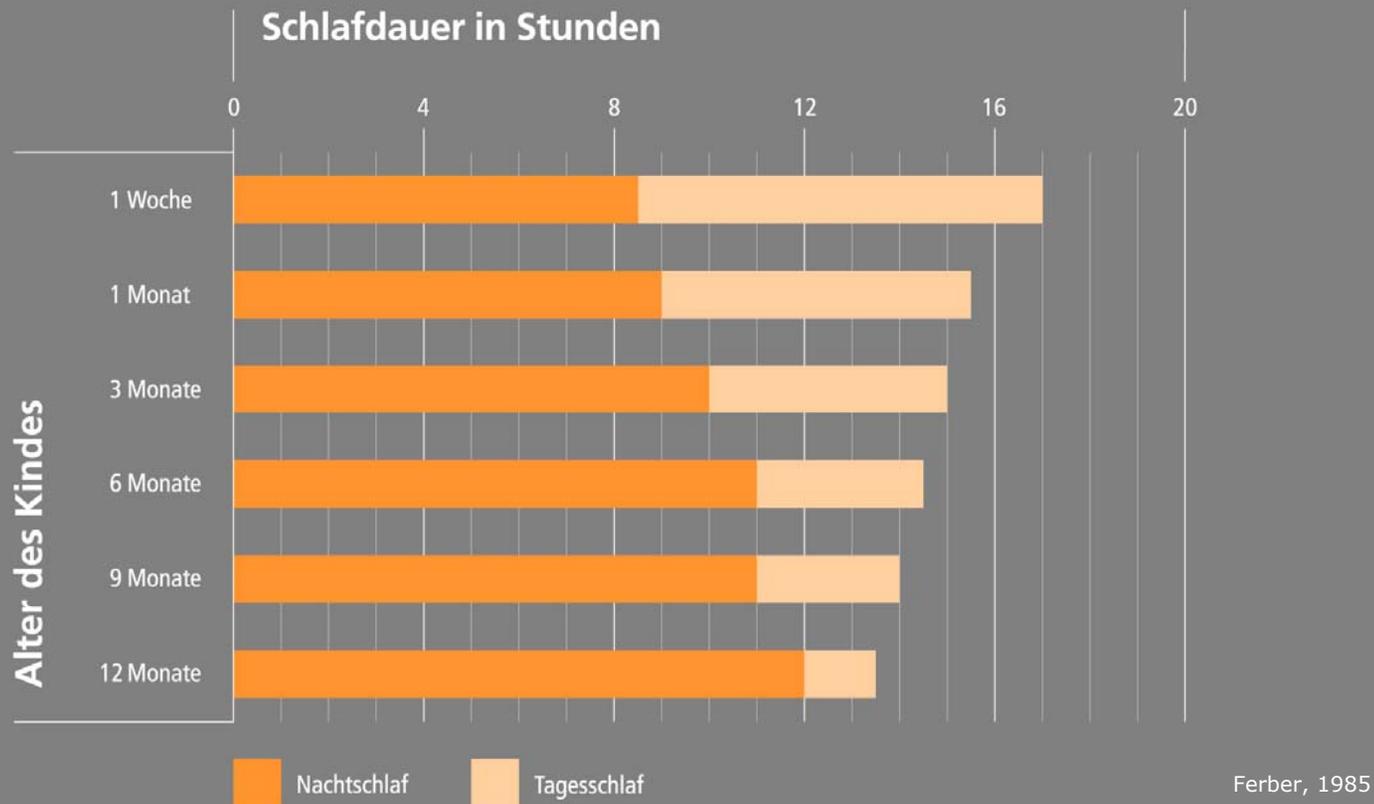


Quelle: Kast-Zahn, A. & Morgenroth, H. (2000). Jedes Kind kann Schlafen lernen. Vom Baby bis zum Schulkind: Wie Sie die Schlafprobleme ihres Kindes lösen und vermeiden können. Ratingen: Oberstebrink-Verlag

Auf den Anfang kommt es an

Alleine Einschlafen

Schlafzeiten von Babys



Auf den Anfang kommt es an

Alleine Einschlafen

Ungünstige Einschlaf-Hilfen

sich regelmäßig zum Kind ins
Bett legen



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Alleine Einschlafen

Ungünstige Einschlaf-Hilfen

das Kind auf dem Arm tragen, bis es eingeschlafen ist



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Alleine Einschlafen

Ungünstige Einschlaf-Hilfen

Schnuller zum Einschlafen



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Alleine Einschlafen

Ungünstige Einschlaf-Hilfen

Händchen halten



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Alleine Einschlafen

Ungünstige Einschlaf-Hilfen

Das Baby findet nur mit der Flasche/
Brust in den Schlaf.

Füttern und Schlafen möglichst früh
Trennen!



Auf den Anfang kommt es an

Alleine Einschlafen

Voraussetzungen zum Alleine-Schlafen

eigenes Bett

nur müde zum Schlafen legen



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Alleine Einschlafen

Voraussetzungen zum Alleine-Schlafen

eigenes/ruhiges Zimmer (besonders für unruhige Babys)



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Alleine Einschlafen

Schlafen bis 6 Monate

Legen Sie das Baby zum Schlafen ins eigene Bettchen.

Geben Sie möglichst keine Einschlaf-Hilfen.

Führen Sie schon nach wenigen Wochen eine regelmäßige Abendmahlzeit ein.



Auf den Anfang kommt es an

Alleine Einschlafen

Schlafen lernen ab 6 Monate

Bieten Sie dem Baby nur im Ausnahmefall Einschlaf-Hilfen an (z.B. Krankheit, fremde Umgebung, Belastung) .

Achten Sie darauf, dass Sie das Baby nur müde zum Schlafen ins Bettchen legen.

Halten Sie feste Einschlafzeiten und ein dem Alter des Kindes entsprechendes Einschlafritual ein.

Auf den Anfang kommt es an

Alleine Einschlafen

Schlafen lernen ab 6 Monate

Bei unruhigen Babys ist ein fester, zuverlässiger Tagesablauf besonders wichtig! Diese Struktur gibt unruhigen Kindern Halt und Sicherheit.

Geben Sie dem Baby auch die Möglichkeit mal selbst in den Schlaf zu finden (d.h. auch mal ein paar Minuten Schreien aushalten).

Auf den Anfang kommt es an

Alleine Einschlafen

Schreien unnötig machen

Lassen Sie das Baby nicht lange und unkontrolliert schreien, sondern machen Sie sein Schreien unnötig, indem Sie beim Einschlafen nach einem vorher von Ihnen selbst festgelegten Plan vorgehen.

Auf den Anfang kommt es an

Alleine Einschlafen

Schreien unnötig machen

	beim 1. Mal	beim 2. Mal	beim 3. Mal	jedes weitere Mal
am 1. Tag	3 Min.	5 Min.	7 Min.	7 Min.
am 2. Tag	5 Min.	7 Min.	9 Min.	9 Min.
am 3. Tag	7 Min.	9 Min.	10 Min.	10 Min.
ab dem 4. Tag	10 Min.	10 Min.	10 Min.	10 Min.

Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Alleine Einschlafen

Schreien unnötig machen

Die Wartezeiten sollten dem Temperament und der Reaktion Ihres Babys entsprechen. Die Angaben im Plan sind als Beispiel aufzufassen.

Mit dem Wartezeitenplan lernt das Baby, dass Sie nicht auf sein Schreien reagieren, sondern selbst entscheiden, wann Sie ins Zimmer kommen.

Auf den Anfang kommt es an

Alleine Einschlafen

Was ist noch wichtig beim Schlafen
ab 6 Monate?

nicht mehr als zwei Tagesschläfchen

die Wachphase vor der Nacht sollte
die längste sein, damit das Baby
müde ist



Auf den Anfang kommt es an

Ein Kurs für junge Eltern

Entwickelt von:

In Kooperation mit:



**Kinder- und Jugend-
psychiatrie / Psychotherapie**
Universitätsklinikum Ulm



**Pädagogische
Hochschule Ludwigsburg**

Im Auftrag des Ministeriums für
Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit
des Landes Rheinland-Pfalz

RheinlandPfalz

Auf den Anfang kommt es an

Füttern



Auf den Anfang kommt es an

Füttern

0-6 Monate

Das Baby trinkt in den ersten Lebensmonaten Milch, Wasser oder Tee aus der Flasche oder an der Brust.

Es kann bereits direkt nach der Geburt kräftig an der Brust oder an einer Flasche saugen.



Auf den Anfang kommt es an

Füttern

4 – 6 Monate

Das Baby kann zunehmend besser mit dem Löffel Brei oder pürierte Nahrung essen.

Das Saugen und Schlucken ist weiter gereift.

Bei Allergierisiko beginnt man mit dem Zufüttern vorsichtig erst ab dem 7. Lebensmonat.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Füttern

5 – 7 Monate

Das Baby nimmt Flüssigkeit, Püree, Biscuits vom Löffel (weiche Kekse, Babykekse).

Der Beiß- und der Saugreflex verlieren sich.

Das Baby kann zunehmend besser kauen.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Füttern

8 – 12 Monate

Das Baby kann jetzt Juniorkost und zerdrückte Kost essen.

Es isst selbst mit den Fingern.

Das Trinken aus der Tasse kann jetzt langsam geübt werden.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Füttern

8 – 12 Monate

Das Baby macht große Entwicklungsfortschritte im Kauen. Die Zunge arbeitet dabei aktiv mit.

Es beißt gerne auf Dingen rum und knabbert Möhren, Äpfel, hartes Brot etc.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Füttern

Und wie geht es weiter?

12 - 15 Monate

Das Kind kann zerkleinerte Kost essen (Abstillen, Absetzen der Flaschennahrung).

15 - 24 Monate

Das Kind kann auf Normalkost umgestellt werden und zunehmend selber essen.

Auf den Anfang kommt es an

Füttern

Füttern im ersten halben Jahr

Füttern Sie Ihr Baby auf dem Schoß bis es alleine frei sitzen kann.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Füttern

Füttern im Hochstuhl

Füttern Sie das Baby erst im Hochstuhl, wenn es alleine frei sitzen kann.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Füttern

Hungerzeichen

Das Baby ist Ihnen zugewandt.

Es nimmt Blickkontakt auf.

Es öffnet den Mund.

Seine Arme sind angewinkelt und es hat leichte Fäuste.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Füttern

Sättigungszeichen

Das Baby überstreckt sich.

Es wendet das Gesicht ab.

Es sagt „Nein!“.

Es schüttelt den Kopf.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Füttern

Sättigungszeichen

Es schiebt Ihren Arm, den Teller oder den Löffel weg.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Füttern

Sättigungszeichen

Das Baby möchte aufstehen.

Es krabbelt weg.

Es läuft weg.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Füttern

Füttern ist eine Beziehungssituation!

Achten Sie auf den Abstand und das Tempo beim Füttern.

Schauen Sie auf die Signale des Kindes.

Genießen Sie die Ruhe und den intensiven Kontakt mit dem Kind in dieser Situation.



Auf den Anfang kommt es an

Füttern

Alleine Essen lernen

Ab wann würden Sie Ihrem Kind einen Löffel zum Mitmachen geben?

Wann würden Sie das Baby alleine essen lassen?

Wie geht es Ihnen mit „Geklecker“?



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Entwickelt von:



**Kinder- und Jugend-
psychiatrie / Psychotherapie**
Universitätsklinikum Ulm

In Kooperation mit:



Pädagogische
Hochschule Ludwigsburg

Im Auftrag des Ministeriums für
Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit
des Landes Rheinland-Pfalz

RheinlandPfalz

Auf den Anfang kommt es an

Entwicklungsmeilensteine



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Entwicklungsmeilensteine

Soziales Wiederlächeln

ab ca. 2 Monate

- Das Baby lächelt Sie persönlich an.



Auf den Anfang kommt es an

Entwicklungsmeilensteine

Interesse am menschlichen Gesicht

ab ca. 3 Monate

- Das Gesicht wird zur wichtigen Informationsquelle.
- Das Baby liebt „Gespräche“.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Entwicklungsmeilensteine

Ausdruck von Gefühlen

ab ca. 4 Monate

- Am Gesicht des Babys lassen sich Interesse, Freude, Kummer und Erstaunen ablesen.
- Es lacht jetzt laut.



Auf den Anfang kommt es an

Entwicklungsmeilensteine

Unterscheidung von Personen und
Gegenständen

ab ca. 6 Monate

- Das Baby lächelt nur noch Personen an.
- Es unterscheidet Kinder von Erwachsenen.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Entwicklungsmeilensteine

Orientierung an der Blickrichtung

ab ca. 6 Monate

- Orientierung an der Blickrichtung



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Entwicklungsmeilensteine

Personenpermanenz

ab ca. 8-10 Monate

- Das Baby sucht und vermisst Personen.



Auf den Anfang kommt es an

Entwicklungsmeilensteine

Objektpermanenz

ab ca. 8-10 Monate

- Das Baby sucht verschwundene Gegenstände, dort wo sie vorher waren.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Entwicklungsmeilensteine

soziale Rückversicherung

ab ca. 8 Monate

- Das Baby schaut zur Bezugsperson und orientiert sich an ihrer Reaktion, ob alles in Ordnung ist.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Entwicklungsmeilensteine

Fremdeln

ab ca. 8-9 Monate

- Das Baby unterscheidet vertraute und fremde Menschen.



Auf den Anfang kommt es an

Entwicklungsmeilensteine

Trennungsangst

ab ca. 6 Monate zunehmend,
Höhepunkt mit 12 Monate

- Bei Verunsicherung sucht das Baby aktiv die Nähe der Bindungsperson.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Entwicklungsmeilensteine

Wechselseitiges Spiel

ab ca. 9 Monate

- Das Spiel des Babys wird wechselseitig (Geben und Nehmen).



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Entwicklungsmeilensteine

Unterscheidet sich selbst von anderen

ab ca. 9 Monate

Dies spiegelt sich z. B. im Verhalten des Babys:

- Es versucht, den Erwachsenen auf Interessantes hinzuweisen und zeigt darauf.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Entwicklungsmeilensteine

Bindungsbeziehungen

ab ca. 12 Monate

- Das Baby hat persönliche Bindungsbeziehungen zu seinen Bezugspersonen aufgebaut.



Auf den Anfang kommt es an

Entwickelt von:



**Kinder- und Jugend-
psychiatrie / Psychotherapie**
Universitätsklinikum Ulm

In Kooperation mit:



Pädagogische
Hochschule Ludwigsburg

Im Auftrag des Ministeriums für
Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit
des Landes Rheinland-Pfalz

RheinlandPfalz

Auf den Anfang kommt es an

Sicherheit in der Wohnung



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Sicherheit in der Wohnung

Wohin mit den Putzmitteln?



Ein Kurs für junge Eltern –
entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der
Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Sicherheit in der Wohnung

Wohin mit den Putzmitteln?

Zum Beispiel in den oberen Teil des Wandschranks.



Auf den Anfang kommt es an

Sicherheit in der Wohnung

Sicherheit in der Küche

Das Kochgitter schützt vor Verbrennungen.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Sicherheit in der Wohnung

Sicherheit in der Toilette

Der Toilettenstein ist giftig.

Kloreiniger in den ersten Lebensjahren
des Kindes benutzen!



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Sicherheit in der Wohnung

Sicherheit im Bad

Haushaltsreiniger hochstellen



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Sicherheit in der Wohnung

Wohin mit dem Badeschaum?

Babys nehmen gerne alles in den Mund,
z. B. Flaschen mit Badeschaum.



Auf den Anfang kommt es an

Sicherheit in der Wohnung

Wohin mit dem Badeschaum?

Alle Shampoos und Seifen außer
Reichweite des Babys



Auf den Anfang kommt es an

Sicherheit in der Wohnung

Alle elektrischen Geräte außer Reichweite

Das Baby kann einen tödlichen Stromschlag erleiden, wenn diese Geräte unter Strom mit Wasser in Kontakt kommen!



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Sicherheit in der Wohnung

Rutschfester Untergrund

Eine Badematte verhindert, dass das Baby in der Wanne ausrutscht



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Sicherheit in der Wohnung

Auf die Temperatur achten

Das Baby kann sich verbrennen!

Deshalb Badethermometer benutzen!



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Sicherheit in der Wohnung

Auf die Temperatur achten

Das Baby kann sich an den heißen
Armaturen verbrennen!

Deshalb immer dabei bleiben!



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Sicherheit in der Wohnung

Das Baby beim Baden nie alleine lassen!

Babys und Kleinkinder können auch in geringer Wassertiefe ertrinken.

Vor Schreck setzen die Schutzreflexe aus.

Auf den Anfang kommt es an

Sicherheit in der Wohnung

Steckdosen gesichert?

Gefahr im Kinderzimmer!

Wichtig: Alle Steckdosen in der Wohnung sichern!



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Sicherheit in der Wohnung

Treppe gesichert?

Treppengitter verhindern Stürze.

Hoch- und Runterklettern auf der Treppe unter Aufsicht früh üben.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Sicherheit in der Wohnung

Sicherheit im Bettchen

Höhe des Lattenrostes der Größe des Kindes entsprechend anpassen.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Sicherheit in der Wohnung

Sicherheit beim Wickeln – immer eine Hand am Kind lassen!

Gefahr beim Wickeln: Sturz von der Wickelkommode.

Deshalb: Von Anfang an immer eine Hand am Kind lassen!



Auf den Anfang kommt es an

Sicherheit in der Wohnung

Achtung: Gefährlicher Müll!

Altglas



Auf den Anfang kommt es an

Sicherheit in der Wohnung

Achtung: Gefährlicher Müll!

alte Batterien



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Sicherheit in der Wohnung

Achtung: Gefährlich für das Baby!

Medikamente



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Sicherheit in der Wohnung

Achtung: Gefährlich für das Baby!

Duftöle



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Sicherheit in der Wohnung

Achtung: Gefährlich für das Baby!

der Inhalt der Mülleimer

Plastiktüten und Müllbeutel wegen
Erstickungsgefahr



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Sicherheit in der Wohnung

Achtung: Gefährlich für das Baby!

Aschenbecher und Zigaretten



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Sicherheit in der Wohnung

Achtung: Gefährlich für das Baby!

Giftige Pflanzen z. B. Oleander



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Sicherheit in der Wohnung

Achtung: Gefährlich für das Baby!

Regale und Schränke an der Wand
befestigen



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Sicherheit in der Wohnung

Achtung: Haustiere und Babys

Haustiere nie allein mit dem Baby lassen!



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Entwickelt von:



**Kinder- und Jugend-
psychiatrie / Psychotherapie**
Universitätsklinikum Ulm

In Kooperation mit:



Im Auftrag des Ministeriums für
Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit
des Landes Rheinland-Pfalz

RheinlandPfalz

Auf den Anfang kommt es an

Babyerziehung?



Auf den Anfang kommt es an

Babyerziehung?

Babys sind nicht verantwortlich für das was sie tun

Babys sind sich der Wirkung ihres Verhaltens nicht bewusst.

Sie wollen niemanden ärgern.

Auf den Anfang kommt es an

Babyerziehung?

Das Baby schreit, wenn ich aus dem Zimmer gehe

Ich denke . . .

Oder ich denke . . .

Es ist nie zufrieden.

Es drückt seinen Zustand aus.

Vielleicht will es nicht alleine bleiben.

Auf den Anfang kommt es an

Babyerziehung?

Das Baby dreht den Kopf weg, wenn ich mit ihm spreche

Ich denke . . .

Oder ich denke . . .

Es mag mich nicht.

Es braucht eine Pause.

Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Babyerziehung?

Das Baby wirft die Flasche runter

Ich denke . . .

Es will mich ärgern.

Oder ich denke . . .

Es probiert aus, was mit der Flasche passiert.

Auf den Anfang kommt es an

Babyerziehung?

Babys brauchen eine klaren Rahmen

Babys sind sich der Wirkung ihres Verhaltens nicht bewusst.

Sie wollen niemanden ärgern.

ABER: Sie brauchen klare Grenzen.

Sie sind darauf angewiesen, dass Eltern ihre Fähigkeiten richtig einschätzen.

Auf den Anfang kommt es an

Babyerziehung?

Klare Grenzen setzen

Sie lachen über alles, was Ihr Baby macht, z.B. auch dann, wenn es an Ihren Haaren zieht.

Sie lachen nur, wenn sie sich über das Verhalten des Baby freuen.

Sie schauen ernst, sagen „nein“ und halten das Händchen fest, wenn es an Ihren Haaren zieht.

Auf den Anfang kommt es an

Babyerziehung?

Klare Grenzen setzen

Sie lassen das Baby in der Wohnung alles anfassen.

Sie lassen das Baby z.B. in der Spielecke alles erforschen, in der übrigen Wohnung gibt es verbotene Dinge.

Auf den Anfang kommt es an

Babyerziehung?

Positives Verhalten beachten

Sie schauen nicht nach dem Baby, wenn es friedlich spielt und räumen in der Zeit die Spülmaschine aus.

Sie gehen kurz zu dem Baby, wenn es friedlich spielt, lächeln es an und räumen dann die Spülmaschine aus.

Auf den Anfang kommt es an

Babyerziehung?

Grenzen setzen - was ist wichtig?

Reagieren Sie sofort auf das unerwünschte Verhalten.

Sprechen Sie mit möglichst ruhiger und fester Stimme.

Legen Sie das Baby dann in Ihrer Nähe (im Zimmer) ab.

Beachten Sie den Protest nicht, schauen Sie in eine andere Richtung.

Nehmen Sie das Baby nach zwei bis drei Minuten wieder hoch und ermöglichen Sie einen neuen Versuch.

Auf den Anfang kommt es an

Babyerziehung?

Grenzen setzen - das Baby beißt Sie.

Mit fester Stimme: „Das tut sehr weh!“

Das Baby sofort auf die Krabbeldecke legen.

Das Baby, auch wenn es weint, nicht beachten und wegschauen.

Bleiben Sie im Zimmer!

Nach ein bis zwei Minuten das Baby hoch nehmen:

„Jetzt versuchen wir es noch einmal. Sei aber schön vorsichtig!“

vgl. Kast-Zahn, A. (2000)

Auf den Anfang kommt es an

Entwickelt von:



**Kinder- und Jugend-
psychiatrie / Psychotherapie**
Universitätsklinikum Ulm

In Kooperation mit:



Pädagogische
Hochschule Ludwigsburg

Im Auftrag des Ministeriums für
Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit
des Landes Rheinland-Pfalz

RheinlandPfalz

Auf den Anfang kommt es an

Kompaktkurs: Babys richtig verstehen



Auf den Anfang kommt es an

Kompaktkurs: Babys richtig verstehen



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Kompaktkurs: Babys richtig verstehen

Das Gesicht des Babys spiegelt seine
Gefühle

Sie können ablesen, wie das Baby sich
fühlt.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Kompaktkurs: Babys richtig verstehen

Babys sind nicht verantwortlich für das,
was sie tun

Babys sind sich der Wirkung ihres
Verhaltens noch nicht bewusst

Sie möchten niemanden ärgern!



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Kompaktkurs: Babys richtig verstehen

Das Baby ist interessiert und offen

wacher klarer Blick

Das Baby ist bereit für „Unterhaltung“
und Spiel.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Kompaktkurs: Babys richtig verstehen

Das Baby ist überfordert

- starrer Blick
- Fäustchen

Das Baby braucht eine Pause.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Kompaktkurs: Babys richtig verstehen

Das Baby ist überfordert

- den Kopf abwenden
- wegschauen

Das Baby braucht eine Pause.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Kompaktkurs: Babys richtig verstehen

Das Baby kann nichts mehr aufnehmen

- Hände vors Gesicht legen
- Hände vor die Augen legen
- Würgen
- Spucken

Das Baby braucht eine Pause.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Kompaktkurs: Babys richtig verstehen

Sich Winden, Würgen und Spucken bedeuten

Das Baby ist sehr angespannt.

Es braucht Ruhe.

Es kann nichts mehr aufnehmen.

Es braucht Zeit sich wieder zu Beruhigen.

Das Baby braucht eine Pause.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Kompaktkurs: Babys richtig verstehen

Das Baby beruhigen

Halten und Begrenzen



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Kompaktkurs: Babys richtig verstehen

Feinzeichen von Abwendung sind . . .

- Schläffheit, Starren
- Blick abwenden

Das Baby braucht mehr Halt
z. B. in den Arm nehmen oder in eine
Decke wickeln.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Kompaktkurs: Babys richtig verstehen

Das Baby fühlt sich unwohl

angespannt, unruhig, traurig

Das Baby braucht mehr Halt!

Auf den Arm nehmen, halten,
begrenzen oder in eine Decke wickeln.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Kompaktkurs: Babys richtig verstehen

Das Baby ist müde, hat Schmerzen
oder Hunger

Es quengelt, weint oder schreit.

Es braucht Trost z.B. gestuftes Trösten



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Kompaktkurs: Babys richtig verstehen

Feinzeichen von Abwendung sind

- Fäustchen, Weingesicht
- Quengeln, Schreien

Das Baby braucht Trost
z. B. gestuftes Trösten.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Kompaktkurs: Babys richtig verstehen

Unruhe, Schläffheit oder Wechsel in der Spannung bedeuten . . .

Das Baby ist erschöpft und angespannt.

Es braucht Halt und Begrenzung z. B. durch Eingrenzen auf dem Arm , Händchen und Füßen falten oder eine warme Decke, um sich wieder zu stabilisieren.



Auf den Anfang kommt es an

Kompaktkurs: Babys richtig verstehen

Feinzeichen von Abwendung

Das Baby rudert seitlich mit den Armen.

Es braucht Pause und sucht Halt z. B. durch Händchen und Füßen Falten.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Kompaktkurs: Babys richtig verstehen

Feinzeichen von Zuwendung sind

- Lächeln
- Blickkontakt aufnehmen und halten
- Geräusche machen

Das Baby ist bereit zum Austausch z.B. Blickkontakt halten, mit ihm reden und Geräusche wiederholen, die es macht.



Auf den Anfang kommt es an

Entwickelt von:



**Kinder- und Jugend-
psychiatrie / Psychotherapie**
Universitätsklinikum Ulm

In Kooperation mit:



Im Auftrag des Ministeriums für
Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit
des Landes Rheinland-Pfalz

RheinlandPfalz

Auf den Anfang kommt es an

Kompaktkurs:
Beziehungssituationen mit dem Baby



Auf den Anfang kommt es an

Kompaktkurs: Beziehungssituationen mit dem Baby

Wickeln
ist eine Beziehungssituation



Auf den Anfang kommt es an

Kompaktkurs: Beziehungssituationen mit dem Baby

Spielen
ist eine Beziehungssituation



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Kompaktkurs: Beziehungssituationen mit dem Baby

Füttern
ist eine Beziehungssituation



Ein Kurs für junge Eltern –
entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der
Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Kompaktkurs: Beziehungssituationen mit dem Baby

Spaziergehen
ist eine Beziehungssituation



Auf den Anfang kommt es an

Kompaktkurs: Beziehungssituationen mit dem Baby

Achten Sie in Beziehungssituationen
auf . . .

den Blickkontakt

Schaut das Baby weg, braucht es eine Pause!



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Kompaktkurs: Beziehungssituationen mit dem Baby

Achten Sie in Beziehungssituationen auf . . .

- den richtigen Abstand zum Kind.

Babys sehen in den ersten Lebenswochen am besten in einem Abstand von 25-30 cm



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Kompaktkurs: Beziehungssituationen mit dem Baby

Achten Sie in Beziehungssituationen auf . . .

- das richtige Tempo
- die Feinzeichen des Babys



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Kompaktkurs: Beziehungssituationen mit dem Baby

Achten Sie in Beziehungssituationen auf . . .

- Feinzeichen für Pausen



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Kompaktkurs: Beziehungssituationen mit dem Baby

Wichtig in Beziehungssituationen . . .

- Abstand
- Blickkontakt
- Feinzeichen
- Tempo
- Pausen



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Entwickelt von:



**Kinder- und Jugend-
psychiatrie / Psychotherapie**
Universitätsklinikum Ulm

In Kooperation mit:



Pädagogische
Hochschule Ludwigsburg

Im Auftrag des Ministeriums für
Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit
des Landes Rheinland-Pfalz

RheinlandPfalz

Auf den Anfang kommt es an

Kompaktkurs: Füttern



Auf den Anfang kommt es an

Kompaktkurs: Füttern

Stillen von Anfang an

Muttermilch ist die optimale Ernährung für das Baby in den ersten Monaten. Stillberatung machen Hebammen in Ihrer Region.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Kompaktkurs: Füttern

Flaschennahrung richtig auswählen

Falls Stillen für Sie nicht möglich ist:
Kinderärztin, Kinderarzt oder Hebamme
beraten Sie, welche Flaschennahrung
für Ihr Baby empfehlenswert ist z. B. bei
Allergie Risiko



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Kompaktkurs: Füttern

Unbedingt Dosierung beachten

Halten Sie die angegebene Dosierung der Babynahrung unbedingt ein!



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Kompaktkurs: Füttern

Hygiene ist wichtig

Sterilisieren Sie die Sauger, Fläschchen und Schnuller vor jedem Gebrauch.
(10 Minuten im Kochtopf oder im Vaporisator)



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Kompaktkurs: Füttern

Passende Nuckel zur Nahrung

Achten Sie darauf, dass die Sauger dem Alter des Kindes und der Art der Nahrung entsprechen.



Auf den Anfang kommt es an

Kompaktkurs: Füttern

Hygiene ist wichtig

Wärmen Sie Milchreste nicht noch mal auf.

Halten Sie die Falschennahrung nicht zu lange warm.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Kompaktkurs: Füttern

Temperatur vorher prüfen

Testen Sie vor dem Füttern die Temperatur der Nahrung am Handgelenk. Bitte nicht selbst an der Flasche saugen, um die Temperatur zu testen!



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Kompaktkurs: Füttern

Nur Babynahrung füttern!

Informieren Sie sich, was Ihr Baby
ab wann verträgt.

Geben Sie dem Baby **nur**
Säuglingsnahrung.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Kompaktkurs: Füttern

Große Stücke gegen Verschlucken

Bieten Sie dem Baby (ab ca. 6-8 Monaten) nur ganze Äpfel/Möhren etc. und ganze Kinderkekse.

Zu weich gelutschte Nahrung austauschen!



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Kompaktkurs: Füttern

Füttern auf dem Schoß

Füttern Sie Ihr Baby auf dem Schoß bis es alleine frei sitzen kann.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Kompaktkurs: Füttern

Füttern im Hochstuhl

Füttern Sie das Baby erst im Hochstuhl, wenn es alleine frei sitzen kann.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Kompaktkurs: Füttern

Hungerzeichen

Das Baby ist Ihnen zugewandt.

Es nimmt Blickkontakt auf.

Es öffnet den Mund.

Seine Arme sind angewinkelt und es hat leichte Fäuste.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Kompaktkurs: Füttern

Sättigungszeichen

Das Baby überstreckt sich.

Es wendet das Gesicht ab.

Es sagt „Nein!“.

Es schüttelt den Kopf.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Kompaktkurs: Füttern

Akzeptieren Sie als Sättigungssignale:

wenn das Baby den Kopf und Blick
abwendet oder den Mund nicht öffnet

wenn das Baby den Arm oder den Löffel
mit der Hand weg drückt



Auf den Anfang kommt es an

Kompaktkurs: Füttern

Akzeptieren Sie als Sättigungssignale:

wenn das Kind sich wendreh

wenn das Kind „Nein“
sagt

wenn das Kind beim Füttern davon
krabbelt, aufsteht oder wegläuft



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Kompaktkurs: Füttern

Füttern ist eine Beziehungssituation!

Achten Sie auf den Abstand zum Kind
und das Füttertempo.

Schauen Sie auf die Signale des Kindes.
Drängen Sie das Kind nicht, wenn es sich
weg orientiert.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Kompaktkurs: Füttern

Nicht jedes Schreien bedeutet Hunger

Schreien bedeutet nicht immer Hunger. Das Kind kann auch unruhig sein, weil es Schwierigkeiten hat in den Schlaf zu kommen oder schreien, weil es Bauchschmerzen hat.



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Entwickelt von:



**Kinder- und Jugend-
psychiatrie / Psychotherapie**
Universitätsklinikum Ulm

In Kooperation mit:



Im Auftrag des Ministeriums für
Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit
des Landes Rheinland-Pfalz

RheinlandPfalz

Auf den Anfang kommt es an

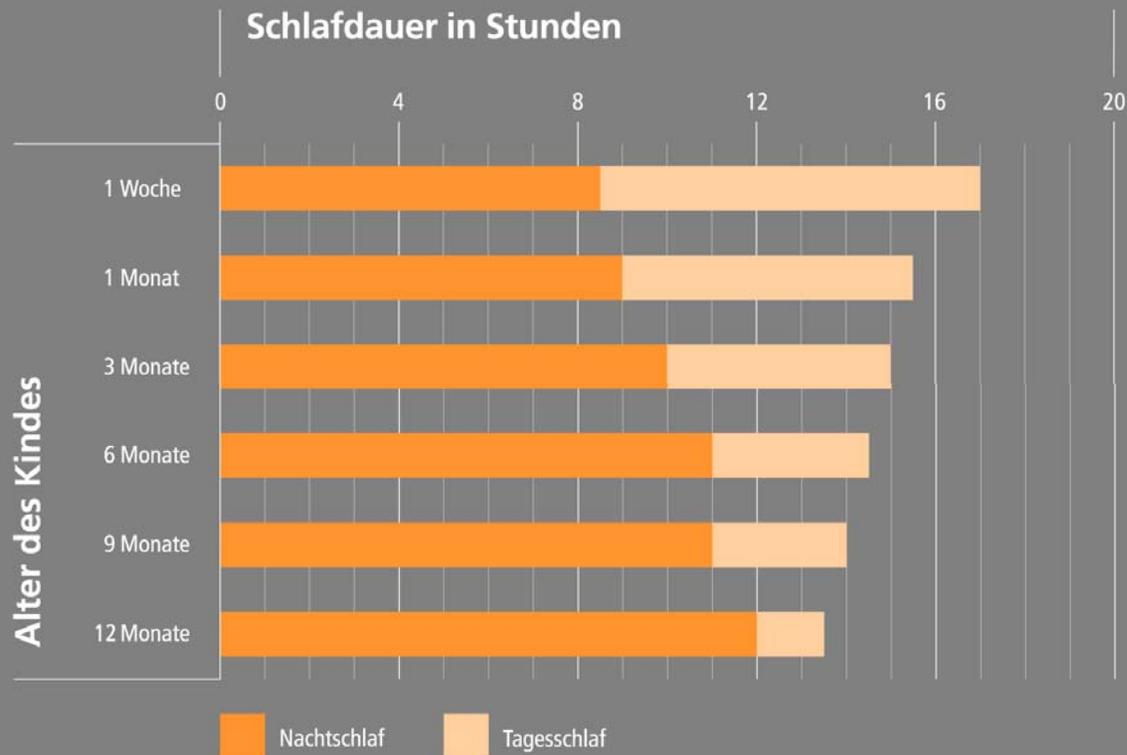
Kompaktkurs: Schlafen



Auf den Anfang kommt es an

Kompaktkurs: Schlafen

Durchschnittliche Schlafzeit von Babys



Quelle: Kast-Zahn, A. & Morgenroth, H. (2000).
Jedes Kind kann Schlafen lernen.
Vom Baby bis zum Schulkind:
Wie Sie die Schlafprobleme Ihres Kindes
lösen und vermeiden können.
Ratingen: Oberstebrink-Verlag

Quelle: Frei nach Ferber, R. (1985):
Solve your child's sleep problems.
New York: Simon & Schuster.

Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Kompaktkurs: Schlafen

Schlafen bis 6 Monate

- Möglichst keine Einschlaf-Hilfen geben
- Abendmahlzeit schon nach wenigen Wochen einführen



Ein Kurs für junge Eltern –

entwickelt von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg für das Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz

Auf den Anfang kommt es an

Kompaktkurs: Schlafen

Einschlaf-Hilfe: Nuckel

Vorteil: Saugen wirkt sehr beruhigend, Nuckeln kann Atempausen oder Atemstillstand mindern

Nachteil: Saugen am Nuckel wird zur Angewohnheit

Empfehlung: wenn Nuckel dann nur kurz (d.h. nur zum Einschlafen) und früh wieder abgewöhnen



Auf den Anfang kommt es an

Kompaktkurs: Schlafen

Einschlaf-Hilfe: Brust oder Flasche

Vorteil: Saugen wirkt sehr beruhigend

Nachteil: Einschlafen mit der Flasche wird Gewohnheit, fördert Karies

Empfehlung: Füttern und Schlafen möglichst früh trennen. Das Baby wieder wecken und nur satt und müde ins Bett legen



Auf den Anfang kommt es an

Kompaktkurs: Schlafen

Einschlaf-Hilfe: Auf dem Arm halten

Vorteil: Das Baby schläft schnell ein.

Nachteil: Das Baby kann erschrecken, wenn es aufwacht und dann allein im Bett ist.

Empfehlung: Das Baby nur zum Trösten auf dem Arm halten und wiegen (zum Beruhigen) oder bei Bauchschmerzen.



Auf den Anfang kommt es an

Kompaktkurs: Schlafen

Einschlaf-Hilfe: Mit den Eltern im Bett

Vorteil: Das Baby schläft schneller ein.

Nachteil: Das Baby gewöhnt sich daran in Gesellschaft zu schlafen.

Empfehlung:

- Das Baby nur in Ausnahmesituationen mit ins eigene Bett nehmen.
- Sorgen Sie auch für Ihren eigenen guten Schlaf!



Auf den Anfang kommt es an

Entwickelt von:



**Kinder- und Jugend-
psychiatrie / Psychotherapie**
Universitätsklinikum Ulm

In Kooperation mit:



Pädagogische
Hochschule Ludwigsburg

Im Auftrag des Ministeriums für
Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit
des Landes Rheinland-Pfalz

RheinlandPfalz