

BINDUNG – DIE GRUNDLAGE FÜR EINE GESUNDE ENTWICKLUNG

Ohne menschliche Nähe, Schutz und Zuwendung kann ein Kind nicht gesund aufwachsen. Ihr Kind möchte die Welt entdecken und dafür braucht es den Schutz und die Sicherheit einer zuverlässigen Beziehung.

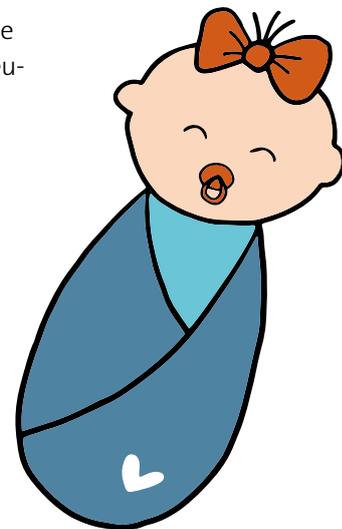
Vom Tag der Geburt an zielt das Verhalten Ihres Kindes darauf ab, mit Ihnen eine sichere Bindung aufzubauen. In der Regel sind dies vorrangig Sie als Eltern. Aber auch weitere Personen, zum Beispiel Großeltern oder Tageseltern, können zu wichtigen Bezugspersonen werden, bei denen ein Kind Schutz und Geborgenheit sucht.

SO KÖNNEN SIE EINE SICHERE BINDUNG FÖRDERN

- Seien Sie aufmerksam gegenüber Ihrem Kind. Gehen Sie auf seine Bedürfnisse ein.
- Reagieren Sie sofort und trösten Sie Ihr Kind geduldig, wenn es schreit.
- Nehmen Sie sich genügend Zeit für Ihr Kind, vor allem bei der Pflege und beim Stillen oder Füttern. Nutzen Sie diese Gelegenheiten, mit Ihrem Kind zu sprechen, indem Sie ihm zum Beispiel erzählen, was Sie gerade tun.
- Richten Sie sich nach Ihrem Kind, wann und wie viel Kontakt es mit Ihnen haben möchte: Nehmen Sie es auf, wenn es auf Ihren Arm möchte und mit Ihnen schmusen will. Setzen Sie es wieder ab, wenn es Ihnen zeigt, dass es genug hat.
- Zeigen Sie Ihre Freude, wenn sich Ihr Kind offensichtlich für Sie oder die Dinge in seiner Umgebung interessiert, und unterstützen Sie seine Neugier.

BINDUNG

Was sichere Bindung bedeutet, lesen Sie unter:



ALTE MYTHEN RUND UMS BABY - HEUTE WISSEN WIR ES BESSER!

„LASS DAS BABY RUHIG SCHREIEN, DAS KRÄFTIGT DIE LUNGEN!“



Durch das Schreien äußert Ihr Baby seine Bedürfnisse. Reagieren Sie immer darauf! (Siehe S. 40: „Warum schreien Babys?“)



Ihr Baby baut eine Bindung zu Ihnen auf und gewinnt Vertrauen in die Welt, wenn Sie auf seine Bedürfnisse eingehen. Bindung ist die Grundlage für ein gesundes Aufwachsen.

„WENN DU IMMER SOFORT REAGIERST, VERWÖHNST DU DAS BABY!“

„EIN BABY MUSS ALLE 3 STUNDEN MILCH BEKOMMEN!“



Babys haben (wie Erwachsene auch) nicht immer zur selben Zeit Hunger. Versuchen Sie Ihr Baby nach Bedarf zu stillen/füttern. Die Zeitabstände können variieren. Achten Sie auf die Signale Ihres Babys.



Auch beim Schlafen ist jedes Baby anders, und so dauert es unterschiedlich lang, bis Babys einen Tag-Nacht-Rhythmus entwickeln. Besonders in den ersten Monaten benötigen viele Babys Körperkontakt, um sich sicher und geborgen zu fühlen.

„MIT DREI MONATEN KANN JEDES BABY IM EIGENEN BETT DURCHSCHLAFEN!“



Mehr zum Thema Babyschlaf unter:



<https://www.kindergesundheit-info.de/themen/schlafen/0-12-monate/babyschlaf/>