

## Kein Patentrezept, aber: Was Sie tun können, um einem schreienden Baby zu helfen

- Gestalten Sie den Tagesablauf des Babys möglichst stressfrei und regelmäßig.
- Beseitigen Sie die Ursache des Weinens (Hunger, volle Windel).
- Schauen Sie Ihr Baby an, plaudern Sie mit ihm oder singen Sie ihm etwas vor.
- Streicheln Sie das Baby langsam, halten Sie liebevoll Ärmchen oder Beinchen.
- Auch Schaukeln oder Herumtragen (Körperkontakt) kann helfen.
- Lassen Sie das Baby an Ihrem kleinen Finger saugen.
- Das Vorwärmen des Bettchens oder ein getragenes T-Shirt mit dem vertrauten Geruch von Mama/Papa kann beim Einschlafen helfen.
- Bleiben Sie ruhig und zeigen Sie dem Baby durch Ihre Anwesenheit: „Du bist nicht alleine!“
- Manchen Babys hilft es, wenn man sie fest in eine Decke einwickelt. Im Sommer jedoch eine leichte Decke verwenden....
- Eine Hängematte kann auf Babys sehr beruhigend wirken und auch die Eltern entlasten.
- Behalten Sie Beruhigungshilfen, die gewirkt haben, bei. Wechseln Sie nicht ständig die Methode.