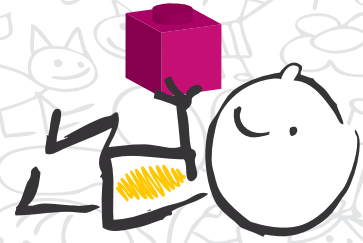


3. Elternbrief



Was ein Baby schon alles sagen kann

Sie kennen Ihr Baby nun schon eine ganze Weile und wissen immer besser, warum es schreit oder quengelt und was ihm Freude macht. Vor allem durch Erfahrungen haben Sie gelernt, welche Bedürfnisse Ihr Kind Ihnen mitteilen will.

Trotzdem ist es Ihnen sicher auch schon passiert, dass Sie gedacht haben: Ach, wenn es doch schon sagen könnte, was es will! Aber das kann es doch schon: mit seinem ganzen Körper! Das Lallen, Glucksen und Strampeln zu Ihrer Begrüßung ist genauso deutlich wie das Schreien, mit dem das Kind von seinem Hunger oder anderem Missmut „spricht“.

Vielleicht haben Sie Folgendes schon erlebt: Ihr Baby betrachtet aufmerksam Ihr Gesicht, während Sie sprechen. Auf einmal fängt es an, mit Armen und Beinen zu strampeln. Sie sehen es fragend an, da lächelt es dieses unwiderstehliche zahnlose Lächeln. Sie lächeln zurück. Da fängt es an zu glucksen vor Vergnügen. Sie lachen laut auf und lassen Ihre Fingerspitzen über sein Bäuchlein zur Nase wandern: „Jetzt krieg’ ich dich, jetzt ... krieg’ ... ich ... dich!“

Vom Klang Ihrer Stimme gehalten

„Was erzählt ihr beiden euch denn da gerade?“, fragt Angelika, die ihren Mann im Nebenzimmer reden hört. „Ich erzähl’ unserer Tochter gerade, was ich heute gemacht habe“, sagt der Vater. „Sie hört genau zu, als ob sie jedes Wort verstehen würde. Und als du eben was gesagt hast, hat sie sich gleich umgedreht.“

Das Kind erkennt seine Eltern nicht nur am Aussehen, an Berührungen und am Geruch, sondern von Anfang an auch an ihrer Stimme.

Mit großer Wahrscheinlichkeit haben Sie schon bemerkt, dass Ihr Kind sich in Ihrer Nähe sehr wohl fühlt, wenn Sie mit ihm sprechen. **Der Klang Ihrer Stimme wiegt es in Sicherheit.**

Sie spielen mit Ihrem Baby auf dem Boden. Sie streicheln und kitzeln es mit Ihren Fingern am Bauch, halten zärtlich seine kleine Hand. Ihr Baby wird immer aufgeregter und juchzt begeistert.

Gebannt sieht es Ihnen zu und macht ganz leise „aah!“. Sie selbst sind begeistert und setzen Ihren Kitzelspaziergang fort. Aber plötzlich wendet sich Ihr Kind ab, seine Freude scheint auf einmal verfliegen. Sie lassen nun Ihre Finger behutsamer wandern. Ihr Baby sieht Ihnen wieder ins Gesicht und fängt langsam an zu lächeln. Doch nach einer Weile runzelt es die Stirn: Es hat genug. Nach einigen Minuten höchster Aufmerksamkeit und Wonne muss es sich erst mal wieder sammeln.

Versuchen Sie einfach, Ihrem Baby die Führung zu überlassen. Auch wenn Sie ganz bestimmte Vorstellungen im Kopf haben, was einem Baby Spaß machen sollte. Ihr Baby „sagt“ Ihnen schon was es will!

In Ihrer Stimme schwingt vieles mit: Trost, Aufmunterung, Zärtlichkeit – und manchmal auch Ärger.

Ihre Stimmungen zu unterscheiden hat Ihr Baby längst gelernt. Nur, dass es nicht immer selbst gemeint ist, wenn Ihre Stimme auch einmal lauter wird, das weiß es noch nicht. Wenn Ihnen einmal der Geduldsfaden reißen sollte und Sie mit irgendjemandem herumschreien, wird das Baby wahrscheinlich weinen, weil es alles auf sich bezieht. **Gehen Sie dann – allem Ärger zum Trotz – zu ihm hin und versichern Sie, dass mit ihm alles in Ordnung ist.**

Mein Kind und die anderen Kinder

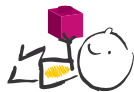
Im Wartezimmer der Kinderärztin – den Blick auf andere Kinder kann sich kaum eine Mutter (und kaum ein Vater) verkneifen. Im Gespräch stellt sich bald heraus, dass kein Kind so ist wie das andere. Wenn die Mutter neben Ihnen jetzt ins Schwärmen gerät über ihr Baby, das bereits durchschläft und sich schon „stundenlang“ allein

beschäftigen kann, wo Ihr eigenes noch regelmäßig jede Nacht aufwacht und sich tagsüber am wohlsten auf Ihrem Arm fühlt, lassen Sie sich nicht verwirren.

Eltern sind genauso verschieden wie ihre Kinder und nehmen die Regungen des eigenen Kindes völlig unterschiedlich wahr.

„Ihr Baby „sagt“ Ihnen schon, was es will und braucht.“





So ist es gut möglich, dass eine Mutter meint, ihr Kind trinke wie ein Weltmeister, und ein Vater findet, seins nehme nur Spatzenportionen zu sich – und in Wirklichkeit trinken beide Kinder genau gleich viel. Für die Menge, die ein Kind trinken soll, oder dafür, was es im 3. Lebensmonat schon können soll, gibt es nur sehr **allgemeine Anhaltspunkte**.

Vom Anheben des Kopfes bis zur ersten, eher zufälligen Drehung vom Bauch auf den Rücken ist alles möglich. Wahrscheinlich hebt Ihr Baby interessiert den Kopf, wenn es auf dem Bauch liegt, und hält ihn schon halbwegs gerade, wenn es zum Sitzen hochgezogen wird. Vielleicht ist es gerade dabei, herauszufinden, wie man sich auf den Armen hochstemmen kann. Möglicherweise liegt es auch lieber ruhig in seinem Korb, beobachtet genau, wie sich das Mobile dreht und brabbelt manchmal „rörörö“ oder „ejeje“ vor sich hin.

Mediziner, Psychologen und Pädagogen geben dem Kind einen großzügigen Spielraum für seine körperliche und geistige Entwicklung. Warum nicht auch Sie?

Wenn Eltern ihre Kinder vergleichen, drückt das auch ihre Unsicherheit aus. Und die hat ihren Sinn. Ihre Unsicherheit ist dazu da, Sie für jede Regung des Kindes empfänglich zu stimmen.

Ein Erfahrungsaustausch mit anderen Eltern kann viel von den eigenen Zweifeln nehmen und helfen, mit der neuen Aufgabe fertig zu werden.

Und er kann Spaß machen: Suchen Sie sich Menschen, die sich mit Ihnen an den Fortschritten Ihres Babys freuen, Ihnen aber nicht mit ständigen Fragen – „Kann es denn schon ..., hat es denn schon ..., macht es denn schon ...?“ – auf die Nerven gehen. Denn, was es auch gerade entdeckt, wichtig ist nur, dass es mit Freude bei der Sache ist.

Lassen Sie sich nicht verunsichern. Beschleunigen können Sie gar nichts – es sei denn, Sie setzen Ihr Kind unter Druck. Und ein Baby hat sehr feine Antennen dafür, dass Sie nicht mit ihm zufrieden sind, so wie es ist.

Wenn Sie besorgt sind, dass die Entwicklung Ihres Kindes nicht Ihren Vorstellungen entspricht, sollten Sie mit Ihrem **Kinderarzt** darüber sprechen oder sich an eine Beratungsstelle wenden.

Referate für Jugend und Familie in den einzelnen Bezirken (Bezirkshauptmannschaften)
IBB-Elternbildungs- und Elternberatungsstelle,
 Rudolfsbahngürtel 2/1, 9020 Klagenfurt,
 Tel. 0650-6161217
 E-Mail: elternberatung@ibb-bildung-beratung.at
 und www.ibb-bildung-beratung.at
Klinik für Neurologie und Psychiatrie des
 Kindes- und Jugendalters (Klinikum Klagenfurt),
 Tel. 0463-538 223 510
 E-Mail: kjup.klagenfurt@kabeg.at



»Fördern Sie Ihr Kind, indem Sie es in seinem Versuch, die Welt zu erobern, bestärken, aber fordern Sie nichts, was ihm (noch) nicht entspricht.«

Womit Babys gerne spielen

Babys Lieblingsspielzeug sind selbstverständlich Sie! Aber auf einer Decke auf dem Fußboden kann es sich auch schon mal eine Weile gut allein unterhalten.

Das Baby beginnt nun seine Welt zu begreifen – und das ist wörtlich gemeint. Was die Augen sehen, will die Hand ergreifen, und was die

Hand erwischt hat, wandert in den Mund. Dorthin, wo das Kind am besten spüren kann, wie sich etwas anfühlt.

Zum Be- und Ergreifen reichen einfache Gegenstände. Eine Stoffwindel (keine Verletzungsgefahr), ein paar bunte Klötze, ein Ring mit einem Glöckchen – das reicht an „Spielzeug“ völlig aus. Geben Sie Ihrem Baby auch Gegenstände, mit denen Sie selbst tagtäglich umgehen: z.B. Eierlöffel, Holzschälchen, Ihr Brillenetui, knisterndes Papier usw. Wichtig ist, dass Sie Ihrem Baby nicht alles gleichzeitig geben! Lieber untersucht das Baby auf seiner Decke einen einzigen Gegenstand als buchstäblich zugedeckt zu sein mit Spielsachen.

Übrigens: Was Ihr Baby in die Finger kriegt und in den Mund steckt, muss nicht unbedingt keimfrei sein: Sie – Babys Eltern – sind es ja auch nicht. Ein bisschen genauer hinschauen muss man allerdings schon, denn viele Gegenstände unseres Alltags (und sogar Kinderspielzeug!) enthalten giftige Stoffe, z.B. die Druckerschwärze von Zeitungen, aber möglicherweise auch der Lack der Holzperlenkette.





Ganz wichtig: Ihr Baby wird jetzt allmählich kräftiger und beweglicher, sodass es auf dem Wickeltisch nicht mehr sicher ist. Wenn sich das Kind reckt und streckt, kann es plötzlich herumrollen. So gelingen die ersten zufälligen Drehungen. Behalten Sie es deshalb im Auge, wenn Sie nur eben einen frischen Strampler raussuchen. Und nehmen Sie es unbedingt mit, wenn das Telefon klingelt oder jemand an der Tür ist.

Wir haben unser Kind adoptiert

Robert muss schmunzeln: Da war ihm doch neulich, als er seinen Sohn im Kinderwagen über den Wochenmarkt schob, ein Bekannter über den Weg gelaufen. Mit erstauntem Seitenblick auf das Baby meinte er: „Hast du dir inzwischen einen Sprössling zugelegt? Na, Glückwunsch! Sieht man doch gleich: ganz der Papa!“ Von Ähnlichkeit konnte eigentlich keine Rede sein ... Und doch war es Robert in diesem Augenblick ganz warm ums Herz geworden, und er hörte sich sagen: „Ja, das ist unser Patrick!“

Manchen Adoptiveltern ist ihr Kind vom ersten Tag an vertraut, bei anderen dauert es länger – wie bei leiblichen Eltern auch. Was man Mutter- oder Elternliebe nennt, entwickelt sich erst im Umgang miteinander: beim Füttern, Wickeln, Schmusen.

Was bedeutet es für unser Kind, adoptiert zu sein? Wann soll es davon erfahren? Was können wir ihm sagen? Das sind Fragen, die wohl alle Adoptiveltern bewegen. Vielleicht haben Sie sich für eine „offene Adoption“ entschieden, sodass die leibliche Mutter Ihres Kindes von Anfang an in Ihr gemeinsames Leben einbezogen ist. Wie auch immer:

Die Herkunft Ihres Kindes ist Teil seiner Geschichte, zu der Sie der Schlüssel sind. Von Ihnen erfährt Ihr Kind, wer es ist. Wie es sich annehmen kann, hängt sehr von Ihrer Einstellung ab.

Wenn Sie Ihr Kind mit seiner Geschichte annehmen können, wird es sich selbst auch wertvoll und angenommen fühlen und nicht verlassen. Erzählen Sie ihm schon jetzt, wie alles kam. Wie Sie nach ihm gesucht haben, wie es endlich so weit war ...

Je älter Ihr Kind wird, desto aufmerksamer wird es Ihrer Erzählung lauschen, die so schön ist wie der Bericht einer glücklichen Geburt. Schon jetzt versteht Ihr Baby Ihren Ton. Zu gern hört es, wieder und wieder: „Wunderbar, dass es dich gibt!“

Wie geht es Ihnen in der Elternzeit?

Claudia denkt an die Zeit vor zehn Jahren zurück, als ihr erstes Kind geboren wurde. Damals lebte sie allein und hatte schon nach acht Wochen wieder arbeiten müssen! Diesmal will sie sich Zeit nehmen für ihr Baby, Zeit, um jeden kleinen Entwicklungsschritt mitzubekommen. Zwei Jahre will Claudia zu Hause bleiben.

Brigitte hat sich nur ein Vierteljahr beurlauben lassen. Lange hatte sie sich ein Kind gewünscht, und lange hatte sie auch darauf gehofft, endlich eine feste Anstellung zu finden. Dann kam beides gleichzeitig: der „Traumjob“ und ihre kleine Tochter Heike. Kommentar der Schwiegermutter: „Da wirst du dich wohl entscheiden müssen.“ „Ich bin doch auch noch da!“, hatte Jürgen, ihr Mann, gemeint. Wenn Brigitte wieder arbeitet, wird er eine Weile zu Hause bleiben.

Wie ist es bei Ihnen?

- Werden Sie lange zu Hause bleiben oder die Elternzeit nur kurz in Anspruch nehmen?
- Können Sie sich mit Ihrem Partner in der Betreuung abwechseln?
- Wissen Sie schon, wie es nachher weitergeht?

Wichtig ist, dass Sie mit Ihrem Partner über die Gestaltung der Elternzeit ausführliche und offene Gespräche führen, in denen Sie Ihre Bedürfnisse und Erwartungen ansprechen.

Welche Betreuung für unser Kind?

Für viele Eltern wird sich früher oder später diese Frage stellen.

Eine passende Kinderbetreuung zu finden, ist nicht einfach. Nehmen Sie sich Zeit, sich umzusehen: in den Kindertagesstätten oder bei Tagesmüttern in Ihrer Nähe. Melden Sie in jedem Fall Ihren Bedarf rechtzeitig an.

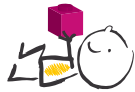


Überhaupt empfiehlt es sich, möglichst frühzeitig Kontakt zu anderen Eltern aufzunehmen. Fragen Sie ruhig auch mal Eltern mit größeren Kindern, wie sie das Problem gelöst und welche Erfahrungen sie mit Betreuungseinrichtungen in der Umgebung gemacht haben. Manchmal ergibt sich so eine Lösung, auf die man allein gar nicht gekommen wäre.

Alles in allem: Je früher Sie sich darum kümmern, desto größer ist die Chance, eine Lösung zu finden, mit der Sie zufrieden sind.



Infos unter:
www.adoptionsberatung.at
www.help.gv.at



Denn jedes Stück Zufriedenheit, das Sie erleben oder herstellen können, wird auch Ihrem Kind gut tun. Und richten Sie es so ein, dass Sie in der ersten Zeit mit Ihrem Kind zusammen in der Kindertagesstätte oder bei der Tagesmutter bleiben können. Dann haben Sie bereits sehr viel getan, um ihm den Start zu erleichtern.

Jetzt schon zufüttern?

Muttermilch enthält alles, was Ihr Kind braucht. Natürlich ist das Baby in den letzten Wochen viel gewachsen und braucht immer mehr Milch. Wenn Sie Ihr Baby jedoch nach Bedarf anlegen, passt sich die Milchproduktion in Gehalt und Menge dem Hunger des Kindes an. Mittlerweile haben Sie vermutlich so viel Ruhe und Sicherheit beim Stillen gewonnen, dass Sie seine praktischen Seiten auch genießen.



Zufüttern ist nicht nötig – es führt höchstens dazu, dass Ihre Milchmenge zurückgeht.

Ihr Kind ist ein Säugling: ganz aufs Saugen eingestellt. Sein Saugreflex ist noch stark, es würde den Brei gleich wieder mit der Zunge nach außen befördern.

Wenn Sie mit der Flasche füttern, sollten Sie bereits nach fünf Monaten mit der „Beikost“ beginnen. Gut verträglich sind Karotten, nach etwa einer Woche Karotten-Kartoffel-Brei mit einem Teelöffel Keimöl. Nach etwa vier Wochen füttern Sie eine weitere Mahlzeit, meist einen Getreide-Milch-Brei am Abend, zu. Ihr Baby braucht keine Abwechslung und auch keine exotischen Gemüse- oder Obstmischungen. Leider enthalten Fertigbreie häufig zu viele verschiedene Zutaten, sie sind oft zu süß. Seien Sie wählerisch!

Ab wann Brei?

Nach sechs Monaten können Sie behutsam mit gedünsteten, pürierten Karotten oder fein geriebenem, rohem Obst beginnen. Manche Babys möchten dann auch gerne den Löffel ausprobieren.

Vorsorgeuntersuchungen und Impfungen

Im 3., 4. oder 5. Lebensmonat steht wieder eine Vorsorgeuntersuchung an. Im 3. Monat sind auch Impfungen vorgesehen. **Eine Impfpflicht besteht nicht.** Für das erste Lebensjahr werden Impfungen gegen Kinderlähmung, Diphtherie und Tetanus, Keuchhusten, bakterielle Hirnhautentzündung (HIB) und Hepatitis B (infektiöse Gelbsucht) empfohlen. Die Impfmengen sind so vorsichtig bemessen, dass eine Auffrischung erforderlich ist, damit der Impfschutz erreicht wird. Ihr Arzt wird Ihnen über mögliche Risiken oder Beschwerden, die ein Kind mitunter haben kann, Auskunft geben. Vor jeder Impfung wird der Arzt Ihr Kind untersuchen.



Bitte beachten Sie die empfohlenen Impfungen!

Allgemeiner Impfkalender für SÄUGLINGE

	ab der 7. Woche	3. Monat	4. Monat	5. Monat	6. Monat	7. Monat	ab dem 12. Monat
Rotavirus (RTV)	2x bzw. 3x RTV-Impfstoff (Schluckimpfung)						
Diphtherie (DIP) Tetanus (TET) Pertussis (PEA) Poliomyelitis (IPV) Haemophilus infl. B (HIB) Hepatitis B (HBV)		1. 6-fach- Impfung		2. 6-fach- Impfung			3. 6-fach- Impfung
Konjugierte Mehrfachimpfung gegen Pneumokokken (PNC)		1. PNC- Impfung		2. PNC- Impfung		3. PNC- Impfung	