

GUNNAR LOTT

# ELTERN GEHEIMNISSE

Tricks von Eltern für Eltern

WILHELM HEYNE VERLAG  
MÜNCHEN

**Inhaltsverzeichnis**

# Das leidige Einschlafen

Viele Eltern, deren Kinder nur schlecht einschlafen, erleben folgende Situation: Man bringt das Kind ins Bett, es ist unruhig, man legt sich daneben, die Atmung beruhigt sich, man nimmt an, das Kleine schlafe nunmehr, man steht vorsichtig und langsam wieder auf, das Kind registriert die Mikrovibrationen und beginnt zu weinen. Man legt sich wieder dazu und beginnt von vorne.

Diese Methode trainiert dem Kind ein gewisses Misstrauen an, denn es schläft in Gesellschaft ein und wacht verlassen auf. Folglich muss es aufpassen wie ein Schießhund, dass Mama (oder Papa) nicht abhaut. Am besten schafft es das, indem es erst mal nicht einschläft.

Man sollte - und das ist durchaus nicht leicht - langfristig darauf hinarbeiten, dass das Kind mit kleinen Trennungen fertigwerden kann. Kinder können auch (aber das ist eine ideologische Frage, bei der sich Eltern mit unterschiedlichen Ansichten unversöhnlich gegenüberstehen) mit acht bis neun Monaten durchaus wach ins Bett gelegt werden und allein einschlafen.

*Hans Werner*

# Das war der Tag

Ein hübsches Abendritual, das man gut im ersten Lebensjahr einführen kann, ist die Nachbereitung des Tages.

Ich rekapituliere dabei für meine Tochter die Geschehnisse des Tages, erzähle von den Spielen, die wir gemacht haben, dem Spaziergang, dem Essen, einfach allem. Das geht nur ein paar Minuten lang und gibt mir Gelegenheit, einzelne Dinge ein bisschen einzuordnen und vielleicht gerade zu rücken.

Wir verbringen gemeinsam ein paar ruhige Minuten, meine Tochter bekommt ein Gefühl für das Erlebte und die vergangene Zeit.

Der letzte Satz ist immer gleich: »Ach, das war ein schöner Tag.«

*Sandra Lott*

# Wir Papageien

Wenn das Kind sprechen lernt, geht es erst mal nicht darum, richtige Wörter zu bilden, sondern Laute nachzuahmen.

Manche Kinder entwickeln sogar eine Art Fantasiesprache, die dann von allein wieder verschwindet.

Man kann den Prozess ein bisschen unterstützen, indem man bereits mit dem Baby viel »redet«, die Laute wiederholt, die es von sich gibt, es animiert, seinerseits »Wörter« nachzuahmen. Es gibt Studien, die besagen, dass diese Methode den Spracherwerb beschleunigt.

Später ist es sinnvoll, sprechend durch die Welt zu gehen, dem Kind Farben, Formen und Gegenstände zu zeigen, damit es viele unterschiedliche Wörter hört.

*anonym*

# Weißes Rauschen

Es ist ein alter Trick, aber er funktioniert bei den meisten Babys: »Weißes Rauschen«, also das Geräusch, das ein Fernseher macht, wenn er auf keinen Sender eingestellt ist, beruhigt schreiende Babys. Man sagt, das läge daran, dass das Rauschen dem Rauschen des Blutes im Kreislauf der Mutter ähnelt, dem das Kleine neun Monate lang gelauscht hat. Aus demselben Grund reagieren Babys auch auf gleichmäßige Zischlaute, das bekannte »Schschschsch«, das man instinktiv macht, wenn man ein brüllendes Kind beruhigen will.

Staubsauger und Föhne erzeugen ebenfalls einen solchen Sound. Ganz verzweifelte Eltern können auch kleine lärmende Apparate kaufen, die eigens zu diesem Zweck hergestellt werden, aber das ist in den allermeisten Fällen Geldverschwendung.

*anonym*

# Himbeer-Zähne

Mein Sohn hat ab einem gewissen Zeitpunkt keine Beißringe mehr genommen. Ich hab ihm dann untertags (wenn es ihm wehtat) immer wieder - in kleinen Portionen - gefrorene Himbeeren gefüttert. Es ging dann sofort besser.

Himbeeren nahm ich deswegen, weil man sie aufwandslos beliebig kleinbrechen kann. Sie kühlen das Zahnfleisch, schmecken lecker und sind auch noch gesund.

Natürlich erst nach Einführung der Beikost!

*anonym*

## **PS:**

Wir nehmen eine kalte Karotte. *Birgit Solar*

Kühle Melone ist auch ziemlich super. *Alrun Ziemendorf*

Man kann auch einen Waschlappen schön nass und kalt machen und diesen dem Kind geben. Das tut gut, und Flüssigkeit bekommt es obendrein auch noch. (Dies ist auch eine Möglichkeit, Kindern Flüssigkeit zuzuführen, wenn sie zu wenig trinken.) *Martina*

Gekühlte Gurke in Scheibchen! *Sandra*