



Babyjahre



Download



Online Lesen

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

Babyjahre

Remo H. Largo

Babyjahre Remo H. Largo

Babyjahre * Aktualisierte Taschenbuchausgabe 2005 * Versand innerhalb 24h, Rechnung mit ausgewiesener MwSt, zuverlässiger Service

 [Download Babyjahre ...pdf](#)

 [Online lesen Babyjahre ...pdf](#)

Downloaden und kostenlos lesen Babyjahre Remo H. Largo

512 Seiten

Kurzbeschreibung

Der erfahrene Kinderarzt Remo H. Largo hat mit seinem Buch über die frühkindliche Entwicklung ein Erziehungsbuch ganz anderer Art geschrieben. Er konfrontiert die oft unsicheren Eltern nicht mit einer idealen Entwicklung oder mit Erziehungsprinzipien, erläutert also nicht, wie und wozu sich ein Kind entwickeln soll. Er will vielmehr bei Eltern und Erziehern Verständnis für die biologischen Gegebenheiten wecken und für die Vielfalt kindlichen Verhaltens. Mit einer Gesamtauflage von über 150 000 Exemplaren gehört dieses Standardwerk zu den erfolgreichsten Erziehungsratgebern. Über den Autor und weitere Mitwirkende

Remo H. Largo, geboren 1943 in Winterthur, war bis zu seiner Emeritierung 2005 Professor für Kinderheilkunde. Fast drei Jahrzehnte lang leitete er die Abteilung für Wachstum und Entwicklung am Kinderspital in Zürich, wo er die bedeutendste Langzeitstudie über kindliche Entwicklung im deutschsprachigen Raum durchführte. Er ist Vater dreier Töchter und Großvater von vier Enkeln. Seine Bücher »Babyjahre«, »Kinderjahre«, »Glückliche Scheidungskinder« und »Schülerjahre« sind Klassiker. Zuletzt erschien von ihm »Jugendjahre« (mit Monika Czernin). Leseprobe. Abdruck erfolgt mit freundlicher Genehmigung der Rechteinhaber. Alle Rechte vorbehalten.

Wie das allnächtliche Gewecktwerden überstehen?

Nächtliches Aufwachen kann, auch wenn es lediglich einige Wochen andauert, für Eltern zu einer großen Belastung werden.

Aus dem Schlaf gerissen zu werden weckt Aggressionen. Wenn ein Kind nachts ein- bis mehrmals über Wochen und Monate hinweg schreit, können die Nerven der Eltern arg strapaziert werden. "Wenn das Kind doch nur endlich ruhig wäre!" Und schließlich: "Wenn es mich jetzt nicht schlafen läßt, bringe ich es um!" Nicht wenige übermüdete Eltern werden in der Nacht von Haßgefühlen überfallen, die sie selber erstaunen und zutiefst erschrecken, die sie kaum je äußern und - Gott sei Dank - auch nicht in die Tat umsetzen. Gelegentlich belasten die "Nachtdienste" die Eltern dermaßen, daß es für sie undenkbar wird, weitere Kinder zu haben.

Schlimmer als das Aufwachen ist für manche Eltern, daß sie - einmal wach - nicht mehr einschlafen können. Ihr Kind schläft wieder selig, aber sie liegen hellwach im Bett und versuchen krampfhaft, den Schlaf wiederzufinden. Sie denken an den morgigen Tag, wie sie sich müde durch den Tag kämpfen werden, und sind zunehmend verstimmt. Sie versuchen "Schäfchen zu zählen", an nichts zu denken - der Schlaf aber läßt auf sich warten. Den Schlaf eher zurückbringen können Entspannungsübungen, eine Tasse Tee trinken, lesen, bis die Augen zufallen, Musik hören oder einige Minuten spazieren gehen. Gelegentlich ist guter Rat teuer, so teuer wie der Schlaf, der ausbleibt.

Es lohnt also, sich Gedanken zu machen, wie man als Eltern diesen Hätetest am besten überstehen kann. Vorab das Wichtigste: Die Eltern sollten sich gegenseitig absprechen. Tun sie es nicht, kann es leicht geschehen, daß jede Nacht beide vom Geschrei des Kindes geweckt werden. Daraus entwickelt sich häufig ein sogenanntes edelmütiges Verhalten (Haslam): Wenn die Eltern vom Geschrei geweckt werden, tut jeder Teil so, als ob er noch schlafen würde, und hofft darauf, daß der andere aufstehen werde. Gibt schließlich der eine nach und steht auf, tut der andere so, als ob er gerade erwacht wäre, und bietet dem Partner an, aufzustehen. Dies wiederum in der Hoffnung, daß der Partner sein Angebot ausschlagen und ihn weiterschlafen lassen würde. Auf die Dauer ist solch "aufopferndes" Verhalten nicht durchzuhalten und vor allem: Es ist überaus ermüdend und führt zu ungunstigen Gefühlen.

Die Eltern sollten sich überlegen, wie sie den "Nachtdienst" so einrichten können, daß beide zu möglichst viel Schlaf kommen. Manche Eltern teilen sich die Nächte auf, damit einer von beiden jede zweite Nacht ungestört schlafen kann. In gewissen Familien übernimmt der Vater jede dritte Nacht oder die Nächte am Wochenende, um nicht allzu übermüdet zur Arbeit zu gehen. Auch wenn der Vater nachts aufsteht, lastet die Hauptbürde zumeist auf der Mutter. Ein Teil der Mütter holt die versäumte Nachtruhe tagsüber nach, was

allerdings nur beim ersten Kind zu bewerkstelligen ist.

Wird das Kind gestillt, kann die Mutter den Säugling in Reichweite zum Schlafen legen. Meldet er sich, nimmt ihn die Mutter, ohne aufzustehen, an die Brust, stillt ihn und legt ihn zurück in sein Bettchen. Auf diese Weise findet die Mutter den Schlaf rasch wieder, und der Vater nimmt häufig das nächtliche Stillen gar nicht wahr.

Für viele Eltern, deren Kinder nachts aufwachen, ist die - oft nur vermutete - Ruhestörung der Nachbarn eine zusätzliche Belastung. Die Nachbarn werden zudem in der Vorstellung der Eltern Zeugen ihres vermeintlichen Versagens: Denn nur die Kinder unfähiger Eltern - denken sie - wachen nachts auf und stören die Nachtruhe anderer Leute. Schuld- und Versagensgefühle können dazu führen, daß die Eltern Begegnungen mit den Nachbarn im Treppenhaus tunlichst vermeiden. Nun, gar so schlimm ist es meist nicht. Viele Nachbarn haben aus eigener Erfahrung Verständnis für die Nöte von Eltern, deren Kinder nachts aufwachen. Sie sehen das Problem weniger bei den Eltern als bei den ungenügenden Schallisolierungen im modernen Wohnungsbau. Einige Tips, wie man mit dem Problem "schlafgestörte Nachbarn" umgehen kann, finden sich im Kapitel "Schreiverhalten".

Abschließend einige Anmerkungen zu Ratschlägen, die häufig gemacht werden, deren Befolgen aber nicht zu empfehlen ist:

- Die Kinder schreien lassen. Säuglinge wachen in den ersten Lebensmonaten nachts auf, weil ihr Schlaf-Wach-Rhythmus noch nicht ausreichend entwickelt ist und sie auf die Nahrungszufuhr angewiesen sind: Sie können noch nicht durchschlafen. Es ist daher quälend und sinnlos, Säuglinge schreien zu lassen. Es gibt keinerlei Hinweise, daß Kinder eher durchschlafen, wenn die Eltern sie schreien lassen.
- Den Kindern Medikamente geben. Schlaf- und Beruhigungsmittel fördern in keiner Weise die Entwicklung des Schlafverhaltens. Im Gegenteil: Sie hemmen die zyklische Aktivität des Schlafes und beeinträchtigen die Aufmerksamkeit des Kindes, wenn es wach ist. Sie dämpfen seine Gehirnaktivität. Medikamente können gelegentlich für die Eltern dienlich sein, für ihre Kinder sind sie es mit Bestimmtheit nicht.
- Den Kindern abends vor dem Einschlafen angereicherte Flaschenmilch oder Brei geben. Verschiedene Studien haben gezeigt, daß angereicherte Flaschennahrung nicht zu einem früheren Durchschlafen führt (Grunwaldt u. a.). Es trifft zu, daß gestillte Kinder nachts häufiger aufwachen und in einem späteren Alter durchschlafen als Kinder, die mit der Flasche ernährt werden (vgl. "Schlafverhalten 4 bis 9 Monate").

Download and Read Online Babyjahre Remo H. Largo #T8AHG1JOWC0

Lesen Sie Babyjahre von Remo H. Largo für online ebook Babyjahre von Remo H. Largo Kostenlose PDF d0wnl0ad, Hörbücher, Bücher zu lesen, gute Bücher zu lesen, billige Bücher, gute Bücher, Online-Bücher, Bücher online, Buchbesprechungen epub, Bücher lesen online, Bücher online zu lesen, Online-Bibliothek, greatbooks zu lesen, PDF Beste Bücher zu lesen, Top-Bücher zu lesen Babyjahre von Remo H. Largo Bücher online zu lesen. Online Babyjahre von Remo H. Largo ebook PDF herunterladen Babyjahre von Remo H. Largo Doc Babyjahre von Remo H. Largo Mobipocket Babyjahre von Remo H. Largo EPub