

Körperzeichen - Körpersignale

Für eine stabile Entwicklung des Kindes ist es wichtig, immer wieder das richtige Maß an Angeboten und Ruhephasen zu finden.

Da jedes Kind eine ganz eigene Persönlichkeit mitgebracht hat, können vor allem enge Bezugspersonen durch den täglichen liebevollen Umgang mit ihrem Kind diese wichtige Balance herausfinden. Es ist wichtig, dass sie auf die Bedürfnisse und Zeichen ihres Kindes achten und respektieren.

folgende Erfahrungshinweise können ihnen vielleicht helfen:

Babys haben nur wenig Möglichkeiten, ihre Stimmung mitzuteilen und nutzen dazu den gesamten Körper, schon an der Körperhaltung kann eine Bezugsperson sehr viel über den Zustand des Kindes erfahren

- Weinen:** - Kinder weinen aus Langeweile, Überforderung, Hunger, Schmerzen, Müdigkeit, unbewussten Ängsten, Einsamkeit, Wut, Frustration, Stress Abbau, Mitgefühl, volle Windeln, Juckreiz auf der Haut, Unwohlsein
- in jedem Fall, sollten sie auf das Weinen eingehen, das Kind versuchen zu beruhigen, die Ursache herausfinden und abstellen
 - sie können ihr Kind im ersten Lebensjahr nicht verwöhnen, eher Urvertrauen aufbauen und in der Eltern-Kind-Bindung ein wichtiges Fundament schaffen (dabei tickt jede Familie und jedes Kind individuell)
 - mit den wachsenden Fähigkeiten der Kinder differenzieren sich die "Wein Klänge" und sollten von den Bezugspersonen immer wieder einsortiert werden
 - in der Trotzphase testen kleine Kinder dann auch mit dem Weinen ihre Grenzen bei den Eltern, dort sind wir im Moment alle hier im Kurs teilnehmenden Kinder aber noch nicht

- Augen:** - in den Augen eines Kindes kann vieles abgelesen werden (Strahlen - Freude oder Aufmerksamkeit, Gläsern - Müdigkeit oder Krankheit, kleine Augen - Müdigkeit oder Schmerz oder zu viele Eindrücke, rote Augen - Überforderung oder kommende Krankheit)

- Hände:** - Fäustchen zeigen eine Anspannung (Hunger, Angst, Schmerzen, Abneigung)
- offene Händchen zeigen Entspannung (Zufriedenheit, Interesse, tiefer Schlaf)

- Füße:** - eingekrallte Zehen zeigen eine Anspannung (Hunger, Angst, Schmerzen, Abneigung)
- kreisende Füße zeigen oft Freude und absolute Aufmerksamkeit
 - strampelnde Füße können Freude oder auch Bauchschmerzen zeigen

Die allgemeine Körperhaltung ist immer dem Zustand zugewandt (möchte das Kind spielen, versucht es in Richtung des Spielzeuges zu gelangen - möchte das Kind schlafen, dreht es sich vom Geschehen weg)

Achtet die Bezugsperson auf die Körpersprache des Kindes und übergeht beim Handling nicht die Entwicklungsspirale (z.B. erst Hinsetzen - wenn das Kind sich von selbst aus der Bauchlage in die Sitzposition bringen kann), kann ein Kind nicht überfordert werden.

Es ist ebenso wichtig, in den Alltag genügend Erholungsmöglichkeiten zum Schlafen, Wachsen und Verarbeiten zu planen. (max. 2 Babykurs-Angebote pro Woche)