

Das Wichtigste in Kürze:

1. **Zum Schlafen:**
 - Wann ein Kind seinen individuellen Schlaf - Wach- Zyklus an den Tag-Nacht- Rhythmus anpassen kann, hängt von einem Reifungsprozess ab, der von Kind zu Kind unterschiedlich ist.
 - Eltern können ihr Kind bei der Entwicklung eines beständigen Schlaf-Wach- Rhythmus unterstützen, wenn sie seinen Tagesablauf mit Mahlzeiten, Einschlafzeiten und anderen Aktivitäten wie spazieren gehen regelmäßig gestalten.
2. **Zum Schreien:**
 - Das Schreiverhalten zeigt in den ersten 3 Lebensmonaten einen charakteristischen Verlauf: Es nimmt von der Geburt bis zur 6. Lebenswoche zu, um danach bis zum 3. Monat ständig abzunehmen.
 - Ausmaß und Dauer des Schreiens sind von Kind zu Kind sehr unterschiedlich. Sie sind weniger vom elterlichen Verhalten als von der kindlichen Disposition abhängig.
 - Manches Schreien wird durch bestimmte Ursachen wie Hunger oder Müdigkeit ausgelöst. Oft - vor allem in den Abendstunden- gibt es aber keine bestimmte Ursache!
 - Eltern können die Schreiperioden verkürzen, wenn auch nicht eliminieren, wenn sie sich spielerisch mit dem wachen Kind beschäftigen und einen regelmäßigen Tagesablauf entwickeln.
3. **Zum Spielen:**
 - In den ersten Monaten entwickelt das Kind ein soziales Spiel mit seinem Gegenüber (Blickkontakt, Mimik, etc.) und mit seinen Händen.
 - Durch das Spiel mit den Händen lernt das Kind am Anfang sich und später Gegenstände kennen. So "be-greift" es sein Umwelt.
4. **Zum Trinken und Essen:**
 - Je nach Reifung von Mundmotorik und Verdauung ist ein Kind zwischen dem 4. und 8 Lebensmonat für die erste Breimahlzeit bereit.
 - Zwischen 5 und 7 Monate beginnt das Kind feste Esswaren in den Mund zu nehmen und lernt deren Geschmack und Konsistenz kennen. Die tägliche Nahrungsmenge ist bei Kindern in diesem Alter noch sehr unterschiedlich.
 - Je älter das Kind wird, desto weniger ist die Brust eine Nährquelle, sie wird ein Ort der Zuwendung.