

Help, mijn baby huilt!

Alle baby's huilen zo nu en dan. Huilen is nu eenmaal de enige manier waarop een pasgeboren kindje duidelijk kan maken dat hij zich niet prettig voelt. Het geluid van een huilende baby is moeilijk te negeren, zeker voor moeders. Ze doen van alles om hun baby te kalmeren. Dat is een natuurlijke reactie die ervoor zorgt dat baby's een gevoel van basisveiligheid ontwikkelen.

Er kunnen allerlei redenen zijn waarom een baby huilt zoals honger, oververmoeid zijn, last van krampjes hebben of een vieze luier. Na verloop van tijd leren de meeste ouders onderscheid maken in soorten huilen van hun baby. Na de eerste drie maanden gaan baby's minder huilen en ook op andere manieren communiceren.

Soms lukt het niet om een baby te troosten. Je hebt van alles geprobeerd, maar niks lijkt echt te helpen. Misschien kunnen de volgende tips houvast geven.

TIP 1

Baby's die veel huilen blijken het beste te gedijen bij rust en regelmaat. Probeer een vast dagritme aan te houden met vaste tijden van eten en slapen en houd het aantal prikkels beperkt.

TIP 2

Als je 10 tot 15 minuten hebt geprobeerd om je baby te kalmeren, is er niets op tegen om je baby in zijn bedje te leggen en even te laten huilen. Probeer te ontspannen: neem een douche, bel je vriendin, luister naar je lievelingsmuziek en haal diep adem. Bedenk dat elke baby uiteindelijk stopt met huilen.

TIP 3

Baby's die vooral aandacht krijgen als ze huilen, leren minder goed om ook op andere manieren te communiceren. Zoek juist ook contact met je baby op momenten dat hij alert en wakker is en NIET huilt. Dat geeft je bovendien de kans om echt van je baby te genieten!

TP/niveau1/ artikel

Positief opvoeden werkt

