

U5

Seelisch gesund aufwachsen

••••• 6.-7. Lebensmonat



Liebe Eltern,

Ihr Kind lernt Sie immer besser kennen. Es beginnt die Welt zu verstehen, wenn Sie sie ihm erklären.

Hier geht's zum Film



„Menschen, die ich kenne, geben mir Sicherheit. Fremde Menschen können mich verunsichern.“



Ihr Kind unterscheidet zunehmend zwischen vertrauten Menschen und ihm unbekannten Personen. Im Beisein seiner Bezugspersonen fühlt es sich sicher, die Welt zu entdecken. Geben Sie Ihrem Kind genügend Zeit, neue Personen kennenzulernen, bevor sie es mit ihnen alleine lassen.

•••••
Kinder bauen zu Eltern und anderen Bezugspersonen individuelle Beziehungen auf. Die Sicherheit der Bindung hängt vor allem von der Feinfühligkeit der Erwachsenen ab.

„Ich zeige dir, was mich interessiert. Spiel mit mir!“



Ihr Kind teilt sich zunehmend durch Laute mit und zeigt Ihnen, was es interessiert. Es möchte, dass Sie seine Begeisterung teilen. Wichtig ist, dass Sie mit Ihrem Kind reden und in Worte fassen, was Sie gemeinsam erleben.

•••••
Kinder lernen die Welt zu verstehen, wenn sie ihnen erklärt wird. Die Wahrnehmung und das Sprachverständnis werden dadurch gefördert.



Ihr Interesse für Medien überträgt sich auf Ihr Kind. Es will diese Geräte erkunden, weil es merkt, wie bedeutsam sie für Sie sind. Daher ist es wichtig, im Beisein Ihres Kindes verantwortungsvoll mit den Geräten umzugehen. Hierzu gehört zum Beispiel, das Handy beiseite zu legen, wenn Sie sich mit Ihrem Kind beschäftigen oder wenn das Kind sie braucht.



Kinder beobachten genau, wie Erwachsene mit Medien umgehen. Sie spüren zum Beispiel, wenn Handy, Fernseher oder Computer interessanter sind als sie selbst. Dies kann der Entwicklung eines positiven Selbstwertgefühls schaden. Es ist von großer Bedeutung, dass Eltern ein gutes Vorbild sind, wenn es um Mediennutzung geht.



„Ich merke, dass Handy, Fernseher und Computer sehr wichtig für dich sind.“

Ihr Kind bewegt sich gerne. Es möchte viel ausprobieren und erfreut sich daran, seine Umgebung zu erkunden.



Wenn Kinder ein Ziel erreichen, manchmal nach großer Anstrengung, sind sie glücklich und zufrieden. Das stärkt ihr Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten.



„Ich freue mich, wenn mir etwas gelingt.“



„Ich merke, wie du reagierst und orientiere mich an dir.“



Ihr Kind erkennt an Ihrer Stimme, Mimik und Gestik, wie Sie eine Situation einschätzen. Es orientiert sein Verhalten an Ihren Reaktionen. Auch Gefühle und Einstellungen können sich auf Ihr Kind übertragen.



Kinder erkennen am Gefühlsausdruck ihrer Bezugspersonen, ob eine Situation zum Beispiel vertrauenswürdig oder bedrohlich ist. Sie beruhigen sich, wenn sie an der Reaktion der Bezugspersonen merken, dass keine Gefahr droht.

„Nachts wache ich mehrmals auf.“



Ihr Kind schläft nachts nicht durch. Um wieder in den Schlaf zu finden, benötigt es meist Ihre Hilfe. Manchmal reicht es, wenn Sie ihm ein Gefühl der Sicherheit geben, indem Sie Ihre Hand auf seinen Bauch legen oder beruhigend zu ihm sprechen. Manchmal hat es Hunger, fühlt sich unwohl oder möchte gewickelt werden.

Ein unregelmäßiger Schlafrythmus kann sowohl für die Eltern als auch für die Partnerschaft eine große Herausforderung sein. Reden Sie offen über Ihre Bedürfnisse und unterstützen Sie sich gegenseitig.



Alle Menschen werden ab und zu nachts wach. Junge Kinder benötigen bedürfnisgerechte Hilfe, um wieder einzuschlafen. Schlafdauer und Schlafenszeiten sind von Kind zu Kind sehr unterschiedlich. Eine behutsame Veränderung des Schlafrythmus ist manchmal möglich. Dies benötigt eine Zeit des Übergangs sowie eine gute Abstimmung der Eltern.

bvkJ.

Berufsverband der
Kinder- und Jugendärzte e.V.



Mo-Fr: 9-11 Uhr
Di-Do: 17-19 Uhr

Onlineberatung für Eltern
bke-elternberatung.de
Mail - Chat - Forum

Nationales Zentrum Frühe Hilfen

Ansprechpartner für Ihre Fragen sind Ihre
Ärztinnen und Ärzte für Kinderheilkunde und
Jugendmedizin vor Ort. Informationen unter
www.kinderaerzte-im-netz.de

Beratungsangebote für Eltern:
Anonym und kostenlos!
Bei kleinen Sorgen.
In schwierigen Situationen.

Frühe Hilfen...
sind Angebote für werdende Eltern und Familien mit Kindern
bis drei Jahre. Diese Angebote bieten Eltern Unterstützung,
Beratung und Begleitung. Sie sind freiwillig und kostenfrei.
Ziel ist es, jedem Kind eine gesunde Entwicklung zu ermög-
lichen. Weitere Informationen finden Sie unter
www.elternsein.info



Alle Filme zu den Elterninformationen
Seelisch gesund aufwachsen
finden Sie hier:

<https://seelisch-gesund-aufwachsen.de>

Die Filme stehen auf der Website
auch in den folgenden Sprachen
zur Verfügung:

- Arabisch
- Englisch
- Französisch
- Russisch
- Türkisch

Hier geht's
zum Film



Diese Elterninformationen sind ein Gemeinschaftsprojekt von:

vdek
Die Ersatzkassen

Techniker Krankenkasse (TK) BARMER
DAK-Gesundheit IKH Kaufmännische Krankenkasse
hkk - Handelskrankenkasse HEK - Hanseatische Krankenkasse

AOK
Die Gesundheitskasse.

BKK

IKK

KNAPPSCHAFT
für meine Gesundheit!

SVLFG

bvkJ.
Berufsverband der
Kinder- und Jugendärzte e.V.

KBV
KASSENÄRZTLICHE
BUNDESVEREINIGUNG

**Deutsche Liga
für das Kind**



BZgA
Bundeszentrale
für
gesundheitliche
Aufklärung

**Nationales Zentrum
Frühe Hilfen**

Impressum

Herausgeber:
Verband der Ersatzkassen e. V. (vdek)

Idee & Konzeption:
Deutsche Liga für das Kind

Design & Illustration:
Kai Herse & Anke am Berg

Anschrift:
Verband der Ersatzkassen e. V.
Askanischer Platz 1
10963 Berlin

Finanzierung durch:
- vdek
- AOK-Bundesverband
- BKK
- IKK e. V.
- KNAPPSCHAFT
- SVLFG

Fotos:
Eva Radünzel, Darja Pilz, Anja Hansmann

info@vdek.com
www.vdek.com

Druck:
KERN GmbH
In der Kolling 7
66450 Bexbach

Mit freundlicher Empfehlung



Spitzenverband der
landwirtschaftlichen
Sozialversicherung



Verband der Ersatzkassen e. V. (vdek)

- BARMER GEK
- Techniker Krankenkasse
- DAK-Gesundheit
- KKH-Allianz
- HEK-Hanseatische Krankenkasse
- hkk



Bundeszentrale
für
gesundheitliche
Aufklärung



Berufsverband der
Kinder- und Jugendärzte e.V.



Kassenärztliche
Bundesvereinigung
Körperschaft des öffentlichen Rechts

Liebe Eltern,

die Beweglichkeit Ihres Kindes nimmt rasant zu und es erweitert seinen Aktionsradius. Ihr Kind wird mobil und lernt das gezielte Greifen, beginnt zu krabbeln und zu sitzen. Viele Dinge in der Nähe sind interessant, werden gegriffen und in den Mund gesteckt. Alles, was herunterhängt, verlockt zum Greifen und Ziehen. Das sich Hochziehen bereitet das Laufen vor und birgt neue Gefahren.

Unfälle sind die größte Gefahr für Leben und Gesundheit Ihres Kindes. Durch einfache Maßnahmen lassen sich die meisten Unfälle vermeiden. Unfallschwerpunkte in diesem Alter sind:

- Stürze
- Ertrinken
- Vergiftung
- Ersticken

Die zunehmende Mobilität Ihres Kindes erfordert vermehrt Ihre Aufsicht und Sorge für eine kindersichere Umgebung.

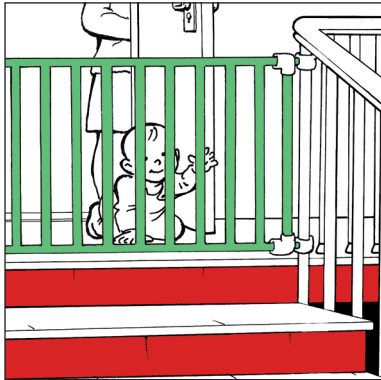
Bei allen Unsicherheiten in der Betreuung Ihres Kindes wenden Sie sich vertrauensvoll an Ihre(n) Kinder- und Jugendärztin oder -arzt.

Mit freundlicher Empfehlung



Weitere Informationen:
www.kinderärzte-im-netz.de
www.kindersicherheit.de
www.BZgA.de

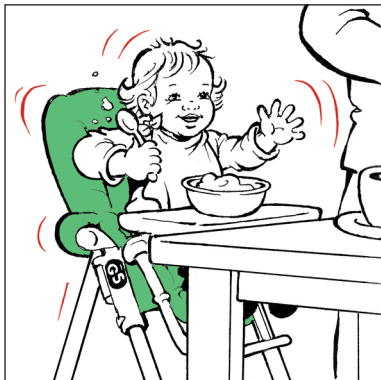
Treppensturz



Vorbeugung

Sichern Sie Treppenzugänge durch Schutzgitter!
Treppe abwärts soll das Kind zunächst nur unter Aufsicht rückwärts krabbeln.

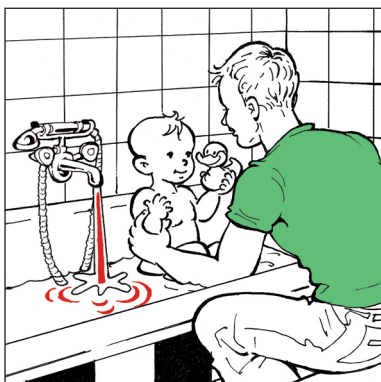
Sturz aus Hochstuhl Einkaufswagen, Gitterbett



Vorbeugung

Stellen Sie den Hochstuhl kipp sicher auf!
Kind im Hochstuhl und Einkaufswagen nie unbeobachtet lassen: Ausstiegsversuche!
Im Gitterbett die Matratze rechtzeitig absenken. Ausstieg durch Herausnehmen der Gitterstäbe ermöglichen. Kind auf dem Arm: stets mit plötzlichen unkontrollierten Bewegungen des Babys nach hinten rechnen!

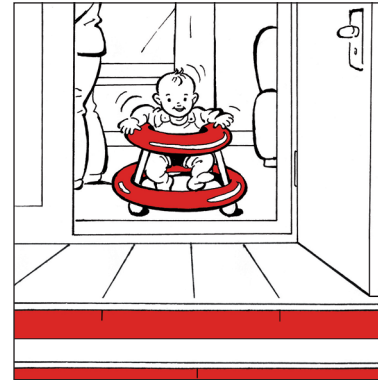
Ertrinken



Vorbeugung

Vor dem Baden Wassertemperatur prüfen!
Kleine Kinder können auch in sehr niedrigem Wasser (5-10 cm) ertrinken. Lassen Sie Ihr Kind in Badewanne oder Duschtasse nie unbeaufsichtigt!
Geschwisterkinder können die Verantwortung nicht übernehmen.

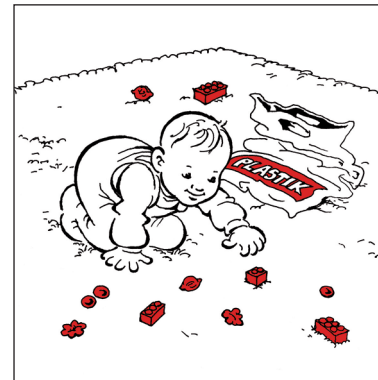
Sturz mit Lauflernhilfe/Gehfrei



Vorbeugung

Benutzen Sie grundsätzlich keine Lauflernhilfen/Gehfrei!
Sie sind unfallträchtig und fördern nicht das Laufen lernen. Erhöhte Sturzgefahr insbesondere an Treppen, Tüschwellen und Teppichrändern. Lauflernhilfen ermöglichen das Ziehen an Tischdecken und Kabeln, das schwere Kopfverletzungen und Verbrühungen zur Folge haben kann.

Ersticken



Vorbeugung

Kleine Kinder stecken alles in den Mund und verschlucken sich. Halten Sie kleine Gegenstände, die die Atmung blockieren oder behindern können, vom Säugling fern!
Typisch und besonders gefährlich sind Erdnüsse, Weintrauben, kleine Nahrungsstücke, Münzen, Murmeln, Bausteine und Luftballonreste.

Vergiftung/Verätzung



Vorbeugung

Putzmittel und andere Chemikalien in Originalbehälter verschlossen bzw. außerhalb der Reichweite von Kindern aufbewahren. Besondere Gefahr besteht durch ätzende Reinigungsmittel (z.B. Entkalker, Rohr- und WC-Reiniger). Medikamente, Tabakwaren oder Alkohol von Kindern fernhalten.