

Verschiedene Tragemöglichkeiten Ihres Kindes

Verändern Sie die Trageposition Ihres Kindes. Jede Position führt zu neuen Erfahrungen und bereitet Ihr Kind auf komplexere Bewegungen vor.

N., 6 Wochen



L., 6 Wochen



Legen Sie Ihr Kind mit nach vorne abgelegten Armen über Ihre Schultern, so kann es die Kopfkontrolle üben.

L., 6 Wochen



Wenn die Arme Ihres Kindes vor dem Körper sind, kann es die Arme zum Ertasten seines Körpers oder seiner Umgebung frei bewegen und es kann Gegenstände ergreifen und entdecken.



L., 6 Wochen

Ausgeklügelte Lagerungshilfen sind nicht notwendig. Ihr Kind fühlt sich sehr wohl auf Ihren Armen und Ihren Beinen.

Wenn Sie das Gefühl haben, der Hinterkopf Ihres Kindes ist abgeflacht oder es dreht den Kopf vermehrt zu einer Seite, konsultieren sie Ihren Kinderarzt.

Dieser Faltprospekt wurde von KinderphysiotherapeutInnen des Qualitätszirkel Genf erarbeitet.

<http://dea.hug-ge.ch>
www.physiogeneve.ch
www.physiotherapia.paediatrica.ch

Tipps und Tricks für Mamas und Papas

Liegen auf dem Bauch um zu lernen, zu spielen und sich fortzubewegen.



S., 4 Monate



L., 6 Wochen

Liegen auf dem Rücken, um zu schlafen.

Tipps für eine gute Psychomotorische Entwicklung Ihres Kindes

Legen Sie Ihr Kind zum Schlafen auf den Rücken. Nutzen Sie aber die Zeit, wenn es wach ist, um es Bewegung spüren zu lassen und mit ihm zu spielen.

Verändern Sie von Geburt an immer wieder seine Position: Legen Sie es auf den Rücken, bringen Sie das Kind in Bauch- oder Seitenlage, wenn es wach ist, tragen Sie es in Ihren Armen. Diese Veränderungen regen zur Entdeckung des Körpers und der Umwelt an und aktivieren die Muskulatur. Lassen Sie Ihrem Kind Zeit, jede Position zu entdecken.

Regen Sie ihr Kind zum Drehen nach rechts und nach links an, damit es lernt, sich auf beide Seiten zu drehen. Nutzen Sie Gelegenheiten wie Wickeln und Anziehen, um es zur Seite oder auf den Bauch zu rollen.



Bevorzugen Sie zum Spazieren den Kinderwagen oder das Tragetuch bzw. eine Traghilfe. Starre Babyschalen eignen sich nur für das Autofahren.

Verschiedene Lagerungspositionen für Ihr Kind



Legen Sie Ihr Kind abwechselungsweise auf beide Seiten, so spürt es diese gleichmässig.



In Bauchlage sollten die Ellbogen vor den Schultern positioniert werden, so fällt es Ihrem Kind leichter den Kopf anzuheben.



Die Bauchlage ist für das Kind einfacher einzunehmen, wenn der Oberkörper in leicht erhöhter Position ist.



Eine kleine Rolle unter den Achseln (z.B. aus einem Frottiertuch) oder Ihr Bein, helfen dem Kind sich aufzurichten.



Nützen Sie die Gelegenheit in verschiedenen Stellungen mit Ihrem Kind zu spielen und zu plaudern.



Durch Ablenkung wie Plaudern, gemeinsames Spielen akzeptiert Ihr Kind unbeliebte Positionen (z.B. Bauchlage) leichter.