

התמודדות עם בכי

תינוקות מתקשרים באמצעות בכי.

להלן מספר סיבות לבכי התינוק

כאב

חיתול רטוב

רעב

רצון לשינוי תנוחה

עייפות

עומס יתר של גירויים

צורך לגהק

רצון לידיים

כאב בטן

שעמום

כאשר תינוק בוכה הוא מבקש "משהו" לא תמיד פשוט לגלות מה ה"משהו" הזה.

כדאי לנסות את הדברים הבסיסיים

להרים את התינוק.

לעטוף את הבייבי על מנת להשרות בו תחושת בטחון.

להניק / לתת בקבוק

להחליף לבייבי חיתול

להרים לגרפס

במידה והתינוק לא נרגע ניתן:

• לצאת איתו לטיול במנשא או בעגלה.

• לצאת לנסיעה ברכב.

• להקפיץ על הכדור.

• לא תמיד תצליחו להבין את פשר הבכי. זכרו לתינוק יש רגעים קשים וגם ימים

כאלה.

• במידה ואתם לא מצליחים להרגיע את התינוק והבכי קשה לכם מומלץ לבקש עזרה

ולהעביר את הטיפול בתינוק לאדם אחר.

• זה הזמן להיכנס למקלחת או לצאת לצעידה קצרצרה.

• על תרגישו רע! יש ימים קשים! לבקש עזרה עושה אתכם קצת יותר אנושיים

ושפויים.

מ.ת.ו.ק

מגע: טפיחות נוכחות למתן תחושת בטחון.

תנועה: שינוי מנחים, תנועה שלנו על הכדור או ניעות.

קול: הוצאת קול נעים ובטוח שמשדר בטחון

התאמת עוצמות- כאשר תינוק בוכה נעלה חצי טון מעליו בין עם זה

בקול /מגע/תנועה. כאשר תינוק נרגע יש להתאים עוצמות .