



## **“MOTHER KNOWS BEST”**

Learn about the importance of trusting your own parenting instincts at a time when so much advice is given. How to handle your doubts and know that your baby is your best teacher. Discusses the value of touch and meeting your baby's needs.

## MOTHER KNOWS BEST

### JOANNE

My biggest fears were that she'd have long episodes, long bouts of crying and I wouldn't know what to do about it and I wouldn't be able to soothe her.

### MIMI

Sometimes you have doubts and sometimes you feel like you really know and it just takes time.

### KIM

There's really no manual for how to be a great mom, so I think I was probably nervous about that the most.

### JOY

Probably your best teacher on how to be a parent is your baby.

### NARRATOR

The job of a lifetime has just begun. You're exhilarated, exhausted and perhaps even unsure of yourself. And there's so much advice. What's a new mother to do? Trust your instincts!

### DORIS

A lot of my friends had kids and they will tell you to do this and do that, but I kind of put that away in my mind because your child is different from every other child and the best thing you can do is to go by your instinct and do what you need to do for your child.

### NARRATOR

When your newborn cries, frets or smiles, he is sending you signals – called cues.

### JENNIFER

Oh it's definitely a link between the mother and child. She knows his cry; she knows when he's hungry as opposed to when he's tired. She knows when he ate last.

### BANETTA

I try to pick her up, settle her down, rub her back that seems to work. She likes being upright as opposed to being cradle held.

### NARRATOR

But what about the adage that too much cuddling and attention will spoil your baby?

### JENNIFER

It's impossible to spoil a baby in the first year of life. Babies need to be held, they need to be rocked, they need to be loved and they need to be cuddled.

### NARRATOR

Changing a diaper is something that anyone can do, but a parent knows that this is a fabulous opportunity to gaze into their eyes to show them the world from a new perspective. In fact, research supports what mothers instinctively know about the value of human touch.

**JENNIFER**

Human beings thrive on touch. We all need to be stroked. We all need to be loved. We all need to be cuddled, we all need to be held and babies need that, they thrive better.

**NARRATOR**

In the early months, meeting your baby's needs is often a 24-hour a day job. And generations of new parents have been advised to get their baby on a schedule, no matter how impractical.

**CHRYSTY**

I have a girlfriend who had no idea, she was miserable because she's so structured and so scheduled and when the baby came it all went out the window.

**BANETTA**

They definitely need their own schedule and you're constantly watching the clock to see if it's every three hours or three and a half hours or whatever the time is.

**NARRATOR**

Babies are designed by nature to be irresistible; they have eyes you can get lost in, they're fascinating to watch even when they're asleep and the reason that they are so charming is so that we will go and take care of them and be with them. So when your instincts urge you to pick up your baby, if he's crying or if he's not, or even if you might be doing something else, go ahead, it's natural because after all, mother knows best.



## **“MAMÁ LO SABE TODO”**

Aprenda sobre la importancia de confiar en su propio instinto materno en un momento en el que recibirá muchos consejos. Como responder a sus dudas y saber que su bebé es el mejor maestro. Hablamos sobre el valor del tacto y la importancia de responder a las necesidades de su bebé.

## MAMÁ LO SABE TODO

### JOANNE

Mi mayor temor era que ella tuviera largos episodios, ataques de llanto y no saber que hacer al respecto o no poder tranquilizarla.

### MIMI

A veces uno tiene dudas y otras siente que realmente sabe y sólo es cuestión de tiempo.

### KIM

En realidad no hay un manual sobre como ser una buena madre y creo que eso era lo que me ponía más nerviosa.

### JOY

Probablemente el mejor maestro para aprender a ser buenos padres es su bebé.

### NARRATOR

El trabajo de toda una vida ha comenzado. Usted está excitada, agotada y quizás incluso insegura de usted misma. Y le dan tantos consejos. ¿Qué debe hacer una madre primeriza? ¡Confiar en sus instintos!

### DORIS

Muchas de mis amigas tienen niños y me dicen que haga esto, que haga lo otro pero yo como que aparto todo lo que dicen de mi mente porque cada niño es diferente y lo mejor que uno puede hacer es seguir sus propios instintos y hacer lo que necesite hacer por su hijo.

### NARRATOR

Cuando su recién nacido llora, sonrío o está inquieto, está enviándole señales.

### JENNIFER

Oh, definitivamente hay un lazo entre la madre y su hijo. Ella conoce su llanto, ella sabe cuando tiene hambre o cuando está cansado. Sabe cuando fue la última vez que comió.

### BANETTA

Intento alzarla, calmarla, acariciarle la espalda y eso parece funcionar. Ella prefiere que la carguen con la cabeza hacia arriba a que la acunen.

### NARRATOR

¿Pero es verdad que malcriará a su bebé si lo carga mucho o le presta demasiada atención?

### JENNIFER

Es imposible malcriar a un bebé en su primer año de vida. Los bebés necesitan que los carguen, que los acunen, necesitan que los amen y que los abracen.

### NARRATOR

Cambiar pañales es algo que cualquier persona puede hacer pero los padres saben que es una fabulosa oportunidad para mirar a los ojos de su bebé y presentarles el mundo desde una nueva perspectiva. De hecho, las investigaciones confirman que las madres saben instintivamente el valor del contacto humano.

### JENNIFER

Los seres humanos se desarrollan a través del contacto. Todos necesitamos caricias. Todos necesitamos amor. Todos necesitamos que nos abracen y nos mimen y los bebés necesitan todo eso para crecer mejor.

**NARRATOR**

Durante los primeros meses, atender las necesidades de su bebé es a menudo un trabajo de 24 horas. Y durante generaciones se ha aconsejado a los padres cumplir horarios con el bebé, sin importar lo impráctico que esto pueda resultar.

**CRYSTY**

Tengo una amiga que no tenía idea, ella estaba afligida porque es una persona muy estructurada y fiel a sus horarios y cuando llegó el bebé acabó con toda su rutina.

**BANETTA**

Definitivamente ellos necesitan respetar su propio horario y uno está constantemente mirando el reloj para ver si es cada tres horas o tres horas y media o cuando quiera que sea.

**NARRATOR**

Los bebés son creados por la naturaleza para ser irresistibles; tienen ojos en los que podemos perdernos, es fascinante mirarlos incluso cuando están dormidos y la razón por la que son tan encantadores es para que nosotros los cuidemos y estemos con ellos. Así que cuando su instinto le dice que alce a su bebé, así esté o no llorando, incluso cuando usted tal vez esté haciendo otra cosa, hágalo, es natural porque después de todo la madre es la que sabe.