



Babymassage

Warum Babymassage?

Neugeborene nehmen ihre Bezugspersonen vom ersten Moment über den Tastsinn wahr. So kann sich die Bindung zwischen Eltern und dem Kind von den ersten Tagen an durch die Berührung entwickeln. Durch Berührung, Streicheln oder Umarmen entwickelt sich das Selbstbewusstsein eines Kindes. Wärme, Zärtlichkeit und Berührungen gehören zu den Urbedürfnissen eines Babys. Die Babymassage hat sowohl eine Bedeutung für das Kind als auch für die Eltern.

Was bedeutet Babymassage für das Kind?

- Vergnügen u. Freude zu berühren und berührt zu werden
- Verständigung, Nähe und Sanftheit
- Entspannung und Ruhe
- Beruhigung durch Hautkontakt
- Eins sein mit Mutter und Vater
- Lieben und geliebt werden
- Lösungen von Verkrampfungen und Verspannungen
- Entwicklung der Körperbewusstheit
- Verbesserung der Verdauung und Hilfe bei Blähungen
- Bessere Sauerstoffversorgung
- Mögliche Hilfe bei Einschlafstörungen

Was bedeutet Babymassage für die Eltern?

- Entwicklung von Sicherheit im Umgang mit dem Kind
- Verständigung und Nähe
- Vertrautheit zur Körpersprache ihres Kindes
- Mimik und Gestik, Laute und Körperhaltung des Babys besser zu deuten
- Etwas Positives für das Baby tun zu können, vor allem in Problemsituationen
- Entspannung für sich selbst, Kraft schöpfen

Was musst du bei der Babymassage beachten?

Um die Babymassage so durchzuführen, dass dein Baby sich wohlfühlt und es deinem Baby gut tut, musst du folgende Dinge beachten:

Die äußeren Umstände müssen passend sein: Da Babys sehr empfindlich auf Unruhe reagieren sollte der Zeitpunkt einer Babymassage so gewählt sein, dass der Massierende nicht innerlich unruhig ist. Zudem sollte das Baby weder hungrig noch müde sein. Ist das Baby nackig, so sollte die Raumtemperatur angemessen sein.



運動藝術



Das Baby muss sich wohlfühlen: Das ist das oberste Ziel vor, während und nach der Massage. Wirkt das Baby unruhig oder beginnt zu weinen so sollte die Massage bedingt durchgeführt beziehungsweise abgebrochen werden.

Fazit

Wenn sich das Baby also wohlfühlt und alle äußeren Umstände passend sind, steht einer erfolgreichen Babymassage nichts mehr im Weg. Das Baby wird in der emotionalen und körperlichen Entwicklung unterstützt, sodass sich das Baby rundum wohlfühlt. Es können der Schlaf, das Verdauungssystem, die Motorik und das Nervensystem des Kindes verbessert werden. Im Mittelpunkt der Babymassage steht immer die sanfte Berührung.