Die Schmetterlingsmassage

© copyright Heidi Roth, vormals Zorbach, Offenbach

Schmetterlingsmassage für Babys

Die Schmetterlingsmassage nach Eva Reich wird in Gruppen Eltern nahegebracht. Sie besteht aus leichten, auch der Empfindsamkeit eines Babies angepassten Berührungen, Streichungen und Klopftechniken. Sie lässt die Kinder sich wie in einem sicheren Hafen gehalten und geborgen fühlen. Dadurch spüren sie ihre Grenzen wieder und können zur Ruhe kommen. Damit eignet sich die Massage insbesondere auch für Kinder die schwierige Geburten hinter sich haben. Aufgrund ihrer Erfahrungen sind sie häufig verspannt und nicht in der Lage eine herkömmliche Babymassage zu ertragen.

Der behutsame, sanfte Haut- und Körperkontakt der Schmetterlingsmassage entspannt sichtlich und fördert die Entwicklung des Babys. Durch die entstehende Nähe wird die Bindung zwischen Eltern und Kind entscheidend gefördert. Dieses Potential macht die Schmetterlingsmassage für Eltern zu einem idealen Mittel, entspannend auf Koliken, Schlafstörungen oder Schreckhaftigkeit einzugehen.

Die Schmetterlingsmassage empfiehlt sich besonders für:

- Die Unterstützung der emotionalen Bindung zwischen Eltern und Säuglingen
- Die Lösung körperlicher Verspannungen unruhiger, häufig weinender Babys
- Kleinkinder die schwierige erste Lebenserfahrungen verarbeiten

Schmetterlingsmassage für Eltern

Entspannung ist auch für Eltern wichtig. Durch schlaflose Nächte geplagte Elternteile erhalten durch eine Schmetterlingsmassage wertvolle Unterstützung bei der notwendigen Entspannung und Selbstanbindung. Die schmetterlingsgleichen Berührungen sind stresslösend, stellen Verständnis und Einfühlung her und dienen damit auch der Beziehung zwischen den Eltern. Die sanfte Körperlichkeit hilft den anderen auch als Beziehungspartner und nicht nur als Elternteil wahrzunehmen. Dabei erlaubt die Technik auch vor der Aufnahme sexueller Beziehungen Körperkontakt und Vertrautheit. Väter die die Technik eigenständig kennen lernen wollen, können dies während eines Termines an einem Samstag gemeinsam mit ihren Partnerinnen tun. Das Ergebnis ist eine Stärkung von Elternsein und Paarbeziehung:

- Die Beziehung der Eltern wird durch die leichte Form der Körperlichkeit belebt
- Gestresste Elternteile erfahren Entspannung und Unterstützung
- Eine regelmäßige Anwendung hilft über Stresszeiten und fördert Selbstanbindung

Literatur:

Harms, T.: Vegetative Grundlagen der Babymassage, in: Klein, M.: Schmetterling und Katzenpfoten

Eva Reich, Zornansky, E.: Lebensenergie durch sanfte Bioenergetik, München 1997