

natural  
Birthing  
Power



Bindung  
durch  
Berührung

Babymassage

# Bindung durch Berührung Die Babymassage der etwas anderen Art



Im Video zum E-Book kannst du sehen, wie du durch schmetterlingszarte Körperübungen die Nähe und Verbundenheit zu deinem Baby fördern kannst.

Mein wichtigstes Anliegen ist es, dich in dieser Berührungsarbeit so anzuleiten, dass du dich in einem Zustand innerer Sicherheit deinem Baby zuwenden kannst. Während der Massage sollte eine Bewegung entstehen, die im wahrsten Sinne des Wortes "unter die Haut geht". Das Ziel ist, dass du im Umgang mit deinem Baby handlungssicher, achtsam und bewusst bist.

Ich unterstütze dich, deinen intuitiven Fähigkeiten zu vertrauen und die Körpersprache deines Babys feinfühlig zu begleiten.

In diesem E-Book kannst du alle Schritte noch einmal in Ruhe nachlesen, die du im Video gesehen hast und noch ein paar mehr. Hier kannst du auch systematische Hinweise nachschlagen, die dich dabei unterstützen, die Stress- und Frühwarnzeichen deines Babys zu erkennen und ernst zu nehmen.



WAS IST EIN Kind?

ES IST Liebe, DIE GESTALT ANGENOMMEN HAT  
ES IST GLÜCK, FÜR DAS ES keine Worte GIBT.

ES IST EINE kleine Hand, DIE DICH  
ZURÜCKFÜHRT IN EINE WELT, DIE DU SCHON  
VERGESSEN HAST. SCHÖN, DASS DU DA BIST  
UND UNSER LEBEN reicher MACHST.

Chinesisches Sprichwort

## Sicherheit geht vor: Das Ressourcen-Prinzip der Schmetterlingsarbeit

Ein wichtiges Prinzip der Schmetterlingsarbeit ist die Arbeit mit den vorhandenen Ressourcen deines Babys.

Jedes Baby verfügt von Beginn an über bestimmte Körperbereiche, an denen es besonders positiv und weich auf liebevolle Berührungen und Halt reagiert. Selbst bei Säuglingen, die nach einem anstrengenden Lebensanfang noch viel zu verdauen haben, finden wir eine Stelle am Körper des Kindes, an der es Berührungen genießt und sich emotional öffnet.

Praktisch läuft es so, dass du in der ersten Phase deiner Kontaktaufnahme spürst, wo deine Hände sich hinbewegen wollen. Viele Eltern nehmen ganz spontan die Beine ihres Säuglings in die Hand, halten die Waden oder streicheln sanft über die Oberschenkel. Andere fühlen sich hingezogen zu den Händen oder zum Bauch. Jedes Baby hat seinen eigenen Körperbereich, bei dessen Berührung es schnell Vertrauen fasst. Es ist die Sicherheitsstation deines Babys.

Diese erste Kontaktaufnahme hat seinen eigenen Zauber. Während du dein Baby sanft streichelst oder hältst, beginne mit deinem Kind zu sprechen. Jetzt kannst du schon fühlen wie Nähe und Verbundenheit entsteht. Du siehst, dass sich der Körper deines Kindes entspannt, seine Bewegungen ruhiger werden und sich sein Atem vertieft. Vielleicht seufzt dein Baby auch bei der ersten Berührung.

Du weißt jetzt, dass du den richtigen Punkt gefunden hast. Es ist die Stelle, die für dein Baby Sicherheit bedeutet. Das ist die Stelle für den Ausgangs- und Endpunkt der Massage.

Bewege dich von dieser Sicherheitszone Schritt für Schritt voran. Sobald dir dein Baby mitteilt, dass es eine Berührung als unangenehm oder sogar bedrohlich erlebt, verlasse diesen Bereich und kehre zur Sicherheitszone zurück.

Dadurch erfährt dein Baby erneut Nähe und liebevolle Berührung. So klingt sein Stress ab und es kommt zur emotionalen Sicherheit zurück.

Sobald sich dein Baby sicher fühlt, nimmt es Blickkontakt auf und beginnt zu lautieren. Es ist ein Zeichen für dich: es kann weitergehen.

Dieses Vorgehen hat für dich und auch für dein Baby einen gleichermaßen großen Vorteil.

Dein Baby macht ständig die Erfahrung, dass seine Grenzen beachtet und respektiert werden und dass du seine Signale wahrnimmst. Und du bekommst Stabilität und Sicherheit im Umgang mit deinem Baby.

## „ENDE DER LESEPROBE“

[Klicke hier, wenn du die komplette Babymassage kaufen möchtest.](#)

### NaturalBirthingPower

Website: [www.naturalbirthingpower.de](http://www.naturalbirthingpower.de)

Facebook: <https://web.facebook.com/Naturalbirthingpower/>

Instagram: <https://www.instagram.com/naturalbirthingpower/>

### **Wichtige Hinweise**

Die Inhalte dieses Buchs sind urheberrechtlich geschützt und dürfen nur mit Genehmigung der Autorin veröffentlicht, zitiert oder in irgendeiner anderen Form, sei es gedruckt oder online, verbreitet werden. Auch eine auszugsweise Veröffentlichung bedarf einer schriftlichen Genehmigung. Eine in irgendeiner Weise gewerbliche Nutzung ist ebenso ausdrücklich untersagt und wird nach international geltendem Recht geahndet.