



Claudia Vögeli und Tochter Finnja geniessen die gemeinsame Zeit während der Massage.

(Bilder: bg)

DÄLLIKON / Sabine Wolf führt Mütter in die Kunst der Babymassage ein

Keine Angst vor dem Verwöhnen

Sabine Wolf aus Dällikon ist gelernte Kinderkrankenschwester, Mutter eines Sohnes und einer Tochter, und sie bietet Kurse für Babymassage an. Mit sanften Berührungen wird der Kontakt zwischen Kindern und Eltern verstärkt.

BARBARA GASSER

«Mit der Babymassage wollen wir dem Kind etwas Gutes tun», erklärt Sabine Wolf. Es sei eine gute Möglichkeit, mit dem Baby eine enge Beziehung aufzubauen. «Allerdings fragen wir vor Beginn der Massage immer, ob das Kind dazu bereit ist.» Das ist ganz wichtig, denn wenn das Kleine Hunger hat, lieber schlafen möchte oder sonst nicht in der Stimmung ist, macht die Massage keinen Sinn.

Viele Kinder leiden unter den so genannten Dreimonatskoliken. Das ist weder für die Kleinen noch für die Eltern angenehm. «Obwohl die Babymassage keine Heilmethode ist, haben wir gute Erfahrungen damit gemacht, wenn die Kinder unter Koliken leiden», sagt Sabine Wolf. Und auch bei Schlafstörungen kann die Massage

helfen. Diese Erfahrung hat Claudia Vögeli aus Dielsdorf mit der vier Monate alten Finnja gemacht. «Seit ich mit der Massage begonnen habe, schläft meine Tochter besser», sagt sie. Schon während der Schwangerschaft hat sie von der Babymassage gehört. Den Kurs bekam sie zur Geburt geschenkt. «Ich habe mich riesig gefreut. Finnja und ich geniessen es.»

In Indien selbstverständlich

Sabine Wolf hat ihre Ausbildung zur Kursleiterin für Babymassage mit einer schriftlichen Arbeit abgeschlossen und dafür ein internationales Zertifikat erhalten. Babymassage hat ihren Ursprung im Fernen Osten. In Indien, Nepal oder Tibet zum Beispiel ist diese Art des Kontaktes mit dem Kind selbstverständlich. Die Töchter übernehmen die Technik von ihren Müttern. «Bei uns hat man oft Angst vor dem Verwöhnen», sagt Sabine Wolf. «Dabei kann man ein Baby gar nicht zu fest verwöhnen. Sie brauchen Körperkontakt, weil sie sich dann geborgen fühlen.» Sie massiert nie ein fremdes Kind im Kurs, sie zeigt die Griffe an einer Puppe. Dank kleiner Gruppen von vier Personen und ihren



Sabine Wolf ist Kursleiterin für Babymassage.

Babys kann sie den Unterricht individuell gestalten. In fünf Lektionen von eineinhalb Stunden pro Woche zeigt sie das richtige Vorgehen. «Natürlich wäre es schön, wenn die Kinder täglich massiert würden. Aber das geht nicht immer. Vor allem am Anfang sollte man aber auf eine gewisse Regelmässigkeit achten, damit die Griffe geübt werden.» Babymassage soll niemals Stress sein, sondern Eltern und Kind ein positives Erlebnis vermitteln.

Neue Kurse für Babymassage bei Sabine Wolf beginnen ab 25. September. Auskunft und Anmeldung ab 22. September unter Telefon 01 844 09 55.