

«Unberührte Babys verkümmern»

Babymassage ist schon ein Klassiker. Aber auch Kleinkinder geniessen Berührung. Die Dälliker Kinderkrankenschwester und Mutter vermittelt das Know-how.

Barbara Weber-Ruppli

«Berührung ist ein elementares menschliches Bedürfnis. Unberührte Babys verkümmern», weiss Sabine Wolf. Dies belege ein Versuch aus dem 13. Jahrhundert. Kaiser Friederich der Grosse wollte wissen, welches die Ur-Sprache der Menschheit sei. Er liess Säuglinge in einem Heim nur mit dem absolut nötigen Minimum an Kontakt und Berührung grundversorgen. Bis auf eines starben alle. Was rettete dessen Leben? Es lag direkt bei der Tür, und eine Frau streichelte es täglich beim Vorbeigehen. Im Dritten Reich wiederholte man das Experiment – mit demselben Resultat.

Heute geschehe aus Zeitmangel Ähnliches in rumänischen Kinderheimen. Forscher hätten dabei festgestellt, dass sich ein für die Verbindungsknüpfung verantwortlicher Teil des Hirns nur durch Hautkontakt entwickeln kann. Solche Geschichten machen für Sabine Wolf klar: «Körpersprache ist nicht



Sabine Wolf zeigt an ihrer vierjährigen Tochter Julia die spielerische Igel-Ball-Massage. (bwr)

nur die erste, sondern überlebenswichtige Kommunikation.»

Missbrauchsprävention

Dabei betont sie, dass intensive Berührungen engen Bezugspersonen vorbehalten bleiben sollen. «Hat ein Kind keine Lust, sich anfassen zu lassen, muss das respektiert werden», weiss Wolf. Das sei die beste Prävention davor, Opfer von Gewalt zu werden. Als Schattenseite der Angst vor sexuellem Missbrauch nennt

Wolf verunsicherte Väter. «Viele wagen es kaum mehr, ihre grösseren Kinder liebevoll in die Arme zu nehmen.» Die Kindermassage ist eine Möglichkeit, körperliche Nähe zu ritualisieren. Neben der Bindungsfähigkeit fördert die Massage die Durchblutung aller innerer Organe, stärkt die Herz-Lungen-Muskulatur, beruhigt überaktive Knirpse und regt träge Kinder an.

Sabine Wolf erlernte zuerst die Babymassage nach Vimala

Schneider. Als Mutter von drei Kindern spürte sie das Bedürfnis, dieses Ritual übers Säuglingsalter hinaus zu retten. «Doch wenn die Kinder ins Krabbelalter kommen, wird das schwieriger», stellt sie fest. Dann sei es sinnvoll, Oasen der Ruhe zu schaffen. Spielerische Einlagen und Geschichten während der Massage fesseln die Aufmerksamkeit. «So hält es still und kann sich fast unbemerkt entspannen.»

Anfassen lassen?

Die Frage «Möchtest du massiert werden?» wird Kindern vor jeder Massage gestellt, während bei Säuglingen eher auf entsprechende Körpersignale geachtet wird. Dass ihre Bedürfnisse respektiert werden und sie Nein sagen dürfen, wird den Kindern somit praktisch «in die Wiege» gelegt.

Babys und Kinder, die regelmässig massiert werden, entwickeln ein positives Körpergefühl. Die Massagen stärken die Konzentrationsfähigkeit und das Immunsystem. Die Atmung wird vertieft, die Verdauung gefördert, Blähungen und Koliken werden gemildert. Das Selbstbewusstsein der Eltern im Umgang mit ihrem Kind nimmt zu. (ZU)

Die Kindermassageausbildung absolvierte Wolf in Deutschland. An Kursen in der Dielsdorfer Hebammenpraxis «Bauchraum», dienstags von 17 bis 18.30 Uhr und mittwochs von 14 bis 15.30 Uhr können Eltern und Kinder davon profitieren.

Kindermassagekurse: Vom 23. bis 27. Oktober findet in Dällikon die erste Kursleiterinnenausbildung der Deutschen Gesellschaft für Baby- und Kindermassage in der Schweiz statt. Auskunft erteilt Sabine Wolf, Telefon 044 844 09 55 oder info@babymassagekurs.ch. Weitere Infos gibt es unter www.dgbm.de.