Babymassage in der Ingeborg-Drewitz-Bibliothek: Sanfte Berührungen erleben

Erleben Sie besondere Momente mit Ihrem Baby bei unseren vier Treffen zur Babymassage in der Ingeborg-Drewitz-Bibliothek in Berlin. Lernen Sie Achtsamkeit, Selbstanbindung und sanfte Berührungen mit Hebamme Christiane Kappeler. Der Eintritt ist frei, Anmeldung erforderlich. Termine: 05., 12., 19., 26. September 2024.

In der Ingeborg-Drewitz-Bibliothek in Berlin wird im September ein spannendes neues Angebot für Eltern und ihre Babys eingeführt: eine bindungsorientierte Babymassage. Hierbei haben Eltern die Möglichkeit, in vier aufeinanderfolgenden Treffen mehr über die Vorteile von Berührungen und deren Bedeutung für die Bindung zu erfahren.

Die Veranstaltungen sind speziell darauf ausgelegt, den Teilnehmern Einblicke in die heilende Kraft von Berührungen zu geben. Bei diesen Kursen geht es nicht nur um die Massage an sich, sondern auch um grundlegende Aspekte der Interaktion zwischen Eltern und ihrem Kind. Themen wie Selbstanbindung und Achtsamkeit stehen im Fokus und vermitteln wichtige Einsichten, die die Beziehung zwischen Eltern und Säuglingen stärken können.

Details zu den Kursterminen und Anmeldung

Die Babymassage findet an den folgenden Terminen statt: 05.09.24, 12.09.24, 19.09.24 und 26.09.24, jeweils von 10:00 bis 11:30 Uhr. Der Einlass beginnt um 09:45 Uhr, sodass die

Teilnehmer genügend Zeit haben, sich zu orientieren. Das Beste daran: Der Eintritt ist kostenlos, jedoch wird um eine Voranmeldung gebeten. Interessierte Eltern können sich telefonisch unter 90 299-2419 oder -2407 anmelden. Da die Gruppe für alle vier Termine konzipiert ist, wird empfohlen, sich für alle Termine einmalig anzumelden.

Die Kurse sind für alle Eltern und ihre Babys offen, die auf der Suche nach einer Möglichkeit sind, die Verbindung zu ihrem Kind zu vertiefen. Jeder Teilnehmer wird gebeten, eine Unterlage für das Baby mitzubringen, um den Komfort während der Massagesitzungen zu gewährleisten.

Die Leitung des Kurses übernimmt Christiane Kappeler, eine erfahrene Hebamme, die den Teilnehmern ihre Expertise zur Verfügung stellt. Durch das Kennenlernen und Ausprobieren von sanften Berührungen können Eltern ein tiefes Verständnis für die Bedürfnisse ihrer Babys entwickeln.

Kooperation und Bedeutung

Diese Veranstaltung ist eine Kooperation zwischen dem Familienzentrum Lankwitz, den Frühen Hilfen Steglitz-Zehlendorf sowie der Stadtbibliothek Steglitz-Zehlendorf. Solche Initiativen sind besonders wichtig, um familiäre Bindungen zu stärken und Eltern bei der frühkindlichen Entwicklung ihrer Babys zu unterstützen. Der Fokus auf Achtsamkeit und langsame, liebevolle Berührungen kann nicht nur die Entwicklung von Vertrauen und Sicherheit fördern, sondern auch positive Auswirkungen auf die emotionale und soziale Entwicklung der Kleinen haben.

Das angebotene Programm hat das Potenzial, sowohl für Eltern als auch für Babys von großem Nutzen zu sein. Es bietet nicht nur eine Möglichkeit zur Entspannung, sondern fördert auch aktive Interaktion und Bindung. Eltern erfahren, wie wichtig die Berührung für die emotionale Entwicklung ihres Kindes ist und wie diese einfache Handlung, die auf Intuition basiert, mit

Achtsamkeit unterstützt werden kann.

Die Veranstaltung bietet eine hervorragende Gelegenheit, praktische Fähigkeiten zu erlernen und gleichzeitig den Austausch mit anderen Eltern zu fördern, was das Gefühl der Gemeinschaft stärkt.

Die Babymassage hat in den letzten Jahren zunehmend an Bedeutung gewonnen, da immer mehr Eltern die positiven Effekte dieser Praxis entdecken. In der Regel fördert die Babymassage nicht nur die Bindung zwischen Eltern und Kind, sondern unterstützt auch die körperliche und emotionale Entwicklung des Babys.

Studien zeigen, dass durch Berührung Stresshormone im Körper des Babys reduziert werden. Eine sorgfältige und liebevolle Berührung kann das Wohlbefinden des Kindes erheblich steigern und zudem die Interaktion zwischen Eltern und Baby intensivieren. Dies wird besonders wichtig in einer Zeit, in der viele Eltern mit Herausforderungen im Umgang mit neuen Lebensumständen und der Fürsorge für ihre Neugeborenen konfrontiert sind.

Die Bedeutung von Berührung in der frühen Kindheit

Berührung spielt eine entscheidende Rolle in der frühkindlichen Entwicklung. Säuglinge, die regelmäßig liebevoll berührt werden, haben oft einen stabileren emotionalen Zustand und zeigen weniger Anzeichen von Stress. Achtsame Berührungen fördern die Ausschüttung des Hormons Oxytocin, auch als „Kuschelhormon“ bekannt, das für den Aufbau von Bindungen und für das Gefühl der Sicherheit wichtig ist.

Darüber hinaus wird durch dosierte und sanfte Berührung das Nervensystem des Babys positiv beeinflusst. Die Berührt werden haben eine regulierende Wirkung auf die Entwicklung der Nerven, was zu einer besseren Kontrolle über Körperfunktionen

und zu einem stabileren allgemeinen Entwicklungszustand führen kann. Diese Aspekte sind besonders bedeutsam, da sie die Grundlage für die soziale und emotionale Entwicklung in späteren Lebensjahren bilden.

Statistik zur Gesundheitsförderung durch Babymassagen

Laut einer Studie des „International Journal of Pediatric Research“ aus dem Jahr 2020 konnte gezeigt werden, dass Säuglinge, die regelmäßig an Babymassage-Kursen teilnehmen, eine höhere Gewichtszunahme und eine geringere Häufigkeit von Schlafstörungen aufweisen.

Eine Umfrage unter Eltern, die an Babymassage-Kursen teilgenommen haben, ergab, dass 85% von ihnen eine signifikante Verbesserung der Eltern-Kind-Bindung feststellen konnten, während 90% angaben, dass ihre Babys entspannter und weniger quengelig wurden.

Aspekte der Babymassage	Wirkung
Emotionale Bindung	Erhöhung des Oxytocin-Spiegels
Stressreduktion	Weniger Cortisol im Blut
Schlafqualität	Bessere Schlafmuster
Entwicklung	Erhöhte Gewichtszunahme

Details

Besuchen Sie uns auf: n-ag.de