



Berührung mit Respekt®

Ein Weg, Babys und Kinder liebevoll mit Massage zu begleiten

Margit Holtschlag

Als ich die Hausbesuche zur Anleitung in Babymassage – Berührung mit Respekt® bei der Familie Mayr beendet hatte, wurde ich mit den Worten verabschiedet, „Ihre Unterstützung hätten wir bei unserem 1. Kind gebrauchen können...“. Die fünfjährige Tochter Lisa war mit einer Gaumenspalte geboren worden.

„Nur“ eine Gaumenspalte? Die erste Zeit mit Lisa war von vielen Begleiterscheinungen dieser Fehlbildung ge-

prägt, die für die Außenwelt so wenig offensichtlich war. Es gab Stillprobleme und eine massive Unruhe beim Kind. Für die Mutter war es zunächst schwierig, sich mit der unerwarteten Situation zurechtzufinden. Sie fühlte sich unverstanden und war traurig, weil sie das Kind nicht erfolgreich stillen konnte, viel Zeit mit dem Abpumpen der Muttermilch verbrachte und die Signale des Kindes nicht zu deuten wusste. Erschwert wurde die Situation noch durch eine Wochenbettdepression. Sie fand

Hilfe in ihrem sozialen Netzwerk, doch der Weg war lang und steinig.

Fünf Jahre später wurde dann Marie geboren, die Entscheidung für sie dauerte aufgrund der geschilderten Erfahrungen länger. Die Mutter hatte Schwierigkeiten, Marie weinen zu hören. Lisa hatte schon so viel geweint; die Mutter hatte das als sehr unangenehm und traumatisch in Erinnerung. Die Familie kam durch die Empfehlung einer Freundin auf mich zu und wünschte sich eine Begleitung durch Babymassage – Berührung mit Respekt®. Dass die Freundin erzählte, dass es normal ist, wenn Babys nach der Massage zunächst einmal weinen und dass das nur eine Zwischenstufe auf dem Weg zum Erfolg ist, machte die Entscheidung der Mutter für die Babymassage nicht leicht. Sie hatte das vermehrte Weinen ihres ersten Kindes einfach zu negativ in Erinnerung.

In den folgenden vier Hausbesuchen konnte ich den Eltern die Kunst der Babymassage vermitteln. Neben der Babymassage lernten die Eltern, dem Baby zuzuhören und es beim Weinen zu begleiten. Sie erkannten, wann das Kind die ersten Stresszeichen sendete, und lernten, wie sie optimal darauf reagieren konnten.

Die Erfahrungen mit Lisa ließen sich durch die Babymassage mit Marie noch einmal reflektieren und neu bewerten. Ihre „Botschaft“ konnte im Nachhinein von der Mutter gedeutet werden. Die Massage von beiden Kindern ist heute ein fester Bestandteil des Familienlebens.

Signale

Ein Baby zeigt, wenn es die Bereitschaft zur Interaktion hat. Es lächelt z.B. oder gluckst. Wenn die Bereitschaft nachlässt, wendet es den Blick ab, führt die Hand zum Mund, niest eventuell. Ist es überreizt, zeigt es stärkere Stresszeichen wie z.B. überstrecken, Blässe, schnellere Atmung, würgen, erbrechen und Schluckauf.



Foto: M. Holtschlag

Was aber ist das Besondere an *Berührung mit Respekt®*, und warum wäre diese für die Eltern von Lisa gerade in der ohnehin schon schwierigen Situation mit ihr so wertvoll gewesen?

Massage fördert die Bindung und vermittelt ein positives Körpergefühl. Sie ebnet den Weg, um miteinander „in Kontakt“ zu kommen, gerade auch dann wenn eine Fehlbildung, Still-schwierigkeiten, anfänglicher Stress oder gar Depressionen den Kontakt zum Kind erschweren.

Die Massage fördert Ressourcen und setzt neue Energien frei. Dazu leistet auch das Bindungs- und Antistresshormon Oxytocin seinen Beitrag. Oxytocin wird durch den Hautkontakt sowohl bei den Eltern als auch bei den Kindern während der Massage ausgeschüttet. Die Anleitung zur Massage setzt bei den Stärken der Eltern und Kinder an, und lässt das, was oft schwer zu ertragen ist, verblassen.

In der Anleitung zur Babymassage lernt man, auf die Signale des Kindes zu achten und mit ihm und nicht an ihm zu massieren. Die Babymassage hilft Kindern, bereits gemachte unangenehme Körpererfahrungen, wie sie jedes Kind nach einer Operation oder einem Krankenhausaufenthalt mitnimmt, loszulassen. Diesen Lösungsprozess durfte ich in zahlreichen Anleitungen „bedürfnis-starker“ und durch zum Teil lange Krankenhausaufenthalte irritierte oder gar traumatisierte Kinder immer wieder begleiten. Zunächst weinen die Kinder,



Foto: M. Holtschlag

wenn man sie z.B. am Fuß berührt, weil sie in ihrem Gedächtnis abgespeichert haben, dass Unangenehmes wie z.B. eine Blutabnahme geschehen könnte. Die Eltern schließen daraus meist, dass das Kind nicht am Fuß angefasst werden mag. Mit der liebevollen Kraft der

Berührung durch die Eltern lernen die Kinder, diese unangenehme Assoziation wieder in eine positive Erfahrung umzuwandeln. Das geht meistens nur, wenn sie eine Chance bekommen, ihre negativen Erfahrungen zu „erzählen“, so wie wir uns das auch wünschen,

Das Konzept „Berührung mit Respekt®“ geht auf die US-Amerikanerin Vimala Schneider zurück. Sie gründete eine internationale Gesellschaft und entwickelte ein einheitliches Konzept, nach dem heute in 45 Ländern der Welt Babymassage gelehrt wird. Dabei findet sowohl auf nationaler als auch auf internationaler Ebene ein reger Austausch und eine permanente Weiterentwicklung statt. So ist aus der Babymassage die Kindermassage hervorgegangen. Das vorrangige Ziel der deutschen Gesellschaft für Baby- und Kinder-massage e.V. ist es, liebevolle Berührung und Kommunikation durch Bewusstseinsbildung, Fortbildung und Forschung zu fördern, damit sich Eltern, Kinder und andere Bezugspersonen in der ganzen Welt schätzen, lieben und respektvoll begegnen.



Foto: M. Holtschlag



Foto: M. Holtschlag

wenn wir traurig und enttäuscht sind. Zuhören ist eine Kunst. Wer zuhören kann und will, verzichtet auf Ablenkung und Aktionismus. Wer zuhört, schenkt dem Gesprächspartner sein Ohr, seine Aufmerksamkeit. Haben die Tränen, die von den Eltern durch Halten und Zuhören mit einer kompetenten Unterstützung durch die Babymassage-Kursleitung begleitet werden, ihren Weg gefunden, ist der Weg frei für neue, positive Impulse. Die Eltern lernen, wie sie ihre Kinder in einer Situation begleiten können, in der sie vorher oft hilflos waren. Sie fühlen sich entlastet.

Das anfängliche Zuhören wird durch eine Vielzahl an wunderschönen Momenten in einer innigen Interaktion zwischen Eltern und Kindern belohnt. Eltern und Kinder lernen sich besser kennen und es wird das Fundament für ein tiefgehendes Vertrauen und eine dauerhafte Bindung und Bindungsfähigkeit gelegt.

Berührung mit Respekt® beginnt immer mit der Frage um Erlaubnis und endet mit einem „Danke, dass ich dich massieren durfte“. Das Kind gibt seine Erlaubnis, wenn es den Blickkontakt hält und später, wenn es Freude zeigt. Es signalisiert „Nein“, wenn es den Kopf zur Seite dreht und die Hand zum Mund führt.

Durch dieses Eröffnungs- und Abschlussritual erfahren und erlernen die Kinder von Anfang an Respekt und Wertschätzung. Ihr Selbstbewusstsein wird gestärkt. Kinder die sich ihrer selbst bewusst sind, sind gegenüber Übergriffen besser gewappnet, sie wissen, dass sie „Nein“ sagen dürfen, wenn jemand sie unerlaubt anfassen möchte. Auch gegen verbale Übergriffe oder gar Mobbing können sie sich leichter zur Wehr setzen.

Durch Massage entwickeln Kinder ein sehr gutes Körpergefühl; es gibt ihnen beim Klettern, Springen und Toben Si-

cherheit. Durch ein gutes Körpergefühl können Menschen benennen, wo und warum sie sich unwohl fühlen. Durch Massage lernen Kinder, von Anfang an zu entspannen. Bei unruhigen Kindern nimmt die Konzentrationsfähigkeit deutlich zu.

Massage stärkt das Immunsystem und reguliert die Körperfunktionen, wie z.B. den Schlaf-, Wachrhythmus und die Verdauung.

Beim älteren Kind bietet die Massage immer auch die Gelegenheit für ein vertrauensvolles Gespräch. Während der Massage erzählen ältere Kinder erfahrungsgemäß eher, was sie bewegt oder gar bedrückt.

Durch Berührung mit Respekt® erfährt die Beziehung zwischen Eltern und Kindern häufig eine ganz neue Qualität.

Für einen Beginn mit der Baby- oder Kindermassage ist es nie zu spät. Man sollte sie ab dem Zeitpunkt erlernen, ab dem man sie als sinnvoll erkannt hat, so wie die Mutter von Lisa und Marie.

Liebe geht durch die Haut, und die Haut ist unser größtes Organ.

Literatur

Liebe hautnah erleben, Ute Laves, infantastic
Kinder respektvoll berühren, Ute Laves, infantastic

Babymassage, Vimala Schneider

Wohlthuende Babymassage, Throdis Zwartjes, Knauer

Margit Holtschlag
Zertifizierte Baby- und Kindermassagekursleitung
DGBM e.V.,
Frühgeborenenachsohle Uniklinik Düsseldorf
Fachkinderkrankenschwester für ambulante Pflege
www.babymassage-duesseldorf.de
www.hilfe-fuer-schreibabys.de

Weitere Infos / ausgebildete Kursleiter:
www.dgbm.de




GEMEINSAME FRÜHJAHRSTAGUNG

AG Schlafmedizin und Schlafforschung der Österreichischen Gesellschaft für Kinder- und Jugendheilkunde &
AG Pädiatrie der Deutschen Gesellschaft für Schlafforschung und Schlafmedizin

16.–18. März 2012 • Hotel PARADIES • Graz/Österreich

Tagungsleitung
OA Dr. med. univ. Werner Sauseng • Universitätsklinik für Kinder- und Jugendheilkunde Graz

Schwerpunktt Themen

- Dysmorphie-Syndrome
- Obstruktives Schlafapnoe-Syndrom
- Standortbestimmung der pädiatrischen Schlafmedizin im internationalen Vergleich – Ausbildung, Anerkennung, Hürden
- Sudden Infant Death Syndrome (Plötzlicher Säuglingstod)

Workshops

- PSG-Ableitung
- PSG-Auswertung

Programm, Informationen und Anmeldung unter www.dgsm-paediatric.de



