

Baby massage



Reeds duizenden jaren masseren moeders hun baby's. Shantala babymassage komt uit India. Dokter Leboyer, een Franse arts die lange tijd in India moeders en baby's observeerde, merkte dat naast de Westerse hygiëne, baby's ook behoefte hebben aan warmte en geborgenheid zodat ze kunnen opgroeien tot emotioneel evenwichtige mensen. Babymassage (en aanraking in het algemeen) beschouwt hij als een primaire behoefte van de mens.

We weten dat via liefdevolle aanraking het hormoon oxytocine aangemaakt wordt, het liefdeshormoon. Babymassage draagt bij aan een veilige hechting.

Naast het positieve effect op het emotionele welzijn van baby's, kan babymassage buikcrampen verminderen, de slaap verbeteren,....

We wensen het iedereen toe dat na de bevalling de moeder direct een liefdesstroom voelt voor haar baby en ze instinctief aanvoelt wat haar baby nodig heeft. Wel-

licht vindt die moeder babymassage ook heilzaam. We merken dat het in de praktijk vaak genuanceerder verloopt: de affectieve band met de baby laat wat op zich wachten. Dit kan komen door medicatie waardoor moeder of kind een beetje verdoofd zijn, scheiding na keizersnede, verblijf van de baby in een couveuse, niet direct een klik tussen moeder en kind. Babymassage is dan een manier om actief verbinding met de baby te maken in het streven naar een liefdevolle relatie. Uiteraard geldt dit ook voor de vaders.



Doelstellingen, wat leer je

- Je leert de correcte Shantala babymassage handgrepen met een juiste druk uitvoeren op een pop: hoofd, buik, armen, benen, buik, rug.
- Je leert een aantal yoga-like oefeningen bij de baby ter stimulering van de psychomotorische ontwikkeling.
- Je leert non-verbale signalen van de baby onderscheiden zodat je kan observeren hoe de baby de massage ervaart.
- Je weet voor welke baby's babymassage geschikt is.
- Je weet welke positieve effecten baby-massage in zich heeft.

Praktijk Massage

Je neemt een pop mee waarop je de handgrepen kan oefenen. De pop is niet te klein, de pop is best vrij flexibel. In de namiddag wordt een moment voorzien om te oefenen op een baby (pasgeboren tot ongeveer 8 maand oud) die je zelf laat brengen door een kennis / familielid. Je oefent de technieken op die baby en je oefent in het uitleggen aan de ouder hoe die zelf de babymassage kan doen.