

# Was bewirkt eine Schmetterlingsmassage?

Wie achtsamer Körperkontakt für Eltern und Babys zu einer Quelle von Nähe und Kommunikation wird

Zu einem gelingenden Bindungsaufbau zwischen Eltern und Kindern gehören „Berührungen“ vom ersten Lebenstag an: das Baby wird gehalten, gewickelt, in den Schlaf begleitet und vielleicht gestillt. Viel Körperkontakt bedeutet jedoch nicht immer ein angemessenes Kontaktverhalten. Im Gegenteil können „unsensible“ Berührungen beim Baby, Abwehr oder sogar Rückzug und grosse Anspannungen bis zu dauerhaften Verspannungen auslösen.

Liebevolle und achtsame Annäherung dagegen stimuliert „Bindung“: ein Gefühl der Sicherheit, Geborgenheit und Wohlfühl. Bindung ist eine essenzielle Voraussetzung für gesundes Wachstum und Entwicklung des Babys. Dazu gehört ein angemessenes, abgestimmtes Mass an Berührung und eine gute Beobachtungsfähigkeit der Eltern. Eine Einführung in die Schmetterlingsmassage – wie sie die EEH aktuell vielen „Care-Takern“ lehrt - vermittelt Verständnis zu Baby-Zeichen, Wissen zu verschiedenen Arten der Berührung und ein Gefühl für die sogenannte „Selbstanbindung“.

Der Nutzen der Schmetterlingsmassage liegt in mehreren Aspekten. Sie schaffen zusammen eine wertvolle, gesunde Grundlage des Zusammenlebens mit dem Baby. Sie wirken präventiv, d.h. sie reduzieren Herausforderungen im Umgang mit Schreien, Schlafen und Trinkverhalten des Babys. „Bindung durch Berührung BdB“ ist eine stützende Ressource in unserer durch Hektik geprägten Zeit.

- **Aufbau und Stärkung eines sicheren Bindungsfeldes**
- **Achtsamkeits- und Feinfühligkeitsschulung**
- **Stimulierende bis spannungslösende Abläufe**
- **Anregung von bioenergetischer Pulsation**
- **Ko-Regulation des autonomen Nervensystems**

Care & Career: BabyCare Celia Hollenbach [www.profound.one](http://www.profound.one)

Einladung zum  
Kennenlernen und  
Erleben der Massage  
in der Schiffflände 10 in  
Zürich oder bei Ihnen  
zu Hause.

Weitere Angebote von  
Celia Hollenbach für  
Eltern in der ersten  
Zeit mit dem Baby auf

[www.profound.one](http://www.profound.one)

Kontakt: 0794897281

## Bindung

„Bei diesem fast  
meditativen Kontakt  
entsteht nicht nur ein  
wohltuendes  
Sicherheitsfeld, sondern  
im Behandelnden wächst  
gleichzeitig die  
Wahrnehmungsfähigkeit,  
wie es dem anderen  
geht.“

„Die vielleicht wichtigste  
physiologische Wirkung ist  
die Ausschüttung von  
Oxytocin. Sie entsteht  
durch die sanfte,  
streichende Massage –  
besonders an der  
Körpervorderseite.“

„Oxytocin wird auch als  
das Liebes- und  
Bindungshormon  
bezeichnet, da es  
Glücksempfindungen  
auslöst und dazu beiträgt,  
Nähe zuzulassen.“

