

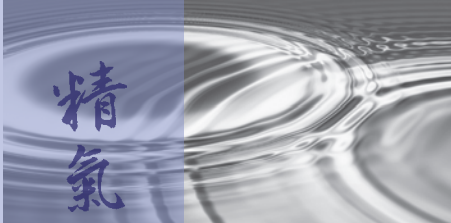
NORDLYSMASSASJE

MASSASJE FOR GRAVIDE

BABYMASSASJE

OTOPATI

REIKI



BABYMASSASJE

Spedbarnsmassasje/babymassasje er kjærlig berøring av barnets hud, kroppens største sansorgan.

Massasjen skal gi en opplevelse av kontakt, kommunikasjon og glede for barnet og omsorgspersonen. Dette gir mulighet til fordykning og utvikling av samspillet mellom foreldre og barn i den viktige tilknytningsprosessen.

For barnet innebærer massasjen en stimulering av alle sansene som er berøring, syn, hørsel, lukt og smak, samt labyrint- og muskel-ledd-sansene. Dette oppnås ved bevegelse og kontakt gjennom huden, øynene, ørene, nesen og munnen. Berøring-, labyrint- og muskel-ledd-sansene ansees som de grunnleggende sanser og sikrer at vi holdes oss oppreist.

Ved massasje kan foreldrene tidlig lære seg å forstå og respektere barnets ønsker gjennom dets kroppsspråk og signaler. Barnets gråt er barnets språk for å formidle fysisk smerte eller

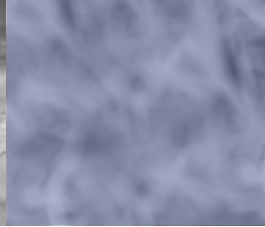
emosjonelt ubehag.

Babymassasje øker barnets kroppsbevissthet og kan løse spenninger, stimulere åndedrettet, blodsirkulasjonen, immunforsvaret og fordøyelsen, samt lindre mavesmerter. Berøring og taktil kommunikasjon gjennom berøring stimulerer utviklingen av barnets språk, innlæringsevne og motorikk.

Skånsom og kjærlig massasje på den enkeltes premisser er et godt redskap til nærhet og kontakt, sunnhet og velvære for alle. For de minste er berøring og bevegelse helt avgjørende for vekst, trivsel og utvikling – både fysisk og psykisk.

Fedrene/den andre omsorgspersonen kan gjennom massasjen komme tidlig med i tilknytningsprosessen.

De positive effekter av berøring i form av skånsom massasje er mange og godt dokumenterte.



Heldigvis mottar de fleste spedbarn mye intuitiv berøring og kjærlighet fra sine foreldre. Opp-læring i massasje vil gi omsorgspersonene en dypere forståelse for viktigheten av tilknytningen mellom den voksne og barnet.

KURS I BABYMASSASJE

Målgruppen er foreldre/omsorgspersoner med barn.

Kursets formål:

Større kjennskap til viktigheten av berøring og fordelene ved skånsom og kjærlig massasje til barn under 3 år.

Utvikling og bruk av massasje til det voksende barnet.

Gi enkle redskaper til støtte for barnets optimale utvikling, sunnhet og trivsel.

Kursets innhold:

Betydningen av berøring og bevegelse.
Massasjestrøkene.

Massasje for mavesmerter/kolikkk.
Strekkøvelser.

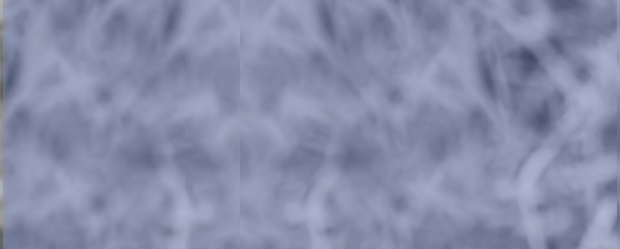
Teori, med bl.a. tolkning av barnets signaler, reflekser og massasje av eldre barn.
Diskusjon rundt ønskede problemstillinger.
Utvikling av erfaringer.

Fakta om kurset:

Undervisningen foregår i en avslappet atmosfære med barna i sentrum og på deres premisser. Kurset går over 5 ganger for grupper, 4 ganger ved individuell opplæring og varer ca 2 timer hver gang. Hvert møte inneholder både praktisk og teoretisk undervisning.

Foreldrene masserer sitt barn gjennom hele kurset, instruksjonen vises på en dukke. Dersom barnet sover benytter også foreldrene en dukke. Deltagerne får olje og et kurshefte. I tillegg serveres kaffe/te/snacks.

Oppfølgingsdager med repetisjon av massasje-strøkene og utveksling av erfaringer arrangeres hvis dette er ønskelig.



Torill

BRATT HÅNSETT

Kurveien 5, 0495 Oslo

Mob. 907 81 507

torillbratt@hotmail.com

www.torillbratt.no