

INHALT

| | | | |
|---|-----------|--|-----------|
| Die Autorinnen | 4 | Unsere Lebensrhythmen | 13 |
| Vorwort: Nähe ist Leben | 6 | Babys ticken anders | 13 |
| WARUM BABYMASSAGE? | 8 | Babymassage vertieft die Bindung zwischen Eltern und Kind | 14 |
| BABYMASSAGE GIBT URVERTRAUEN | 10 | Viele gute Ratschläge | 17 |
| Herkunft und Überlieferung der Babymassage | 11 | Die Körpersprache des Babys – Was will es Ihnen sagen? | 19 |
| | | Auf Babys Signale reagieren | 22 |
| | | So finden Babys ihr inneres Gleichgewicht | 25 |
| | | Förderung der Entwicklung | 28 |
| | | <i>Reime für die Sinne</i> | 30 |
| | | <i>Wie fühlt sich die Welt an?</i> | 32 |
| | | <i>Reime für ganz Kleine</i> | 36 |
| | | <i>Hoppe Reiter und so weiter</i> | 42 |
| | | EMPFANG FÜR DAS NEUE MENSCHENKIND | 44 |
| | | MASSAGEVORBEREITUNGEN | 46 |
| | | Einstieg in die Babymassage | 47 |
| | | Die Babymassage vorbereiten | 48 |
| | | Welches Massageöl ist geeignet? | 49 |
| | | Rituale und Massagen | 52 |
| | | Körperkontakt und Lageveränderung | 53 |
| | | Babymassage zu Hause oder im Kurs | 55 |
| | | <i>Reime – Lieder – Rituale</i> | 57 |

| | |
|---|----|
| SCHATZINSELN IM ALLTAG | 58 |
| Schatzinseln für Väter | 59 |
| Schatzinseln für Mütter | 61 |
| Schatzinseln für die Partnerschaft | 63 |
| Schatzinseln für Kinder | 66 |
| <i>Spiele und Lieder für größere Geschwisterkinder</i> | 67 |
| <i>Für das Baby: Sachen zum Spielen oder Spielsachen?</i> | 69 |
| Schatzinseln für Großeltern | 70 |
| <i>Zum Anfassen und Anschauen</i> | 73 |
| <i>Tierlaute und -lieder</i> | 79 |

LIEBEVOLLE BABYMASSAGE 80

| | |
|--|-----|
| ANLEITUNGEN ZUR MASSAGE | 82 |
| Anordnung und Reihenfolge der Massagen | 83 |
| Massagen zwischendurch | 84 |
| Massagen an Beinen und Füßen | 84 |
| <i>Sockenspielereien und -basteleien</i> | 90 |
| Massagen für den Bauch | 93 |
| Einfühlsame Brustmassagen | 96 |
| Massagen an Armen und Händen | 98 |
| <i>Fingerspiele</i> | 103 |
| <i>Fantasievolle Fingerpuppen</i> | 106 |
| Massagen fürs Gesicht | 110 |
| <i>Spiele für Gesicht und Rücken</i> | 113 |
| Rückenmassagen | 116 |
| Mit sanften Übungen die Entwicklung fördern | 119 |

HEILENDE UNTERSTÜTZUNG DURCH MASSAGEN 122

| | |
|--|-----|
| ZUWENDUNG DURCH BERÜHRUNG | 124 |
| Möglichkeiten und Grenzen der Massage | 125 |
| Was ist Berührungsentspannung? | 126 |
| Berührungsempfindlichkeit | 127 |
| Desorientierung | 128 |
| Unwohlsein und Krankheit | 130 |
| Koliken begegnen | 132 |
| Massage für Babys in Ausnahmesituationen | 134 |
| Besonderheit Schreibabys | 135 |
| <i>Reime zum Trösten und Spielen</i> | 136 |
| Adressen, die weiterhelfen | 138 |
| Bücher, die weiterhelfen | 139 |
| Register der Massageanleitungen | 140 |
| Register der Bastelanleitungen | 140 |
| Register der Reime und Kinderlieder | 141 |
| Sachregister | 142 |