

Gute Gründe für eine Kindermassage

Ziele

Mehr Zeit füreinander:

Kindermassage bietet Erwachsenen und Kindern die Möglichkeit, sich füreinander Zeit zu nehmen, sich besser kennen und die Signale des Gegenübers genauer verstehen zu lernen.

Stärkung der Erwachsenen-Kind-Bindung:

Der innige Kontakt, der während der Massage zwischen Erwachsenen und Kind entsteht, stärkt die Bindung. Studien zeigen, dass eine intensive Bindung die Entwicklung merklich positiv beeinflusst. Die Kinder erfahren Aufmerksamkeit, Wertschätzung und Geborgenheit.

Entspannung:

Die Massagen helfen den Kindern, besser zur Ruhe zu kommen und guten und tiefen Schlaf zu finden. Erwachsene berichten über wohltuende Entspannung. So sorgt allein die Hautberührung für die Ausschüttung von Entspannungshormonen. So kann Stress abgebaut und das Wohlbefinden gesteigert werden. Aktive Kinder und Kinder mit hohem Bewegungsbedarf spüren sich und können loslassen und zur Ruhe kommen. Oft mögen sie kräftige Massagen.

Bessere Körperfunktionen:

Kinder, die regelmäßig massiert werden, erfahren Wohlbefinden. Ihr Körpergefühl wird positiv beeinflusst. Die Massagen regen die Durchblutung an und stärken die Konzentrationsfähigkeit und das Immunsystem. Die Atmung wird vertieft, der Kreislauf und der Stoffwechsel angeregt, die Verdauung gefördert und Blähungen und Koliken gemildert.