



Die Bindung zwischen Elternteil und Kind wird durch eine Massage gestärkt. Gleichzeitig lernen die Kinder Selbstbestimmung über ihren Körper. Heute sind nur Mütter und Töchter beim Kurs. WP-Foto: Anton Kurenbach

Engelsflügel und Herzen entspannen die Kinder

Massagekurse für Eltern in Bad Laasphe - Verschiedene Körperzonen pro Kurs

BAD LAASPHE. (anku)

„Von den Engelsflügeln zu den kleinen Herzen, das vermittelt den Kindern Geborgenheit“. Die Stimme von Kursleiterin Bianca Schäfer ist leise, vermischt sich mit den Klängen der Entspannungsmusik im Hintergrund. Im abgedunkelten Raum liegen sechs Kinder ruhig auf dem Boden, ihre Mütter folgen sanft den Anweisungen.

Es ist das erste Mal, dass Bianca Schäfer Massagestunden im evangelischen Kindergarten Bäderborn in Bad Laasphe anbietet. Die Resonanz war sofort so groß, dass sie nun zwei Kurse macht. Eigentlich ist Schäfer Erzieherin und Gruppenleiterin am Kindergarten, hat aber eine Weiterbildung als Kursleiterin für Kindermassage gemacht. Als Examensarbeit hat sie den

Massagekurs angeregt.

„Mir ist wichtig, dass das Motto der Massage 'Berührung mit Respekt' ist“, erklärt Schäfer. Die Eltern müssen die Kinder vor der Massage fragen, ob sie sie massieren dürfen und sich hinterher dafür bedanken. Was auf den ersten Blick verkehrt herum erscheint, hat Sinn: „So lernen die Kinder die Selbstbestimmung über ihren Körper. Das kann auch gegen eventuelle Übergriffe helfen“, so Schäfer.

Bei den Übungen kommen verschiedene Techniken zur Anwendung, wie die „Katzenpfötchen“, bei denen die Fingerkuppen sanft den Rücken hinuntergleiten. Die Lieblingsmassage der Kinder ist an diesem Tag jedoch die „Herzensbänder“. Die Hände werden neben der Wirbelsäule nach oben geführt und formen dann immer größere Herzen auf dem Rücken.

„Ich kenne in Wittgenstein

sonst niemand der diese Massageform im Kurs anbietet“, sagt Schäfer über ihr Programm. Neben der Massage gehören auch Spiele und Gesang dazu. Vor der Massage müssen sich die Kinder einmal richtig austoben, damit sie danach still liegen können. Auch das Beiprogramm ist darauf ausgelegt, die Bindung zwischen Mutter und Tochter zu stärken.

Tochter? Ganz Recht, beim derzeitigen Kurs sind nur Mütter und Mädchen angemeldet. Erst beim Folgekurs ist auch ein Junge dabei. Väter sind nicht vertreten. „Das liegt daran, dass auf dem Elternabend wo ich den Kurs vorgestellt habe, nicht so viele Väter da waren.“ Auf den ersten Elternabend folgten zwei weitere mit den Kursteilnehmerinnen, bei denen sich die Frauen gegenseitig massierten und entspannen konnten. „Das war für manche sehr ange-

nehm, da sie viel Stress im Alltag haben.“ Die Massagetechnik, ohne festen Druck, lässt sich nämlich auch auf Erwachsene anwenden. Darüber dürften sich auch die ferngebliebenen Partner freuen.

Für die Kinder folgten dann noch zwei Termine. Das Ziel ist, dass in Zukunft auch zuhause massiert werden kann. Jeder Tag beschäftigt sich mit der Massage von nur einem Körperteil, heute ist der Rücken dran, das nächste Mal der Bauch. So dauert die Massage nicht zu lang und ist für die Kinder zeitlich gut einzuschätzen.

Werden die Kurse auch in Zukunft angeboten? Bianca Schäfer lässt sich ihre Optionen offen, will aber bei gleichbleibender Resonanz zumindest darüber nachdenken. Die Kinder im Abschlusskreis zumindest fällen ein eindeutiges Urteil auf die Frage, wie es ihnen gefallen hat: „Schööön!“