

Angebot: Mit Baby-Massage die Vater-Kind-Beziehung stärken



Jürgen Grah bietet in Düsseldorf Baby-Massage-Kurse für Väter und ihre wenige Monate alten Säuglinge an. „Dabei entwickeln die Väter die Fähigkeit, die Signale ihrer Kinder richtig zu deuten und feinfühlig auf sie einzugehen“, sagt er. Zeiten und Räume zu schaffen, in denen Väter unter sich sein können, ist Jürgen Grah ein besonderes Anliegen: Er initiierte daher auch ein Väterfrühstück und führt im Rahmen von Geburtsvorbereitungskursen Väterabende durch.

„Für viele der Väter, die mit ihren drei, vier oder fünf Monate alten Säuglingen in meine Baby-Massage-Kurse kommen, ist es die erste Unternehmung alleine mit ihrem Kind“, berichtet Jürgen Grah aus Düsseldorf. Seit drei Jahren bietet er solche Kurse jeweils an fünf aufeinander folgenden Sonntagen speziell für Väter mit ihren Babys an. Zunächst waren die Veranstaltungen spärlich besucht. Inzwischen haben sich das Angebot sowie seine Qualität herumgesprochen, und die Kurse sind mit jeweils sechs bis sieben Teilnehmern und ihren Kindern ausgebucht. Jürgen Grah leitet die Kurse nach den Kriterien der Deutschen Gesellschaft für Baby- und Kindermassage e.V. (DGBM), von der er sich zum Kursleiter hat ausbilden lassen. „Den nach den Richtlinien der DGBM arbeitenden Kursleitern ist es wichtig, einen respektvollen Umgang mit dem Kind zu vermitteln“, erläutert der Fachmann. „Babymassage ergänzt auf wunderbare Weise die nonverbale Kommunikation, die selbstverständlich auch zwischen Vater und Baby bereits seit dem ersten Tag nach der Geburt besteht.“ Ebenso wichtig, wie bestimmte Massagegriffe zu erklären, findet es der Kursleiter, einen Rahmen und eine Atmosphäre zu schaffen, in der die Väter Sicherheit im Umgang mit ihrem Kind entwickeln können. Als er selbst Vater wurde, habe er ein solches Angebot vermisst.

„Ein Vater ist Experte für sein Kind“

„Ich beobachte, dass sich Väter, die sich im Umgang mit ihren noch sehr jungen Kindern unsicher fühlen, in vielen Familien bei der Versorgung der Babys zurückziehen und den Müttern, die das Thema oftmals selbstbewusster angehen, das Feld überlassen“, erzählt er. In einem angeleiteten Baby-Massage-Kurs entdeckten sie häufig, wie gut es ihnen gelingt, für ihr Kind zu sorgen. „Es ist sehr schön und ergreifend zu sehen, wie liebevoll und einfühlsam sie auf ihre Kindern eingehen“, berichtet der Kursleiter. „Die meisten Väter gehen gestärkt aus dem Kurs hervor in dem Bewusstsein, dass sie sich zum Experten für ihr Kind entwickelt haben.“

Positive Effekte der Babymassage

Babys, die regelmäßig zu ihren Bedingungen massiert werden, erfahren ein tiefgehendes Wohlbefinden, das die Entwicklung ihres Körpergefühls positiv beeinflusst, schreibt die Deutsche Gesellschaft für Baby- und Kindermassage. In den Kursen lernen die Väter Massagetechniken, die den Kindern helfen, zur Ruhe zu kommen und gut zu schlafen, denn durch die Massage schüttet der kindliche Körper Entspannungshormone aus. Die Massagen regen die Durchblutung an, vertiefen die Atmung, fördern die Verdauung und vermindern dadurch Blähungen und Koliken. Das Immunsystem und die Konzentrationsfähigkeit verbessern sich. „Auch die Väter entspannt die Massage und das gegenseitige Vertrauen zwischen Vater und Kind wächst“, sagt Jürgen Grah.

Vision: ein Väterzentrum für Düsseldorf

Jürgen Grah ist während der Woche als Tagesvater tätig und betreut fünf Kinder in eigens dafür angemieteten Räumen. Erst spät fand er in dieses Tätigkeitfeld. „Nach meinem Architekturstudium leitete ich 20 Jahre lang eine Galerie für moderne Kunst“, berichtet er. Als er Vater von heute 13-jährigen Zwillingen wurde, begann ihn die neue Vaterrolle stark zu beschäftigen. „Ich war damals für die nächtliche Versorgung der Babys zuständig. Ich spürte, wie meine Bindung zu meinen Söhnen dabei wuchs und begann mich dafür zu interessieren, was ich als Vater tun kann, um die Vater-Kind-Beziehung noch zu intensivieren“, berichtet er. Jürgen Grah recherchierte viel und traf Väter, die sich mit dem Thema bereits auseinander gesetzt hatten – zum Beispiel Eberhard Schäfer, den Gründer des Väterzentrums Berlin. „Ein solches Rundum-Angebot für Väter wie dort wäre mein Traum für Düsseldorf“, sagt Jürgen Grah.

Einmal im Monat Väterfrühstück

Daran arbeitet der umtriebige Vater: Neben den Baby-Massagekursen rief er ein Väterfrühstück ins Leben, das immer am ersten Samstag im Monat stattfindet. „Dort kommen Väter ganz zwanglos über alles Mögliche ins Gespräch“, sagt er. Spannend findet es Jürgen Grah, wenn sich die Männer zum Beispiel über die eigenen Väter austauschen und darüber, was sie von deren Art, ihre Vaterrolle zu leben, übernehmen wollten und was nicht. „Sich mal über den eigenen Vater als naheliegendes Vorbild für die eigene Vaterrolle Gedanken zu machen, ist vielfach sehr erhellend. Außerhalb solcher Vätertreffs ergibt sich aber oft kein Anstoß dafür“, erklärt Jürgen Grah.

Auch werdende Väter begleitet der Tagesvater. Dafür absolvierte er einen Kurs als Väterbegleiter bei der Gesellschaft für Geburtsvorbereitung in Zusammenarbeit mit Volker Baisch (Väter gGmbH) und bietet inzwischen Einzelberatung sowie Vätertreffen im Rahmen von Geburtsvorbereitungskursen an. Jürgen Grah plant, sein Angebot für Väter und Kinder auszuweiten. „Gerne würde ich künftig auch Vater-Kind-Wochenenden und Krabbel- und Spielgruppen speziell für Väter mit ihren Kleinkindern ins Programm aufnehmen. Die müssten dann an Wochentagen stattfinden. Dafür setze ich auf eine steigende Zahl von Vätern mit (langer) Elternzeit“, sagt der Väter-Experte.

(vaeter.nrw.de, 08.10.2012)

Foto: Reicher / Fotolia.com

Links:

- [Jürgen Grah](#), Website
- [Deutsche Gesellschaft für Babymassage](#), Website
- [Väterzentrum, Berlin](#), Website
- [Gesellschaft für Geburtsvorbereitung – Familienbildung und Frauengesundheit e.V. \(GfG\)](#), Website