



# 2026

Babymassage Kurs

Infoabend für Mütter und Väter



Ilona Schaaf

Arianrhod

10.2.2026

Hallo liebe Mütter, liebe Väter und natürlich liebe Babies.

Mein Name ist Ilona. Ich bin Massagetherapeutin, Pilates-Trainerin und, hoffentlich schon bald, zertifizierte Kursleiterin für Babymassagen nach IAIM.

In diesem Video möchte ich Euch den IAIM-Babymassagekurs kurz vorstellen. Ich hoffe, dass Ihr nach dem Anschauen dieses Videos genauso begeistert von dem Konzept der IAIM-Babymassage sein werdet, wie ich, als ich zum ersten Mal damit in Berührung gekommen bin.

### **Vorstellung des IAIM- Babymassage-Konzepts**

Die Internationale Gesellschaft für Babymassagen, kurz IAIM, wurde von Vimala McClure gegründet.

Obwohl die frühesten Zeugnisse der Babymassage bis etwa 1550 v. Chr. zurückreichen und bereits die Inder vor rund 2.500 Jahren davon überzeugt waren, dass Massage – neben einer gesunden Ernährung – ein wichtiges Heilmittel und ein Garant für ein gesundes Leben ist, war Vimala McClure die Erste, die daraus ein professionelles und strukturiertes Programm entwickelte.

Die Arbeit der IAIM ist international ausgerichtet und wird von Menschen getragen, denen es am Herzen liegt, liebevolle Berührung zwischen Eltern und Babys in all ihren Formen zu unterstützen.

Die Arbeit basiert auf dem Prinzip der gemeinsamen Verantwortung: Eltern dabei zu begleiten und zu stärken, für sich selbst und ihr Baby ein liebevolles und sicheres Umfeld zu schaffen.

Die Visionsaussage der IAIM, die im Jahr 1992 formuliert wurde, lautet:

„Es ist das Ziel der Internationalen Gesellschaft für Babymassagen, liebevolle Berührung und Kommunikation durch Bewusstseinsbildung, Fortbildung und Forschung zu fördern, damit Eltern, Bezugspersonen und Kinder in der ganzen Welt geliebt, geschätzt und respektiert werden.“

Unter dem Begriff „Massage“ versteht die IAIM nicht nur spezielle Massagegriffe, sondern allgemein liebevolle Berührung – wie Kuscheln, Halten oder Wiegen.

Ein weiterer – und meiner Meinung nach einer der wichtigsten Punkte, der die IAIM-Babymassage auszeichnet, ist, dass das Baby von der geeignetsten Person massiert wird: nämlich von einem Elternteil oder von der Person, die das Kind aufzieht und sich kontinuierlich und liebevoll um es kümmert.

### **Geschichte und Herkunft der Babymassage**

Die Wurzeln der Babymassage liegen in Südindien. Dort gehört liebevolle Berührung seit Jahrtausenden ganz selbstverständlich zum Alltag mit Babies.

In den 1970er-Jahren waren es der französische Frauenarzt und Geburtshelfer Frederick Leboyer und Vimala McClure, die dieses wertvolle Wissen aus Indien in die westliche Welt brachten. Leboyer sagte einmal:

„Berührt, gestreichelt und massiert zu werden, das ist Nahrung für das Kind – Nahrung, die genauso wichtig ist wie Mineralien, Vitamine und Proteine.“

Vimala war erst 21 Jahre alt, als sie in Indien in einem Waisenhaus arbeitete. Die Kinder dort waren häufig krank und brauchten viel Aufmerksamkeit. Trotz großer finanzieller Schwierigkeiten und harter Arbeit erlebte sie ein sehr liebevolles Miteinander. Dort lernte sie, wie wichtig Nähe und Berührung für Kinder sind.

Als Vimala an Malaria erkrankte, kamen Frauen aus der Nachbarschaft und massierten sie so lange, bis ihr Fieber sank. Später, auf dem Heimweg, sah sie eine junge Mutter, die ihr Baby liebevoll massierte und dabei sang. In diesem Moment wurde ihr klar: Das Leben ist so viel mehr als materieller Wohlstand. Diese Mutter hatte wenig, aber sie schenkte ihrem Baby etwas sehr Wertvolles – Liebe, Sicherheit und Geborgenheit. Ein Geschenk, das dem Kind helfen würde, ein mitfühlender Mensch zu werden. Ein Mensch, der Verantwortung übernehmen kann und für andere da ist. So wurde ein kleines Samenkorn gesät – voller Hoffnung für die Zukunft.

Der Psychologe Abraham Maslow unterscheidet zwischen Mangelbedürfnissen und Wachstumsbedürfnissen. Während Mangelbedürfnisse aus dem Fehlen von etwas entstehen, führen Wachstumsbedürfnisse dazu, über sich selbst hinauszuwachsen und zum Wohl anderer beizutragen.

Als Vimala später ihr erstes Kind bekam, begann sie, wissenschaftliche Arbeiten und eigene Erfahrungen zum Thema Berührung zu sammeln. Sie entwickelte einen Lehrplan für einen fünfwöchigen Kurs und bot die ersten Babymassagekurse bei sich zu Hause an.

1978 erschien ihr Buch „Babymassage – Praktische Anleitung für Mütter und Väter“.

Und 1981 wurde schließlich die Internationale Gesellschaft für Babymassagen gegründet.

Die Werte und die Haltung der IAIM kann ich voll und ganz teilen und es ist meine Vision Eltern darin zu bestärken, Babymassagen als etwas zutiefst Gesundheitsförderndes zu erleben. Ich wünsche mir, dass Berührung als eine natürliche und kraftvolle Ressource im Familienalltag wahrgenommen wird.

Für mich bedeutet regelmäßige Berührung weit mehr als Entspannung. Und ich bin fest davon überzeugt, dass sie nicht nur das körperliche Wohlbefinden unterstützt, sondern auch die emotionale Resilienz von Kindern und Eltern stärkt.

Massage schafft für mich einen Raum, in dem man in Kontakt mit sich selbst kommen darf. Einen Raum, in dem man sich selbst besser kennenlernen kann – mit all seinen Stärken und auch mit seinen Schwächen. Wer lernt, sich selbst anzunehmen, handelt nicht aus Angst, sondern aus Vertrauen und aus Vernunft. Diese innere Haltung überträgt sich auch auf das Kind.

Ich wünsche mir, dass Eltern und andere Bezugspersonen durch eine achtsame und emotionale Kommunikation mit ihrem Baby familiäre Werte und kulturelle Traditionen weitertragen können – und dabei offen bleiben für ein respektvolles Miteinander in einer vielfältigen Welt.

### **Ziele und Wirkungen der Babymassage**

Je mehr Zuwendung Eltern ihrem Kind schenken, desto aufnahmefähiger wird es. Es kann zum Beispiel früher Sprechen lernen und schneller soziale Kompetenzen entwickeln.

Eine liebevolle und stabile Eltern-Kind-Beziehung kann Kinder später widerstandsfähiger gegenüber Stress und Depressionen aufstellen. Sie unterstützt sogar einen gleichmäßigeren Herzrhythmus und kann langfristig die Anfälligkeit für Herzprobleme reduzieren.

Der erste Sinn, der sich beim Menschen entwickelt, ist der Tastsinn. Maria Hernandez-Reif, amerikanische Wissenschaftlerin, die sich auf frühkindliche Entwicklung spezialisiert hat, sagt:

„Berührung ist die erste Sprache – verstehen kommt viel später als Fühlen.“

Regelmäßige Berührung kann bei Säuglingen die Knochen stärken und ihre Entwicklung fördern. Sie wirkt sich wohl auch positiv auf die Eltern aus: Mütter zeigen weniger depressive Symptome und Väter entwickeln mehr Nähe zum Kind.

Studien bestätigen, dass Babymassagen die Mutter-Kind-Beziehung verbessert. Babies schreien demnach weniger, lassen sich leichter beruhigen und lernen, ihre Umwelt besser wahrzunehmen. Auch Kinder mit Seh- oder Hörbehinderungen profitieren von regelmäßiger Massage.

### **Organisatorische Rahmenbedingungen**

Der Kurs richtet sich an Mütter und/oder Väter mit Babies im Alter von 0 bis 12 Monaten. Er ist in fünf Abschnitte unterteilt. In jedem Abschnitt wird ein spezielles Thema behandelt und ein bestimmter Körperbereich massiert.

Die Struktur hat einen Grund: Babies sollen nicht überreizt werden. Eine reine Massage dauert daher etwa 20 Minuten. Der Kurs läuft insgesamt fünf Wochen, wir treffen uns einmal pro Woche und verbringen jeweils 90 Minuten gemeinsam. Im Kurs geht es nicht nur um Massage, sondern auch um Kommunikation und Bindung zwischen Eltern und Kind.

Ich stelle kaltgepresstes Sonnenblumenöl aus der Apotheke zur Verfügung. Selbstverständlich dürfen Sie auch eigenes Öl mitbringen. Da wir während des Kurses auf dem Boden sitzen, bitte leichte und bequeme Kleidung tragen. Außerdem empfehle ich, Handtücher und eine Decke mitzubringen. Je nach Körperbereich, der massiert wird, bleiben die Babies für etwa 20 Minuten windelfrei. Es ist daher praktisch, zusätzliche Windeln dabei zu haben.

Zum Abschluss des Kurses erhalten Sie eine Elternmappe, in der jeder einzelne Griff genau beschrieben ist. So können Sie die Massage auch zu Hause sicher und korrekt anwenden.

Wenn Sie noch Fragen haben, die ich beantworten kann, schreiben Sie mir gerne per WhatsApp. Ich werde so schnell wie möglich beantworten.

Ich freue mich darauf, Sie und Ihr Baby bald kennenzulernen. Bis dahin – alles Liebe!