



Hilfe für Mutter und Kind: Merkblatt mit Baby-Heilbad

Mein Baby und ich hatten eine schwere, anstrengende oder enttäuschende Geburt...

Mein Baby weint häufig ohne ersichtlichen Grund...

Mein Baby kam per Kaiserschnitt, Saugglocke/ Zange auf die Welt...

Mein Baby muss ununterbrochen getragen werden...

Mein Baby und ich haben die Verbindung zueinander verloren oder noch nicht recht gefunden und wir brauchen eine heilsame Hinbewegung zueinander hin...

Das Heilgespräch und das folgende Babyheilbad sind neben der Craniosacral Therapie die wichtigsten Grundpfeiler in der Begleitung und Aufarbeitung von Geburtstraumata oder -stress bei Müttern und Kindern geworden, denn sie sind sehr sehr wirksam! Die Fachperson, welche Ihnen dieses Merkblatt abgibt, arbeitet auch nach diesen Prinzipien. Beim Heilgespräch erzählen Sie als Mutter Ihrem Kind, die gemeinsame Geburts – oder Schwangerschaftsgeschichte, egal wie alt das Kind ist. Also unbedingt auch bei Babys – denn diese verstehen viel mehr als bis anhin angenommen. Das Heilgespräch wird vor dem Baby-Heilbad durchgeführt.

Bitte geben Sie als Mutter Ihren Beitrag und führen Sie mit Ihrem Kind das Heilgespräch über die Geburt sowie das Babyheilbad wirklich durch. Nichts kann diesen, Ihren mütterlichen Einsatz ersetzen – dadurch werden emotionale Narben bei Euch beiden aufgelöst. Diese seelische Lösung erhöht erfahrungsgemäss auch den Erfolg einer therapeutischen Behandlung wirklich deutlich.

Babyheilbad oder Mutter-Kind-Heilbad (entwickelt von Brigitte Meissner)

Schaffen Sie eine für Sie möglichst angenehme Atmosphäre. Es soll auch Raum für Gefühle sein, die bei Ihnen als Mutter und Ihrem Kind aufkommen können.

Legen Sie sich mit nacktem Oberkörper in das Bett und bedecken Sie sich mit einem großen, kuscheligen Badetuch. Das Baby wird von der Person, die Sie bei dem Ritual begleitet (meist der Vater, Hebamme/Schwester) neben Ihnen im Wännchen gebadet.

Anschließend wird es Ihnen nass und nackt direkt auf den Oberkörper gelegt und sie beide werden mit dem von Ihrer Körperwärme vorgewärmten Badetuch schön zugedeckt. Das Baby wird also nicht abgetrocknet, es soll sein, wie bei einer natürlichen Geburt. Stillen Sie, wenn dies das Baby will. Ein Rebonding und ein Beginn des Heilprozesses für Seele und Körper können erfolgen.

Wenn Sie das Baby im Badezimmer baden müssen, weil es für die kleine Wanne zu gross wurde, so nehmen Sie Ihr Kind einfach nackt und nass aus der Badewanne, drücken es nackt und nass an Ihr Herz und wandern zügig ins Schlafzimmer zum kuschelig vorbereiteten Bett und decken sich beide schön zu.

Wiederholen Sie später das Heilbad mit Ihrem Kind (auch alleine) noch 4-5 Male oder öfter. Das Babyheilbad entfaltet für ein Baby erst durch die mehrmaligen Wiederholungen sein ganzes therapeutisches Potential. Erfahrungswerte zeigen, dass einige Babys die ersten 2 Male vermehrt weinen – sie „erzählen“ ihre Geschichte und genießen dann jedes Mal etwas entspannter das Kuscheln und Rebonding.

Empfehlenswerte und unterstützende Badezusätze, das Wichtigste ist jedoch das Heilbad selber.

Badezusätze: 4 Trpf. Notfalltropfen der Bachblüten (Schockhilfe) und
10ml Wildrosencremebad von Weleda, (wirkt auf der Herzebene)

Die Heilrituale und dieses Merkblatt wurden von der Hebamme, Autorin und Craniosacraltherapeutin Brigitte Meissner entwickelt. In ihren Büchern finden betroffene Frauen weitere Hilfe: „Geburt, ein schwerer Anfang leichter gemacht“, „Kaiserschnitt und Kaiserschnittmütter“, „Geburtsgeschichten“, „Emotionale Narben aus Schwangerschaft und Geburt auflösen“.