



KINAESTHETICS

# Bewegungs- unterstützung für Neugeborene

spitalimmattal 

# Inhalt

Einleitung .....	3
Bewegungen bei Unruhe oder Blähungen .....	5
Hochnehmen .....	6
Hinlegen .....	7
Wickeln .....	8
Baden .....	9

# Einleitung

«Vor der Geburt machen Babys alle Bewegungen, die ein Mensch machen kann. Nach der Geburt benötigen sie gezielte Unterstützung, um Bewegungen innerhalb der Schwerkraft durchführen zu können.»

(Dr. Erich Blechschmidt, deutscher Anatom)

Kinaesthetics ist die Lehre der Bewegungsempfindung. Sie baut darauf auf, dass sich Entwicklung durch die eigene Bewegung steuern lässt. Sie ist keine Therapie, sondern ein Bewegungs- und Analysesystem, mit dem Neugeborene und Säuglinge gezielt in ihren Bewegungen unterstützt werden können.

Indem wir dem Säugling die Möglichkeit geben, sich in funktional-anatomischen (d. h. natürlichen) Bewegungsmustern zu bewegen oder ihn durch unser Handling so unterstützen, dass ihm auch Bewegungsspielräume ermöglicht werden, wird die Entwicklung der Bewegungs- und Verhaltensmuster im Wesentlichen unterstützt.

Babys erwerben bereits in der Gebärmutter Bewegungskompetenzen. Unterstützen wir diese Eigenaktivität des Kindes auch ausserhalb des Mutterleibs, geben wir ihm Selbstvertrauen und Sicherheit. Das Kind fühlt sich respektiert und geborgen, ist ruhiger und entspannter.

Die Bewegungskompetenz kann bei jeder aktiven Handlung (Wickeln, Baden usw.) mit dem Kind gefördert werden. Dabei interagieren Kind und Mutter/Bezugsperson über Berührung, Wahrnehmung und Bewegung:

- › Aufmerksames Beobachten, wie das Baby sich bewegen möchte.
- › Mit dem Kind im jeweiligen Moment entdecken, was möglich ist.
- › Spüren, was passiert, wenn das Kind sich an der Bewegung zu beteiligen beginnt.

- › Je nach Situation führt die Mutter/Bezugsperson die Bewegungen des Kindes oder folgt diesen.
- › Das Kind nicht wie einen Gegenstand drehen und wenden, sondern langsam bewegen, damit es seine eigene Körperspannung aufbauen kann. Dies ist für den Säugling von grosser Wichtigkeit. Er kann sich so in der eigenen Bewegung differenzierter wahrnehmen.

Folgende Grundsätze sind im Kinaesthetic Infant Handling wichtig:

- › Das Tempo den Bewegungen des Babys anpassen (Gesichtsausdruck, Körperspannung usw. beachten).
- › Das Baby so bewegen, wie wir uns selber auch bewegen würden.
- › Babys an den harten = knöchigen Strukturen des Körpers berühren bzw. führen. So sind Muskeln und Gelenke frei für Bewegung.
- › Die Eigenbewegung des Babys nutzen.

Die nachfolgenden Bilder sollen keinen Handlungsablauf vermitteln, sondern aufzeigen, wie wir dem Säugling die Möglichkeit geben können, sich an der Bewegung aktiv zu beteiligen.

## Bewegen bei Unruhe oder Blähungen

Viele Verdauungsprobleme oder auch die so genannten Dreimonatskoliken rühren daher, dass Babys eine zu hohe Körperspannung haben. Die Muskeln, die für die Verdauung nötig sind, sind angespannt. Mit spiralförmigen Bewegungen kann die Darmtätigkeit angeregt werden. Die Bewegungen des Beckens, zum Beispiel durch leichtes Hin- und Herschaukeln oder langsame Drehbewegungen im Uhrzeigersinn sowie die Möglichkeit zur Druckabgabe über die Füße an eine feste Unterlage wirken unterstützend auf die Darmperistaltik. Luft kann entweichen und Koliken sowie Problemen der Stuhlentleerung kann entgegengewirkt werden. Die Kinder genießen solche selbstkontrollierten Bewegungen und werden ruhiger.



# Hochnehmen



# Hinlegen



# Wickeln



# Baden



Als Grundlage zu dieser Broschüre diente das Lern- u. Lehrmodell  
«Kinaesthetics Infant Handling» nach Maietta/Hatch.

**Text**

Elisabeth Leuenberger, dipl. Pflegefachfrau HF, Kinaesthetics-Infant-  
Handling-Trainerin II  
Regula Lanter, Hebamme MSc, Co-Gesamtleitung Pflege Frauenklinik

**Literatur**

Kinaesthetics Infant Handling von Lenny Maietta und Frank Hatch  
Verlag Hans Huber, ISBN 3-456-83310-5

**Fotos**

Matthias Buchholz, Oberglatt

© November 2014/urheberrechtlich geschützt.

Jede Wiederverwendung, auch auszugsweise – einschliesslich für den persönlichen Gebrauch – bedarf der ausdrücklichen Genehmigung der Autorinnen.

**Spital Limmattal**  
Urdorferstrasse 100  
CH-8952 Schlieren  
spital-limmattal.ch

