

# Handboek Tibo<sup>®</sup> babycomfortmassage

volgens de Active Rest Learning Methode<sup>©</sup>



Troost  
Rust  
Comfort

Tineke Bos

# Inhoud



<b>Voorwoord</b>	<b>5</b>
<b>Inleiding</b>	<b>7</b>
1 Wat is babymassage?	8
2 Tibo® babycomfortmassage	10
3 Tibo® babyconsult	11
4 Aanraking in Liefde	12
5 Voorbereiding op een massage	13
6 Overzicht technieken	14
7 Psychomotorische ontwikkeling van een zuigeling	32
8 Hanteringsadviezen	36
9 Huilen	37
10 Hechting - intens contact met je kind	38
11 'Anders' - persoonlijk document	39
12 De vier R's	40
13 Massageolie en aromatherapie	41
14 Gehoor - Geluid - Muziek	42
15 Wat is chiropractie?	43
16 Darmproblematiek bij pasgeborenen	44
17 Wetenswaardigheden	45
18 Vragen en opmerkingen van ouders	47
<b>Bronvermelding</b>	<b>48</b>

## 3 Tibo<sup>®</sup> babyconsult



De Tibo<sup>®</sup> docent babycomfortmassage werkt met kleine groepjes van gemiddeld 3-6 ouders tegelijk. Een Tibo<sup>®</sup> babyconsultant (docent babycomfortmassage, geregistreerd bij de NBDB) werkt individueel met ouder en kind; hij/zij biedt babyconsulten op maat.

De ouder wordt begeleid in het leren afstemmen op zijn/haar kindje, leert signalen herkennen en erkennen waardoor het contact verder uitgebouwd kan worden. De consultant heeft hierin een belangrijke, observerende en signalerende functie. De consultant kijkt in hoeverre het kind zich goed motorisch ontwikkelt. Middels observatie, specifieke Tibo<sup>®</sup> babycomfortmassagetechnieken en -hantering, kunnen problemen als bijvoorbeeld bewegingsbeperkingen worden geconstateerd en bewegelijkheid worden bevorderd. De consultant kan echter niet de oorzaak oplossen. Wel zal de ouder advies krijgen waar hij/zij met het probleem of klacht terecht kan, in zowel de preventieve, reguliere als alternatieve gezondheidszorg.

De babyconsultant kan op verzoek en ter ondersteuning van de ouder meegaan naar het doorverwezen consult.

De frequentie van het aantal consulten is afhankelijk van het probleem of de klacht. Gemiddeld heeft een ouder drie à vier consulten nodig waarbij voldoende inzicht wordt verkregen in hoe het kindje geholpen kan worden middels op maat gerichte massagetechnieken en -hantering. De Tibo<sup>®</sup> technieken sluiten aan bij de behandeling die de kinderfysiotherapeut, osteopaat en chiropractor toepassen.

Een babyconsultant zal afhankelijk van de klacht, doorverwijzen naar bovenstaande therapeuten en/of naar de huis- of consultatiebureau-arts. Voor een bezoek aan de osteopaat en chiropractor is geen verwijzing van de huisarts nodig.

### Wanneer is een individueel consult raadzaam?

Voor zuigelingen jonger dan twee maanden en voor zuigelingen die niet lekker in hun vel zitten doordat ze een voorkeurshouding ontwikkelen, extreem veel huilen, niet goed slapen (alleen maar hazenslaapjes), veel spugen, overstrekken, last

hebben van pijnlijke darmkolieken.

Een individueel consult is ook zeer geschikt voor kindjes die lang in het ziekenhuis hebben gelegen, voor moeders met een postpartum depressie of voor die situaties waarbij de hechting tussen ouder en kind moeizamer verloopt of heeft gelopen.

De Active Rest Learning Methode<sup>®</sup> ontwikkeld door Tibo<sup>®</sup> (zie ook hoofdstuk 2 Tibo<sup>®</sup> babycomfortmassage), biedt ouders hulp in het aanbieden van troost, rust en comfort aan hun kindje door het aanreiken van specifieke Tibo<sup>®</sup>-babycomfortmassagetechnieken en hanteringadviezen. De aanraking is doelgericht en met gevoel - het is niet alleen belangrijk dat de ouder het kind aanraakt maar ook hoe de ouder dat doet. Tibo<sup>®</sup> babycomfortmassage is dus meer dan het aanleren van standaardtechnieken.

### Voorwaarden Tibo<sup>®</sup> babyconsult:

1. na aanmelding worden ouders gebeld om te kunnen inschatten of hun kindje mee kan doen aan het leren masseren in een groep of dat een individuele cursus beter geschikt is.
2. om een goede begeleiding te kunnen garanderen is de maximale groepsgrootte zes kindjes, minimaal drie kindjes.
3. het meest geschikte moment om te beginnen met babycomfortmassage is tussen de zes weken en zes à zeven maanden. Later aanbieden van babycomfortmassage heeft als risico dat kinderen niet meer open staan voor de massage omdat ze motorisch al verder zijn en bijvoorbeeld willen kruipen.

## 6 Overzicht technieken

### Beschrijvingen en effecten van de Tibo® babycomfortmassage technieken



#### Masseur/masseuse beweegt mee - © Tibo®

Eerste contact met de voetjes en pulserende huidstimulatie

#### Beschrijving 'Start en huidstimulatie':

Pak beide voetjes vast met de duimen op de voetzolen en de vingers bovenlangs. Adem nu diep in. Tijdens de uitademing geef je een lichte druk en voer je deze langzaam op. Beweeg met de inademing naar achteren en met de uitademing naar voren en probeer daar een ritmisch wiegen van te maken (geen grote beweging!).

Herhaal dit drie keer en ga dan door met respectievelijk de onderbeentjes en bovenbeentjes, beiden ook drie maal herhalen: denk aan het adem-/beweegritme!

Maak een kommetje van een hand en leg die rustig op de onderbuik rond de navel. Geef hiermee een zachte korte trilling. Als je uitademt zakt de hand als het ware nog dieper en neem je een moment rust voordat je je hand verplaatst. Verplaats je hand langzaam richting maag/midderrif en borstgebied. Al deze trillingen slechts één maal doen.

Leg nu beide handen langs een schouder en bouw langzaam wat druk op (= uitademing), zodat de armpjes goed tegen het lichaam worden gedrukt. Laat los en ontspan tijdens de inademing en verplaats je handen een klein stukje tot aan de handjes. Deze handeling herhaal je drie tot vier maal.

#### Effect:

- De huid wordt gestimuleerd
- Het lichaamsbesef wordt groter
- Gewenning aan de aanrakingen die nog komen

**Herkomst:** Tibo®

### Comfort technieken

De volgende zes technieken worden bij de start van de massage toegepast. Ze bieden comfort, rust en troost. Behalve bij de start van een massage, zijn ze ook te gebruiken als overgangstechnieken tussen verschillende grepen of als het kindje onrust vertoont bij een bepaalde techniek.

Met de comfort technieken breng je een kindje terug naar rust, balans en geef je het kans te herstellen, zodat de massage voortgang kan vinden. Het is niet altijd nodig om alle technieken te gebruiken, maar te zoeken naar de juiste combinatie die voor jouw kind het beste werkt.

#### Belangrijk

*De technieken wiegen, stuitje-heiligbeen en zweeds melken kunnen bij zowel pasgeborenen als prematuren worden toegepast, uitgezonderd het trillen van de beentjes.*