



## Baby-Gruppen Angebote:

### Schmetterlings-Baby-Massage

#### *Bindung durch Berührung*

für Eltern und Babys von 4 Wochen – ca. 3 Monate

Sanfte Berührungen können die Bindung zu Ihrem Baby stärken. Mütter/Eltern erfahren in diesem Kurs, welche Auswirkungen die schmetterlingszarte Massage auf ihr Baby hat und lernen die Körperbotschaften der Kleinen Schritt für Schritt kennen. Durch aufmerksames Beobachten und gezielte Langsamkeit können wir gemeinsam erfahren, was ihr Baby braucht und welche Bedürfnisse gestillt werden wollen.

Durch die kleine Gruppengröße von max. 5 TeilnehmerInnen + Babys wollen wir eine angenehme Atmosphäre schaffen.  
Bitte eine Decke mitbringen.

Ort: FIM Schärding

Termine: aktuelle Termine finden Sie auf meiner Homepage

### „BINDUNG STATT ERZIEHUNG“ – Baby-Beobachtungs-Gruppe (ab ca. 6 Monate)

Erste Kontakte zu Gleichaltrigen

In diesem Gruppentreffen ist in einem definierten Zeitrahmen ein ruhiges Erleben der Babys vorgesehen – hier werden wir erste Begegnungen zu Gleichaltrigen und den Umgang miteinander beobachten und versuchen, so weit wie möglich nicht in das Geschehene einzugreifen. In einer vertrauensvollen Atmosphäre und mit angebotenen Materialien können die Babys das, was in ihnen steckt, frei entfalten. Anschließend werden in einer Gesprächsrunde alle Wahrnehmungen, Gefühlsregungen und Eindrücke jedes Einzelnen erfasst, Sie erhalten Informationen und Anhaltspunkte, die Sie im alltäglichen Umgang mit Ihrem Baby einfließen lassen können. Durch „Bindung statt Erziehung“ wird die Bindung zu Ihrem Baby gestärkt sowie die eigenständige, soziale Entwicklung des Kindes gefördert.

**Termine:** aktuelle Termine finden Sie auf meiner Homepage

**Anmeldung erforderlich!**

*MC Renate Pühringer*  
Dipl. Familienmentorin  
Fachberaterin EEH i.A.  
Basic Bonding Gruppenleiterin  
Elternbildung  
Mutter von 2 Kindern



### *Von Anfang an.....*

emotionale und fachliche Begleitung vom ersten Tag an....

- ✚ durch die Schwangerschaft
- ✚ nach der Geburt
- ✚ in der Baby- und Kleinkindphase

*„Geboren wird nicht nur das Kind durch die Mutter,  
sondern auch die Mutter durch das Kind.“  
Gertrud van le Fort*



MC Renate Pühringer ~ Sonnenhöhe 479/1 ~ 4760 Raab  
Terminvereinbarungen unter: Tel.: 0699-143 74 033  
[mama-coach@aon.at](mailto:mama-coach@aon.at)  
[www.mutterseiten.at](http://www.mutterseiten.at)

**SCHWANGERSCHAFT** ~ ein Kind empfangen – beschützt wächst es im Bauch der Mutter heran  
– in freudiger Erwartung auf das beginnende Leben.  
Monate zählen – Wochen – Tage – Stunden ..... bis es endlich soweit ist.



- ⇒ Eine Zeit mit vielen Fragen und manchmal auch eine Zeit der Unsicherheit.
- ⇒ Nehmen Sie sich Zeit für sich und ihr Ungeborenes
- ⇒ Bindung entsteht bereits im Mutterleib und kann in dieser Zeit bereits gefördert werden

*Der Weg von der  
**PAARBEZIEHUNG** in die **ELTERN**SCHAFT*

Mit der Geburt eines Kindes werden Paare in eine neue Rolle hineingeboren: in das Eltern-Sein.  
Dieses Eltern-Sein bringt viele Veränderungen mit sich – es ist ein Schritt in eine neue Verantwortung, die wir vorher nicht gekannt haben.

**NACH der Geburt...**

...warten viele Herausforderungen, Veränderungen und auch viel Neues auf die junge Mutter / auf die Eltern. Ich werde Ihnen dabei Hilfestellung geben, dieses neue Leben in **Ruhe**, **Gelassenheit** und mit **Zuversicht** zu meistern.

Mögliche Herausforderungen können sein:

- eine traumatische Geburt
- mein Baby **weint** so viel – was kann ich tun?
- ich fühle mich überfordert und weiß nicht, wohin ich mich wenden soll
- ich bin in manchen Bereichen noch unsicher und brauche Unterstützung
- ich hatte einen Kaiserschnitt und habe Schwierigkeiten das zu verarbeiten
- eigene Kindheitsthemen holen mich unbewusst ein
- ich stoße an meine Grenzen und brauche Unterstützung
- mein Baby will nachts nicht **schlafen**
- ich bin traurig und deprimiert, obwohl ich eigentlich glücklich sein sollte...

Den Babys einen liebevollen Empfang zu bereiten und Ihre Eltern zu stärken, sehe ich als eine wichtige Aufgabe, bei der ich Sie gerne unterstützen werde.

**In der Baby – und Kleinkindphase**

Sobald ein Baby geboren wird, erfährt es zusammen mit der Mutter das erste Mal den Prozess des LOSLASSENS um dann wieder zueinander zu finden.

Dieses „zueinander finden“ bzw. Bindung aufbauen ist manchmal mit einigen Hindernissen verbunden.  
Wie Bindung gelingen kann, dabei begleite ich Sie gerne.

Unzählige Fragen können Sie in der Schwangerschaft und nach der Geburt Ihres Kindes beschäftigen.



**Gerne begleite ich Sie als Familienmentorin und Fachberaterin in EEH i.A. in dieser so wichtigen Zeit, für Mutter, Vater und Kind bei folgenden Themen:**

- ♥ Weinbegleitung / ungewöhnlich lange Schreiphasen
  - ♥ Schlafthematik / -problematik Ihres Babys
    - ♥ Geburtsängste
  - ♥ Bindungsförderung / Mutter-Kind
    - ♥ Trauma-Begleitung
- ♥ Und noch viele weitere Themen rund um Sie und Ihr Baby...

**Methoden:**

- professionelle Kinesiologie
- systemische Familientherapie
- Traumalösung durch Akupressur oder EMDR
- Visualisierungen
- Bindung durch Berührung / Schmetterlingsmassage nach Eva Reich
- Basic Bonding – Bindungsfördernde Maßnahmen
- Krisenbegleitung / Emotionelle Erste Hilfe nach Thomas Harms
- Herzarbeit

**Schmetterlingsmassage** für Mama und Baby: bindungsfördernd, wirkt spannungslösend bei Blähungen, bei unruhigem Schlaf, fördert das Wohlbefinden nach einer schweren Geburt u.v.m.

**Schmetterlingsmassage für die werdende Mama mit Partner:** diese Art der Massage ist nicht nur für Babys geeignet – sie ist bereits während der Schwangerschaft ein kleines Wundermittel. Werdende Väter (oder auch Großeltern) lernen, wie sie der werdenden Mami zur Entspannung helfen können.

Gruppenkurse in Ihrer Nähe auf Anfrage.

**„Das Herz muss Hände haben,  
die Hände ein Herz.“**  
(aus Tibet)

Meine Arbeit ersetzt keinen Arzt oder Hebamme – bei medizinischen Fragen bzw. körperlichen Beschwerden wenden Sie sich bitte immer an den Arzt Ihres Vertrauens.

Körper, Geist und Seele in Einklang zu bringen – dabei helfe ich Ihnen gerne.



MC Renate Pühringer ~ Sonnenhöhe 479/1 ~ 4760 Raab

Terminvereinbarungen unter: Tel.: 0699-143 74 033

[mama-coach@aon.at](mailto:mama-coach@aon.at)

[www.mutterseiten.at](http://www.mutterseiten.at)