



IFA Course Reg: 90/03/108

International Federation of Aromatherapists, Greater China

IFA 国际芳香疗法治疗师学会 大中华区

Tammy Liu Institute 金老师研究中心

## Infant massage 婴儿抚触按摩

400 专线: 4000 127756

### 对【婴儿抚触按摩】的简单介绍

1970 年代,【婴儿抚触按摩】在经过无数个严谨的科学与医学临床实验之后,进入了西方国家新生儿医护人员视野之中。它最初的目的,是在帮助那些一离开妈妈安全温暖的子宫就需要特殊医疗照护的婴儿们,帮助他们在和陌生而冰冷的世界搏斗时,拥有更强的生命力和意志力。

时至今日,这个原本只是为了孱弱的新生儿而设计的专业抚触按摩技术,已被介绍给健康宝宝的爸爸妈妈们,并从长期追踪观察的实验中发现,这些一出生就被“适得其法”爱抚的孩子们要比同年龄的孩子们表现出更好的社会适应力、情绪稳定性、以及面对竞争时的意志力。

更棒的是,科学家和医学家们证实,爸妈为婴儿进行【婴儿抚触按摩】的功效是双向的:

#### 对婴儿而言:

##### 在生理方面,它能 -

- 帮助消化系统的健康运作,能减轻婴幼儿的生理不适,例如消化不良、疝气(根据医学统计,约 15% 的新生儿有疝气的问题)、便秘、腹泻、长牙时的不安等;
- 刺激生长荷尔蒙的分泌,有助婴儿健康成长;
- 兴奋循环,帮助氧气和营养素的供应;
- 强化内脏器官,帮助发育;
- 强健免疫系统的能力,预防细菌和疾病的入侵;
- 帮助关节的活动性和灵活性;
- 经由神经细胞的放松来建立婴儿健康和良好的睡眠习惯;

##### 在心理和情绪方面,它能 -

- 舒缓和释放婴儿在生产过程中所承受的压力;
- 建立婴幼儿的安全感和信任的能力;
- 强化并建立亲子间的情感纽带;

### 对父母而言，它能：

- 刺激泌乳激素的分泌，不仅帮助妈妈乳汁的分泌，也能减少哺乳时的疼痛；
- 在抚触的过程中帮助妈妈分泌宫缩素，而宫缩素的分泌能同时减缓妈妈和婴儿的焦虑情绪；
- 营造妈妈的幸福感和愉悦感；
- 帮助爸爸和婴幼儿之间的情感连结和增强亲子间的亲密感。

## Samantha Quinn 老师

有三个分别是 10 岁、8 岁和 5 岁的可爱宝宝，和支持她的老公。

Samantha Quinn 老师是受过专业全科训练的自然疗法治疗师，也是获得英国专业技能奖项的反射疗法治疗师。对婴儿抚触按摩的投入，缘起于她小女儿 Ella 的出生。

Ella 是个不足月出生的早产儿，出生时因为体重太轻，立刻被送进了保温箱。为了帮助 Ella 用自己的身体战胜冰冷的世界，照顾 Ella 的初生儿加护病房护士除了自己每天帮她按摩，同时也在 Samantha 的病床边教她如何替小小的 Ella 按摩。Samantha 发现 Ella 对她温柔抚触的反应特别强烈，不但会努力地把小小的身体往妈妈的身边靠，还会在妈妈的怀里张着小嘴沉沉地睡觉。

Ella 的呼吸和心跳速率有了明显的改善，因为黄疸而暗黄的皮肤也渐渐地有了婴儿粉嫩的色泽。Ella 提前出院回家后，Samantha 和先生每天轮流为小女儿做抚触按摩，有时候 Ella 的小姐姐也加入轮班按摩的阵容。Samantha 发现，为 Ella 按摩已经不再是帮助 Ella 而已，他们一家人也因此而更亲密，更洋溢着幸福的感觉。

于是她开始认真地学习婴儿抚触按摩，到图书馆看了很多书，研究了很多有关的实验成果，不仅开班授课、开了一个专门和妈妈们分享育儿经的知名博客，同时也写了一本婴儿抚触按摩的专著《Comfort Settle & Sleep》。



Samantha Quinn



## 专业班 课程介绍

The infant massage instructor course will be designed to provide practitioners with the knowledge and teaching ability to safely and effectively deliver infant / baby massage sessions to parents/babies within a variety of individual and group settings.

专业婴儿抚触按摩课程的设计包含了两个目的：

- 1 婴儿抚触按摩治疗师的养成训练；
- 2 婴儿抚触按摩专业教师的养成训练 – 一对一的教学或团体课程的设置。

因此，课程内容涵盖了基础理论、各项研究报告、按摩技术、以及安全和有效教学方法。

- The History of Infant Massage 婴儿抚触按摩的历史起源
- Anatomy and Physiology 解剖生理学
- Infants behavioural states, cues and reflex's 如何判读婴儿行为状态背后的意义、线索以及反射反应，例如，看似无意义的各种啾呀声、不同强度的哭声、肢体动作等等。
- Guidelines of safe use of massage oils 婴儿抚触按摩油的选择和安全指导
- Preparing for a baby massage class 如何准备婴儿抚触按摩课程
- The benefits of infant massage and touch research 婴儿抚触按摩的益处和相关研究报告
- Contraindications to massage 婴儿抚触按摩的各项禁忌
- Adaptions for babies with special needs 如何根据婴儿的特殊需求来设计个人化的抚触按摩
- Baby Aromatherapy 婴儿芳香疗法
- Massage to soothe a baby's common ailments 如何藉由抚触按摩来安抚婴儿常见的生理小状况和情绪的不安
- baby reflexology and yoga 婴儿反射疗法和瑜伽
- teaching, communication and group facilitation 教学技巧、教学方法、沟通话术以及如何设置团体课程
- Marketing and Promotion of Infant Massage Classes 婴儿抚触按摩课程的行销方法