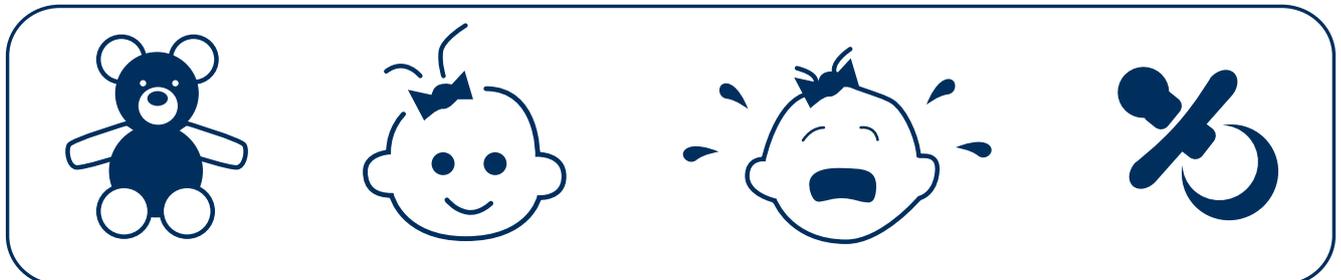


Begleitende Kinesiologie für Eltern und ihre Babys



Eine besondere Gruppe meiner Klienten stellen junge Mütter mit ihren Babys dar. Sie sind teils einige Wochen alt, mehrere Monate, aber auch zwischen ein und zwei Jahren. Zum Teil werden sie begleitet von den Vätern der Kinder, Großmüttern oder Geschwisterkindern. Auch ihre Situation, ihr Erleben und ihre spezifischen Stressoren sind ganz spezielle. Meine Erfahrung zeigt, dass neben der herkömmlichen Versorgung junger Mütter bzw. Eltern und Babys eine Begleitung nützlich ist, die speziell den Stress der neuen Lebenssituation zu bearbeiten hilft.

Die Situation junger Eltern

Die Situation für junge Eltern in Deutschland ist laut BZgA (Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung) zufriedenstellend. Die ärztliche Versorgung und die

Betreuung durch eine Hebamme sind gewährleistet. Die im Folgenden abgebildete Grafik zeigt, dass sich ein Großteil der Betroffenen in Bezug auf benötigte erhaltene Unterstützung gut versorgt fühlt.

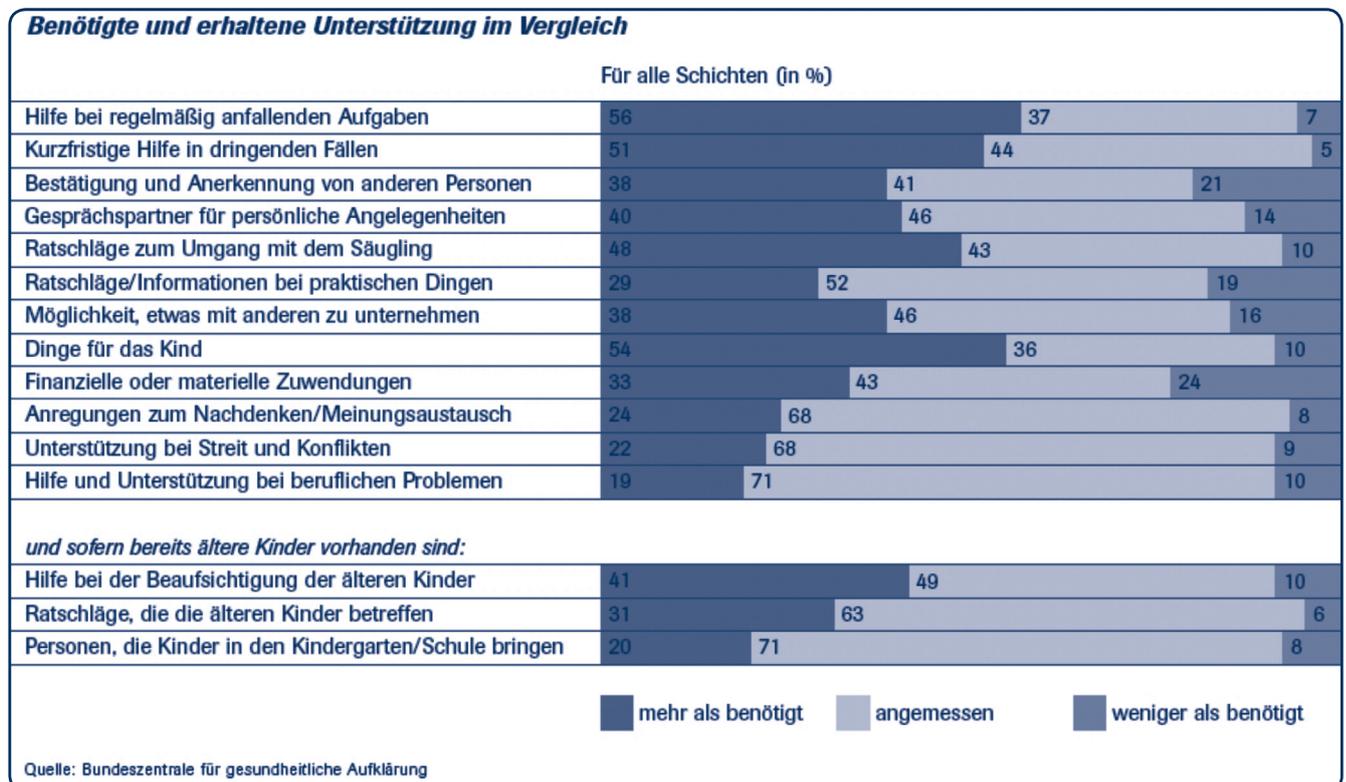


Abb 1.: Benötigte und erhaltene Unterstützung im Vergleich (Quelle: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, Forum 2-2005)

Die Abbildung zeigt auch, dass sich ein gewisser Teil allerdings weniger als benötigt ausgestattet fühlt. Interessant ist die Skala für mich, da sie sich mit den Problemen deckt, die mir Eltern bzw. Mütter nennen, die meine Kinesiologische Beratung aufsuchen. Die fehlende Unterstützung bzw. das Gefühl der fehlenden Unterstützung stellt einen großen Stressfaktor für junge Familien dar und Stress beeinträchtigt das Wohlbefinden von Mutter und Kind. Die in der Skala aufgeführten Bereiche geben somit einen Einblick, womit junge Eltern konfrontiert sind und wo ihre Stressquellen im Allgemeinen liegen können.

Hilfen für Eltern und Baby

Eltern bzw. Mütter, die zu mir kommen, stehen in Kontakt zu Arzt und Hebamme. Heute besteht ein Anspruch auf mindestens acht Wochen Betreuung durch eine Hebamme nach der Geburt eines Kindes. Sie sind anfangs der direkte Kontakt zu Mutter und Kind und können bei Bedarf auch auf andere Institutionen verweisen.

Eine Hebamme, mit der ich seit Jahren zusammenarbeite und die zusätzlich zu ihrer herkömmlichen Unterstützung für die Mütter und Babys Akupunktur und Homöopathie anbietet, erlebt, dass Babys trotz bester Versorgung Probleme zeigen können, zum Beispiel:

- das Baby schläft nächtelang nicht
- es ist seit einer Woche nach der Geburt wochenlang unruhig
- es wehrt beim Stillen die Brust plötzlich ab
- das Baby wurde mit Schreien und Unruhe ins Krankenhaus gebracht und ohne Befund entlassen, da es im medizinischen Sinne gesund ist

Eltern geraten in großen Stress, wenn es dem Baby nicht gut geht und sie keine Möglichkeit sehen, zu helfen.

Beispiele aus der Beratungspraxis

Alisa (Name geändert), 6 Wochen alt, schreit seit ihrer zweiten Lebenswoche die ganze Nacht, scheint kaum noch Luft zu bekommen. Behandelnder Arzt und Hebamme hatten letztendlich homöopathische Mittel gegeben, die aber nicht die gewünschte Wirkung zeigten. Als sie zu mir in die kinesiologische Beratung kommen, schreit das Kind anfangs. Während der kinesiologischen Übungen der Mutter schläft das Kind auf dem Arm ein. Es sieht entspannt und zufrieden aus. Beim nächsten Termin kann die Mutter berichten, dass Alisa nach der ersten kinesiologischen Sitzung am Abend nur eine $\frac{3}{4}$ Stunde statt wie vorher die ganze Nacht geweint hat. Insgesamt wacht das Kind immer seltener auf und schreit auch weniger. Das Baby wirkt nach Erzählen der Mutter tagsüber entspannter und wacher. Sie selbst berichtet über sich, dass auch sie inzwischen viel entspannter und ruhiger ist.

Ein ähnliches Beispiel:

Ein kleiner Junge hatte seit seiner Geburt nie entspannt gewirkt. Er schrie fast immer im Wachzustand und konnte die Umgebung nie ruhig wahrnehmen. Umso gravierender wirkte die Veränderung des Kindes im Anschluss an die kinesiologische Beratung und danach.

Situation und Belastung der Mütter

Generell besteht Beratungsbedarf in Bezug auf das Baby, aber auch die Mutter selbst benötigt eine begleitende Unterstützung. Sie hat eine neue Lebenssituation zu bewältigen, nachdem sie die Schwangerschaft und Geburt gemeistert hat. Sie hat körperliche, hormonelle, biochemische, psychische, soziale und gesellschaftliche Belastungsfaktoren zu bewältigen. Im Gespräch erzählen die Mütter über ihre schwangerschaftsbegleitenden Erlebnisse, über die Geburt ihres Kindes und ihr Erleben dabei, über ihre Erfahrungen mit dem neu geborenen Kind und ihrer Familie.

Häufige Themen sind:

- schwere Geburt
- Kaiserschnitt
- schwere Geburt eines Geschwisterkindes
- Stillprobleme auch nach Stillberatung
- Beziehungsprobleme
- fehlender Rückhalt in der Familie
- psychische Probleme des Vaters des Kindes
- finanzielle Probleme und Unsicherheiten
- Schwierigkeiten, das Kind „abzugeben“
- Reaktionen der Geschwisterkinder
- berufliche Belastungen

Zunahme von Kaiserschnitt-Geburten

Heute kommt durchschnittlich ein Drittel der Kinder per Kaiserschnitt zur Welt. In meiner Beratung sind 80% der Babys Kaiserschnitt-Kinder, also überdurchschnittlich viele, die unter einer erhöhten Belastung leiden. In der Zeit von 1995 bis 2005 stieg die Zahl der Kaiserschnittgeburten von 18% auf fast 30% an. Die Weltgesundheitsorganisation hält nur eine Zahl von 10 bis 15% für nötig. Es wird darauf hingewiesen, dass der Kaiserschnitt durchaus Risiken für Mutter und Kind und für folgende Geburten in sich birgt. Wie die DAK (Deutsche Angestellten-Krankenkasse) meldet, steigt die Zahl aufgrund der Angst vor Schmerzen oder wegen eines geplanten Geburtstermins. Die TK (Techniker-Krankenkasse) gibt als Grund für die erhöhte Rate der operativen Geburt an, dass Ärzte viel öfter einen Kaiserschnitt empfehlen als dies von den Eltern gewünscht würde und vermutet, dass dies auf die höhere Vergütung und die bessere Planbarkeit zurückzuführen sei. (br-online.de/ratgeber/gesundheit/kaiserschnitt-geburt-fr...).



Im Allgemeinen führe ein Kaiserschnitt zu einem erhöhten Betreuungsbedarf, was auf einen hohen Stress der Betroffenen hindeutet.

Die Kinesiologische Arbeit

Die Kinesiologische Beratung setzt ganzheitlich an. Die anwesenden Personen Mutter und Säugling sind eng verbunden und werden als Einheit angesehen. An erster Stelle wird ein Termin deswegen vereinbart, weil es „Probleme mit dem Baby“ gibt. Hier spricht also erst einmal das kleine Kind auf seine Weise mit seinen Kommunikationsmöglichkeiten: über seine Stimme, Anspannung des Körpers, Hauterscheinungen, Bewegungsäußerungen in Richtung Ruhe oder Unruhe oder Zufriedenheit usw. Das Baby stellt einen kleinen „Seismografen“ für seinen Part im Gesamtgefüge dar. Wir erfahren: das Kind hat etwas auszudrücken. Etwas verlangt nach einem Ausgleich. Wenn von ärztlicher Seite die notwendigen Maßnahmen abgeklärt sind, kann man sich einer kinesiologischen Beratung zuwenden. Zunächst vermittele ich meinen Klienten eine Auswahl der mir zur Verfügung stehenden verschiedenen kinesiologischen Methoden. Man geht davon aus, dass die Entstressungsprozesse der Mutter auch einen Ausgleich des Kindes bewirken können. Im Gespräch werden durch die Mutter die wichtigsten Informationen über die gesamte Lage, über die Situation des Kindes, die Umstände der Geburt, über das Erleben der Schwangerschaft, das Erleben der Geburt selbst, den Alltag mit dem Baby, über Vater, Geschwister, Familie und spezielle Probleme usw. gegeben. Sind andere Familienmitglieder dabei, werden sie direkt oder indirekt in die Beratung einbezogen, indem sie am Gespräch, der Beobachtung und Durchführung der balancierenden Methoden teilhaben. Hier baut sich ein „soziales Feld“ auf, in dem jeder Raum hat, hier zu sein und sich zu äußern, sich einzubringen und wahrgenommen zu werden. Ziel ist es, den Stresspegel zu senken, neue Verhaltens- und Denkmöglichkeiten anzubieten.

Im Gespräch wird die Situation geklärt. Mit Babys und jungen Kleinkindern ist eine direkte Kommunikation über Sprache in dem Sinne nicht möglich. Sie bilden eine Einheit mit ihrer Betreuungsperson. In der Psychologie geht man im Allgemeinen davon aus, dass sich die Befindlichkeit der Mutter und des sozialen Systems auf ein Baby überträgt. So könnte sich also auch eine Verbesserung ihres Zustandes positiv auf das Kind übertragen. In der Kinesiologie gibt es das Modell der „Surrogat-Person“, das heißt „Ersatz-Person“, wobei es darum geht, dass jemand stresslösende Verfahren anwendet und sich dabei gleichzeitig oder folgend die gemeinsame Situation entspannt. So führt die Mutter in der Sitzung zum Beispiel kinesiologische Übungen aus und erlebt die Entspannung mit ihrem Kind gemeinsam. Während die Verbindung von Mutter und Kind in der Allgemeinheit akzeptiert wird, sind manche Klienten darüber erstaunt, dass das Baby gemeinsam mit der Mutter entspannter wird, während sie z.B. bestimmte Akupunkturpunkte massiert.

Als Ergänzung zu der kinesiologischen Beratung wird häufig eine Ernährungsberatung gewünscht. Meist bittet die stillende Mutter darum, wenn das Kind Hautprobleme zeigt oder sie selbst Allergien hat und sie ihre Ernährung positiv beeinflussen möchte. Dann gebe ich entsprechende Ernährungsinformationen an sie weiter.

Schlussbetrachtung

Positive Veränderungen sind teilweise schon in der Sitzung zu erkennen oder in den nächsten Tagen nach der ersten oder zweiten Sitzung. Offensichtlich wird in der Beratung der Stressanteil des Problems der Klienten entspannt. Die Kinesiologische Beratung scheint Ruhe in das „System Mensch“, Entspannung in die Situation, ins Denken und Fühlen zu bringen. Die Klienten erleben eine Wohltuende Wirkung. Das allgemeine Ziel ist, den Stresspegel und die Anspannung der Beteiligten zu senken und die Energien zum Wohle aller in der jungen Familie auszugleichen. Vor allem ist es eine schöne Aufgabe, einigen Stressoren eines Babys entgegenzuwirken und Entspannung in seine Lage zu bringen.

Dipl.-Päd. Petra Harder

Alte Trift 19

21614 Buxtehude

Tel. 04161 88943

petra.harder@

kinesiologischeberatung.de

www.kinesiologischeberatung.de

