

*Schreibaby
Was will mein Baby mir sagen?
Welche Hilfestellungen gibt es für Eltern und Kind?*



Inhaltsverzeichnis

1. Persönlicher Aspekt
 2. „Definition Schreibaby“ – Was macht ein Schreibaby so aus?
 3. Zusammenhang Geburtstraumen
 - 3.1 Narkose, Betäubungsmittel, Wehenbeschleunigung
 - 3.2 Kaiserschnitt
 - 3.3 Zange , Saugglocke
 4. Mögliche pränatale Zusammenhänge
 - 4.1. Das vorgeburtliche Kind
 - 4.2. pränatale Erfahrungen im späteren Leben
 - 4.3. Pränatale Traumen
 5. Hilfestellungen
 - 5.1. Methoden aus der Emotionalen Ersten Hilfe (Thomas Harms),
 - 5.2. Schmetterlingsmassage nach Eva Reich
 - 5.3. Cranio Sacrale Arbeit bei Babys
 6. Dieses Kapitel sei all den Frühchen gewidmet – die Wichtigkeit des Känguruhen
 7. Literaturverzeichnis
-

Nicht immer gibt es Sonnenschein und alles läuft reibungslos, doch nichts ist stärker als die Liebe einer Mutter zu Ihrem Kind und auf viele Tränen folgt auch irgendwann ein Lächeln.....



Persönlicher Aspekt

Mein persönlicher Aspekt warum ich dieses Thema für meine Diplomarbeit gewählt habe war die Geburt meines 2. Sohnes. Er war Beckenendlage und von Haus aus somit ein geplanter Kaiserschnitt was meine Stimmung für die Geburt bereits etwas trübte da ich mir noch mal eine normale Geburt vorgestellt hatte, doch damit nicht genug ging alles nach einen Blasensprung früher als geplant los mit Wehensturm. Dies war ja gar nicht mal so schlimm, denn wehleidig war ich noch nie, doch als sie mir mein Kind nach der Geburt und nach dem Anlegen u. Bonding plötzlich weggetragen haben dachte ich meine Welt bricht zusammen. Plötzlich hieß es er müsste auf die Intensiv da über das Blut ein erhöhter Wert in Zusammenhang mit Streptokokken bestand (bis dato wusste ich nicht einmal das ich Streptokokken hatte, war also in keinsten Weise vorbereitet auf die Situation!), ich war froh dass wenigstens mein Mann da war um nachzulaufen und zu schauen was los ist, da ich ja durch den Kaiserschnitt noch gelähmt und bewegungsunfähig war. Nach einer schlaflosen Nacht im Sorge ums Kind (durfte noch immer nicht aufstehen wegen Katheder usw.) konnte ich am nächsten Tag endlich zu meinem Sohn u. der erste Anblick war in seinem Bettchen mit Schläuchen, Sauerstoffmaske, umschirmt von Monitoren, ein Mittel das er bekommen musste das in ihn hineinlief usw. ich war einfach nur geschockt. Ich brauchte lange Zeit für mich selber um das zu verdauen, die Nächte in denen ich dasaß mit ihm, die Zeiten wo er beim EKG kleben erbrach vor lauter Schreien usw. aber vor allem blieben mir all die Eltern u. vor allem Mütter auch in Erinnerung der Neointensivstation die bei Ihren Babys, teils Frühchen Nacht für Nacht mit mir dasaßen und erzählten was sie durchmachten, wie lange schon die Kinder da sind, welche Untersuchungen sie über sich ergehen lassen mussten usw. Sie alle waren verzweifelt und irgendwie war niemand da, medizinisch natürlich schon ,aber wer hörte zu? Wer stützte Sie? Wer war da wenn die Kinder schreien vor Panik? Ich finde das genau da Hilfe hergehört egal ob als Familienmentor, als Cranio Sacral Therapeut etc. aber genau da brauchen Sie Hilfe Eltern/Mütter Kinder , nach außen hin ist jede Mutter stark aber innen sieht es oft anders aus...Vielleicht kann ich mit meiner Arbeit später wenigstens einen Teil dieser Mütter/Eltern u. Kindern helfen die schlimmes (nicht nur Intensiv) sondern einfach generell durchgemacht haben, Ihren Babys „zuzuhören“ wenn sie schreien, hinzuhören u. zu verstehen u. sich gegenseitig zu stärken.

2. „Definition Schreibaby“

Definition ist vielleicht nicht richtig ausgedrückt, da jedes Kind auf seine Art u. Weise einzigartig ist das ist ja das Besondere an Ihnen nur manche sind vielleicht etwas schwerer zu verstehen. Im Grunde zeichnet es sich dadurch aus, dass ein Baby oft 3 Stunden am Tag schreit, wenig glücklich und zufrieden ist, körperliche Nähe verweigert, Schlafstörungen, Fütterungsproblematiken hat etc. Vor allem zeichnet sich das Schreien durch exzessives Schreien heraus und ist nicht mit normalen Weinen aufgrund von Hunger etc. zu vergleichen.

Die Wichtigkeit des Schreiens:

Ein Baby, dass zum Beispiel auf einen Nadelstich beim Arzt reagiert wird strampeln und schreien. Der Körper verspannt sich und über die Bewegung und das Zittern werden die Erregungsmengen wieder gelöst und in Fluss gebracht, bleibt die Begleitperson ruhig und gelassen bei sich, kann das Baby schon nach wenigen Minuten im Körperkontakt wieder in einen Entspannungsmodus zurückkehren. Oft wird jedoch das „lösende“ Schreien unterdrückt (schnell den Schnuller geben etc.).

Der Transmarginale Stress sei hier kurz erwähnt:

Der Stressfaktor hat seine Grenze des psychisch erträglichem überschritten, das Baby reagiert mit inneren Rückzug oder bildhaft „sich tot stellen“ (komaähnlicher Zustand, apathisch, wie nicht anwesend). Die Lebensenergie „implodiert“ um jede Empfindung auszuschalten. Sein Selbst ist nicht mehr erreichbar und die Umwelt wird nicht mehr richtig erlebt. Später vermeidet dieser Mensch alles was an diese Implosion erinnern könnte. Es macht sich in Alpträumen, seltsamen körperlichen Empfindungen, Phobie, Zwangsvorstellungen usw. bemerkbar. Man sieht also wie wichtig es ist diesen Fluss wieder in Gang zu bringen um spätere Folgen zu vermeiden und oft eben auch mit lösenden Schreizyklen, hier ist es wichtig zu verstehen das das Schreien etwas „lösendes“ an sich hat und nichts das dem Kind schadet.

Wie geht's den Eltern dabei?

Es kommt vor allem zu Hilflosigkeit, Ohnmacht und Verzweiflung aber auch zu Schuldgefühlen etwas falsch gemacht zu haben , nicht fähig genug als Elternteil zu sein usw. Eltern mit hohen Leistungs- u. Perfektionsansprüchen bewerten Ihr eigenes Tun in Auseinandersetzung mit ihrem Schreibaby zudem sehr kritisch. Sie haben das Gefühl zu versagen und Ihren Erwartungen nicht gerecht zu werden. Es kommt natürlich zur Gefahr dass sich die Wucht der Enttäuschung auch in Form von Wut- und Hassreaktion aggressiv gegen das Kind wendet. Hinzukommt natürlich der körperliche Aspekt, dass die Mütter vor allem in den Tragephasen der Schreizyklen komplett angespannt sind und sehr oft an Nacken-, Schulter-, Rückenproblemen etc. leiden, manche sind schon „dauerangespannt“ und warten nur zu bis der nächste Schreizyklus beginnt und somit entwickelt sich ein Teufelskreis....Das Kind merkt das ja natürlich, wie soll es denn auch anders reagieren als sich selbst noch mehr anzuspannen, durchzustrecken, wegzuspreizen und zu brüllen? Eltern müssen lernen wieder zu sich zu kehren, die meisten legen in solchen Phasen die ganze Aufmerksamkeit aufs Kind und nehmen sich selbst gar nicht mehr wahr. Man könnte sagen Ihr eigener Körper wird Ihnen fremd. Sie helfen sich mit „Notstrategien“ wie stundenlanges Tragen, Änderungen des Speiseplans (es könnten ja die bewährten 3 Monatskoliken sein...), Autofahren damit es endlich schläft usw.

Oft kommen die Eltern dann an einen Punkt wo nichts mehr geht und sie selbst nur noch kaputt und fertig sind und nahe dem Burn – out.

3. Geburtstraumen

Babys erinnern Schmerz:

Wer denkt schon daran, dass Babys nach der Geburt weinen würden weil sie sich an den Schmerz erinnern? Lange wurde geglaubt ein Baby im Bauch würde nichts empfinden oder ein Neugeborenes könnte nicht den selben Schmerz empfinden wie wir da das Gehirn noch nicht so ausgereift wäre. Früher wurden Operationen zum Teil bei Kindern bis 15 Monaten nur mit Hilfe von Curare (Pavulon) durchgeführt, was das Muskelsystem lähmt, den Schmerz jedoch nicht mindert. Die Kinder erlebten es voll, konnten sich aber nicht bewegen noch schreien. Gar nicht auszudenken dieser Wahnsinn! Aber gott sei Dank ist man mittlerweile klüger und man weiß dass jedes Neugeborene aber auch der Fötus im Bauch genauso Schmerz empfindet wie wir und dass dabei eine Zange, Saugglocke, Skalp (zur Messung des Sauerstoffes am Kopf) sehr wohl seine Spuren hinterlässt...

Auswirkungen von Narkose und Betäubungsmitteln:

3.1. Narkose:

Plötzliche Veränderungen physisch u. psychisch, Überflutung des sensorischen, motorischen, emotionalen und kognitiven Systems des Babys während der Geburt. Das Baby bekommt immer eine Überdosis da die Plazenta wie ein Sieb funktioniert, darüber hinaus wird das Mittel im Fettgewebe gespeichert – das Baby hat ja einen hohen Fettanteil körperlich also hält es oft Tage nach der Geburt an. Typisch z.B. „saug schwach“ an der Mutterbrust dabei ist es in Wirklichkeit von der Narkose benommen. Weitere Merkmale:

- ♥ Schreckenschock - Schrecken, Angst, Überwältigung durch plötzlich auftretende körperliche Gefühle unbekanntem Ursprungs
- ♥ Verletzung des Selbstwertsystems – „Ich hätte es allein geschafft“.
- ♥ Verlust von Bewusstheit u. Aufmerksamkeit
- ♥ Verlust von Energie, Erschöpfung, Verlust des Willens zum Handeln
- ♥ Orientierungs- und Richtungslosigkeit
- ♥ Verlust von Kontrolle und Macht führt zur Panik
- ♥ Verlust der Körperfunktionen, Verlust des Bewusstseins, Todesangst

Im späteren Leben verbinden die Personen dann z.B. den Narkoseschock in Situationen wie unerwartete Ereignissen Autounfall, Arbeitsplatzverlust etc. und reagieren dann mit dem Gefühl überwältigt zu sein, sich „ohnmächtig“, handlungsunfähig zu fühlen etc.

Geburtseinleitung – Wehenbeschleunigung:

Gabe von Oxytocin oder Pitocin.

- ♥ „Ausgeliefert Sein“ kein eigenes Vorgeben mehr von Tempo u. Rhythmus
- ♥ Gefühl der Dringlichkeit (Adrenalin – Junkies)
- ♥ Groll, Auflehnung gegen Autoritäten, Gefühl verraten worden zu sein und Wut
- ♥ Zunahme von übereilten, nicht persönlichkeitsgerechten Entscheidungen
- ♥ In der Folge erhöhtes Risiko von Geburtskomplikationen
- ♥ Kontroll- und Machtverlust mit anschließenden Panikgefühlen (plötzlich oder allmählich)

Z.B. bekommt jemand von seinem Chef eine Anweisung, dass derjenige nicht in Angriff nehmen will, so reagiert derjenige auf den „Einleitungsschock“ mit vermeidender Rekapitulation (Handlungsunfähigkeit) und vermeidet es später überhaupt Entscheidungen zu treffen.

3.2. Kaiserschnitt

- ♥ 2 Traumen – Spiegelung durch Mutter nicht möglich, Narkose u. taktile Abwehr. Berührungen werden bei der OP als physischer Schmerz empfunden (Lösung aus dem Becken, heraus-hebeln, ziehen, unpersönliche kalte Berührung durch Ärzte, Schwestern im Vergleich zu Eltern, schmerzhaftes Test,...)
- ♥ Die Kinder sind in ihrer bewussten Einstellung noch zärtlich wehren aber unbewusst Berührungen ab! – leisten sogar Widerstand.
- ♥ Zusammenzucken des Körpers, sich versteifen bei Berührung verkrampfen
- ♥ Arme greifen weit um sich in der postnatalen Phase
- ♥ Schreck u. Angst, der Eingriff dauert in der Regel weniger als 1 Minute
- ♥ Babies reagieren auch später noch auf das plötzliche Auftauchen von Händen, kalter Luft, physische Manipulation

- ♥ Sie werden zwangsläufig gedreht, hochgehoben, geschoben, abgesaugt untersucht in raschester Folge. Bindung ist unterbrochen u. kann aufgrund von Narkose nicht am Körper ankommen lassen. 1. Augenkontakt selten möglich kurz.

Die Kaiserschnitt-Persönlichkeit nach Jane English aus (Janus/Haibach: Seelisches Erleben)

- ♥ Erwartung, dass auf Nahrung Gift u. Angriff folgt.
- ♥ Abwehrhaltung gegen Annäherung u. Berührungsempfindlichkeit, paradoxerweise nach Überwindung ein starker Wunsch nach Körperkontakt
- ♥ Angewohnheit, sich nur bei Erschöpfung oder invasiven Angriffen zu öffnen.
- ♥ Andere Rückstände physischer Spannungsmuster als bei vaginal Geborenen, zum Beispiel Spannungen im Nacken, weil bei der Geburt der Kopf eher gezogen als gedrückt wurde.
- ♥ Abhängigkeit, ein Gefühl auf Rettung angewiesen zu sein, Unfähigkeit zu eigenständigen Handeln, paradoxerweise aber auch eine Abneigung, Hilfe zu erbitten.
- ♥ Wut auf potentielle Helfer, die nicht in der Lage sind, die unmögliche Forderung nach totaler Rettung auf körperlicher Ebene zu befriedigen.
- ♥ Verzerrung von Beziehungs- u. sexuellen Mustern bei Menschen vom selben Geschlecht wie der Geburtshelfer. Kampf und Niederlage, aber auch Verschmelzung, Bindung und totale Versorgung werden erwartet.
- ♥ Das Selbst wird als getrennt wahrgenommen, wobei das Gefühl für die Persönlichkeitsgrenzen paradoxerweise geringer ist.
- ♥ Guter Zugang zu transpersonaler Bewusstheit, eigene Fähigkeit die aber wegen des mangelnden Gespürs für die Persönlichkeitsgrenzen kaum gewürdigt wird.
- ♥ Kontinuierliches Testen von Beschränkungen u. Grenzen
- ♥ Farbige, abrupte, intensive u. zielgerichtete Beziehungsmuster anstelle des wellenförmigen Auf u. Ab, das durch die Kontraktion u. Expansion der Wehen erlernt wird.
- ♥ Geringes Gefühl für Prozesse, Beziehungen existieren entweder, ohne gepflegt werden zu müssen, oder sie existieren nicht und sind somit nicht möglich.

- ♥ Geringe Zielorientierung bei gleichzeitiger Erwartung, dafür kritisiert zu werden; Wunsch nach Zielen, aber gleichzeitig das Gefühl der Unfähigkeit, reale Ziele zu finden.
- ♥ Sehr negative Selbstbeurteilung, weil man die unbewussten Erwartungen andere über die Kenntnis der bei der vaginalen Geburt erlernten Beziehungsmuster u. Grenzen stets enttäuscht.
- ♥ Vertrauen darauf, dass einem stets geholfen wird, ohne dass man darum bitten muss.

Kaiserschnitt dauert ohne Wehen ca. 2 Minuten. Das Zeitgefühl manifestiert sich im späteren Leben unter Umständen in einer „Alles-oder – nichts Haltung“ was Beziehungen u. Interaktionen angeht.

3.3. Zange, Saugglocke:

Wird vom Kind als überraschender Aufprall von Metall oder Gummi und den einsetzenden schmerzhaften Druck im und am Schädel erlebt. (bewährt sich Osteopathie bzw. Cranio – Sacrale Osteopathie)

- ♥ Angst, Ohnmachtsgefühle
- ♥ „sich nicht mehr bewegen können“
- ♥ punktueller Kopfschmerz
- ♥ Gefühl nicht mehr klar denken oder handeln zu können

Cranio Sacral Aspekt:

Zange:

Das Köpfchen wird zusammengekniffen und dadurch kann das zwischen den Schläfen liegende Keilbein worin die Hypophyse ihr „Nest“ hat , da es aus drei Teilen besteht permanent schief stehen, was durch entsprechende Cranio Sacral Therapie natürlich behebbar ist.

Saugglocke:

Die offene Struktur mit der Fontanelle macht den Kopf besonders verwundbar, das Großhirn hat zu diesem Zeitpunkt noch nicht mit seiner Entwicklung begonnen, aber Verformungen und Störungen treten durch die Saugglocke dennoch auf die, die Verteilung des Craniosacral-Liquors behindern. Köpfe die das mitgemacht haben, fühlen sich auch im Erwachsenenalter oft noch so an, als hätten sie einen Saugnapf übergestülpt. Der Liquor ist zusammengepresst und der daraus entstandene Druck kann nicht abgebaut werden. Auch hier hilft wieder eine Cranio Sacral Therapie gut.

4. Mögliche Pränatale Aspekte

4.1. Das Vorgeburtliche Kind und seine Fähigkeiten:

Hinter dem vorgeburtlichen Kind steckt bereits ein Mensch mit ganz vielen Fähigkeiten, was bei manchen über die Vorstellungskraft vielleicht hinausgeht. Hierzu ein Beispiel: Kinder die durch künstliche Befruchtung entstanden sind zeigen später oft im Spielverhalten das pieksen mit der Nadel nach sie haben so eine „Hineinsteichbewegung“ beim spielen mit Malstiften usw.

Ein anderes Phänomene zum Beispiel, dass man am Ultraschall bei Zwillingen deutliches kommunizieren erkennen kann, oder das bei einer Fruchtwasseruntersuchung sich das Kind instinktiv von der Nadel wegbewegt. Auch gibt es die These, dass ein Kind von einer bestimmten Woche an bereits Träumen kann.

Um den 20. Tag herum funktioniert das kleine Gehirn , das Herz entsteht, Zellen bilden sich und ab der 7. Woche werden bereits Nachrichten zwischen den Nerven vermittelt u. somit erhält das Kind Informationen seiner Mutter sowie ihrer Umgebung. Nach 8 Wochen ist der Geruchs- und Geschmackssinn vorhanden. Ab der 12. Woche entwickelt sich Gehör und Gleichgewichtssinn (ab der 16. Woche nimmt es akustisches wahr u. reagiert mit Veränderung des Herzschlages), zeitgleich beginnt das Damen lutschen. Zum Gehör möchte ich noch eines bemerken, jeder kennt ja das Phänomen, dass ein Kind auf eine bestimmte Musik/Lied reagiert, dass während der Schwangerschaft gehört wurde zum Beispiel beim Einschlafen :) . Ab den 4. Monat hat es ein eigenes Kreislaufsystem und kann z.B. ausgleichen wenn die Mutter krank ist. Es nimmt aber neben den

vegetativen Zuständen natürlich auch Gefühlszustände der Mutter wahr (Anspannung, Stress, Unruhe, Wohlbehagen usw.).

Frühgeborene reagieren ab der 25. Woche auf körperliche Nähe und Wärme. Sie lächeln bei Entspannung und können Stress, Unruhe und Angst ebenso ausdrücken. Man sieht also dieser Kleine Mensch ist nicht zu unterschätzen und man kann ihm nichts verbergen er spürt das was wir spüren und fühlt das was wir fühlen.

Aspekt der „ Transgenerationaler Weitergabe erworbenen Eigenschaften“ Hüther/Krens:

Transgenerationale Weitergabe: Übertragung von Fähigkeiten u. Fertigkeiten von einer Generation zur Nächsten. Laut Autoren erlernt das Baby schon alles im Mutterleib u. übt es auf die eine oder andere Weise ein. Es kann nichts Neues lernen sondern nur bereits erlernte Fähigkeiten erweitern oder hinzulernen wenn es auf der Welt ist. Auch wenn es im Grunde die Züge jedes Menschen sind so ist doch jedes Kind durch die eigenen mütterlichen und väterlichen Anlagen einzigartig und entwickelt sich speziell. Zum einen spielen die Erbanlagen mit zum Anderen die Entwicklungen im Mutterleib vor der Geburt. Also nicht alles was „angeboren „ ist muss auch „vererbt“ sein. Manche Eigenschaften sind im Mutterleib erworben worden.

4.2. Pränatale Erfahrungen im späteren Leben

Wie bereits erwähnt ist das Baby ja nicht nur über den Kreislauf mit der Mutter verbunden sondern auch emotional mit der mütterlichen Gefühlswelt und es kommt somit mit vielerlei Erfahrungen schon zur Welt. Oft spiegeln sich zum Beispiel Stillprobleme darin, dass die mütterliche Milch belastet ist – dass können auch Stresshormone sein. Manche Essproblematiken später als Kind, Jugendlicher, Erwachsener haben seinen Ursprung bei der mütterlich-nährenden Versorgung, musste ein Teil abgelehnt werden oder war es Nahstoffunterversorgt, so kommt es zu Problemen mit Essaufnahme und Verwertung. In den Buch die Seele fühlt von Anfang an (Alberti) wird auch ein Fall von ständigem Erbrechen bei einem 8jährigen geschildert in Zusammenhang mit Abtreibungsversuch mit giftiger Flüssigkeit.

Ein zu früh geborenes Kind kann immer das Gefühl haben nicht genug Zeit zu haben. Ein anderes Beispiel ist auch jemand der im Mutterleib sehr viel Stress ausgesetzt war gerät später bei kleinsten Anforderungen in Stresszustand oder kreierte sich selbst unbewusst solche Situationen ständig. Natürlich gibt es noch einige weitere Beispiele und es ließe sich ins unendliche ausschweifen, aber es ist wichtig vor allem für werdende Eltern zu wissen das ein Embryo eben nicht nur ein Embryo ist, sondern ein Mensch der fühlt und wahrnimmt und alles auch in sein weiteres Leben mitnimmt.

4. 3. Pränatale Traumata:



Mutter und Kind sind von Anfang an eine Einheit, somit erlebt das Kind jegliche Sonnen- wie auch Schattenseiten des Lebens /der Umgebung der Mamma mit und manches ist vielleicht so prägend, das es später in Form von Schreien erzählt werden muss....

- ♥ Prägende Faktoren können sein unter anderem (die Liste könnte ja noch weitergehen):
- ♥ Eine nicht vollständig verarbeitete Fehlgeburt oder Abtreibung der Mutter
- ♥ Ablehnung des Babys und Adoption
- ♥ Spannungen in der elterlichen Beziehung
- ♥ Negative geistige Haltung der Eltern
- ♥ Alkohol, Nikotin, Medikamente, Drogenkonsum während der Schwangerschaft
- ♥ Verlust eines Zwillings – wirkt oft aufs Beziehungsverhalten später
- ♥ Ambivalente Haltung gegenüber der wachsenden Schwangerschaft
- ♥ Untersuchungen die eine Fehlgeburt zur Folge haben könnten (Fruchtwasseruntersuchung)
- ♥ Wehenfördernde Medikamente die den normalen Geburtsverlauf beeinflussen

Nochmals kurz zusammengefasst mögliche Folgen von prä- und perinatalen Traumata:

- ♥ Säugling – Entwicklungs-, Bindungs-, Regulationsstörungen
- ♥ Kleinkind – Wutanfälle, Aggressivität, Hyperaktivität, Angst-Schlaf- und Essstörungen,
 - Entwicklungsstörungen, Lernschwierigkeiten, Konzentrationsschwächen
- ♥ Jugendlicher/Erwachsener – Bindungsstörungen, Depressivität, sozial auffällig, schwierige Geburt beim eigenen Kind, mangelnde Bindung an diese, Versagensängste in der Elternrolle

5. Hilfestellungen für Eltern und Kind

5.1. Methoden der Emotionalen Ersten Hilfe (Thomas Harms):

Bindungsstärkung durch Bauchatmung:

Wie bereits am Anfang erwähnt, ist es bei vielen Eltern von Schreibabys so, dass sie dauerhaft angespannt sind körperlich und schon wie auf „Abruf für den nächsten Schreizyklus“ bereitstehen. Viele von Ihnen haben das Gefühl Ihren eigenen Körper fremd zu sein, sich selbst nicht mehr wahrzunehmen sondern nur noch zu funktionieren. Natürlich spiegelt, dass das Kind wieder und zwar nicht mit Besserung sondern mit Schreien, es spannt sich ebenfalls an usw. Hierzu gibt es eine hilfreiche Bauchatmung die vor allem der Mutter helfen soll zu lernen wieder bei sich zu sein/zu bleiben, ruhig zu werden und in den eigenen Körper hineinzuhören – einfach mal den Fokus zu verlagern während des Tragens in einem Schreizyklus. Spannt sich der Körper der Mutter an, so wirkt dies natürlich auch auf die Atmung.

Der psychische Aspekt der Atmung:

Einatmung – Aufnehmen, Einverleiben, Halten und Zu-Sich-Kommen

Ausatmung – Hingabe, Loslassen und Austausch

Schreckerlebnis zum Beispiel: plötzliche Einatmung, Zwerchfell spannt sich an ebenso wie Rückenmuskulatur, Kopf und Becken werden nach hinten gezogen wie ein Bogen und gespannt, Stresshormone werden ausgeschüttet, das Herz arbeitet vermehrt (Gefäße verschließen sich) und es entspannt/löst sich erst bei der Ausatmung (Gefäße weiten sich wieder, Becken wird locker, wir fühlen uns wieder wohl).

Oft funktioniert dieser Kreislauf nicht und wir haben einen „Kloß“ im Hals – Atemsperr (z.B. wie man es kennt wenn wir etwas Schlimmes plötzlich erfahren). Als Folge wird die Selbstwahrnehmung geschwächt, Angst, Wut usw. werden weniger intensiv erlebt – ein Abwehrsystem unserer Gefühle. Man baut sich einen Körperpanzer auf, ist nicht mehr erreichbar. Liegt bei der Mutter also eine Atemblockierung vor, weil sie schon so angespannt

ist und sich selbst dadurch aus der belastenden Situation herausnimmt so kann Sie natürlich auch nicht mehr feinfühlig genug auf Ihr Kind reagieren und hier ist es wichtig die Empathiefähigkeit zu stärken, zu lernen wieder bei sich zu sein/zu fühlen was Ihr eigener Körper sagt/wahrnimmt, zu sich selbst mal wieder zu kommen.

In dem Buch Emotionale Erste Hilfe v. Thomas Harms gibt es hierzu einen schönen Satz:

„Um den Anderen zu spüren, musst du dich selbst spüren“

Das Baby wird die Bauchatemmethode mit emotionaler Zuwendung und körperlicher Entspannung danken ☺

Die genaue Technik ist im Buch Emotionale Erste Hilfe von Thomas Harms beschrieben.

Bindung und Berührung (auch v. Thomas Harms)

Oft sagt eine Berührung,
mehr als Tausend Worte
und eröffnet so manch
Verborgenes...



Man versucht hier durch körperliche Berührung zu stärken, Sicherheit zu geben und sich für Bindungsbereitschaft zu öffnen. Bei dieser Methode ist ein Helfer dabei. Oft sehr hilfreich wenn Mutter u. Kind traumatische Erfahrungen hinter sich haben (Geburt, sexuelle Misshandlung usw.) wo jede körperliche Annäherung zu Angst und Verunsicherung führt. Oft ziehen sich die Eltern durch die Belastungen so zurück, dass sie körperliche Annäherung nicht zulassen können und wollen. Thomas Harms vergleicht es mit einem Schwamm – hier hat er die Aufnahmefähigkeit verloren und Wasser perlt ab u. erst durch behutsames Benetzen mit einzelnen Tropfen kehrt die Saugfähigkeit und Aufnahmefähigkeit zurück.

Prinzip der Sicherheitsstation:

Hier werden die Mütter/Eltern aufgefordert in einer Stresssituation mit Baby nachzufühlen wo Sie eine Berührung wünschen die Ihr Halt und Sicherheit geben könnte. Es erfolgt von der Mutter ein erstes in Sich spüren. Die Eltern geben sich erst zufrieden wenn die Hand stimmig ist, sie entscheiden selbst in welche Richtung sie aufgelegt wird usw. Es führt dann zu einer sichtbaren Entspannung , häufig zum durchatmen, erleichternden seufzen usw. Es ist der

Punkt am Körper wo sich die Mutter öffnen kann. Das Baby erlebt es in dieser Situation mit als Orientierung, Aktivierung und anschließender Beruhigung. Die genaue Methode kann man wieder im Buch Emotionale Erste Hilfe v. Thomas Harms nachlesen.

5. 2. Schmetterlingsmassage nach Eva Reich

Wer war die berühmte Eva Reich ☺ :

Eva Renate Reich ist am 27. April 1924 in Wien geboren war eine austro-amerikanische Ärztin, die besonders auf dem Gebiet der „sanften Geburt“ und der Behandlung von sogenannten Schreibabys Erkenntnisse ihres Vaters Wilhelm Reich erfolgreich in die Praxis umsetzte. Reich absolvierte dort auf Wunsch ihrer Mutter ein Medizinstudium, das sie 1949 abschloss. Anschließend arbeitete sie an einem New Yorker Krankenhaus. Nach fast zwei Jahrzehnten der Entfremdung von ihrem Vater arbeitete sie seit ca. 1950 an dessen „Orgonomic Infant Research Center“ mit, wo man das Problem erforschte, wie frühe charakterliche „Panzerungsprozesse“ bei Säuglingen vermieden werden können. Reich beschäftigte sich als Medizinerin intensiv mit alternativer Medizin und Psychosomatik, u. a. mit Bioenergetik. Außerdem setzte sie sich für Methoden ein, die Frauen eine "sanfte Geburt", etwa nach Frédéric Leboyer und Michel Odent, ermöglichen sollen. Sie reiste mit dem Wohnmobil durch die USA, um die amerikanische Landbevölkerung über Möglichkeiten der Empfängnisverhütung aufzuklären. Die vielerorts, auch in Deutschland, eingerichteten Schreibaby-Ambulanzen gehen auf ihre Initiative zurück. Reich vertrat die Ansicht, dass sogenannte "Schreibabys" sich körperlich verkrampfen, weil der Kontakt zwischen Mutter und Kind nicht optimal funktioniert. Das Schreien sei Ausdruck starker Unlust und muskulärer Verspannungen. Die Ambulanzen versuchen, betroffenen Eltern zu helfen, u. a. durch Anwendung der von Eva Reich entwickelten Schmetterlingsmassage für Babys, welche die frühe Eltern-Kind-Beziehung fördern soll.

Die 3 Grundenergien des Körpers Fallbeispiele Kind:

Kopfenergie:

Wahrnehmungs- und Denkfunktionen, um uns zu orientieren und sicher zu sein

Notsituation: „Es ist nicht sicher für mich“ Angst, Unsicherheit, Misstrauen

Herzenergie:

Alle emotionalen Qualitäten, die Beziehungen zu anderen Menschen stiften und durch die wir uns mit anderen verbunden fühlen, also „Liebe“ im weitesten Sinn.

Notsituation: „ich fühle mich nicht gut emotional versorgt und geliebt“ Selbstzweifel, Angst vor Ablehnung, Zurückweisung, Schmerz, Trauer

Bauchenergie:

Umfasst die vitalen „instinktiven Impulse“, die uns behaupten helfen wie Zorn und Wut

Notsituation: „Meine Autonomie ist hier nicht garantiert“ ,reagiert mit Selbstbehauptung, Gewalt, Kontrolle, Zorn

Methode der Schmetterlingsmassage



Das Geheimnis sind sanfte Berührungen wie der Flügelschlag eines Schmetterlings eben 😊

Die Theorie von Wilhelm u. Eva Reich geht davon aus, dass im Körper Energieströme fließen. Diese können durch Traumata, Schocks oder langanhaltende Störungen blockiert sein. Tut man nichts dagegen so kommt es auf Dauer zu Störungen körperlich und psychisch. Mit Hilfe dieser Methode, kann zum einen der Fluss der Energie im kindlichen Körper natürlich wieder in Gang kommen und zum anderen fördert es natürlich die Bindung von Mutter und Kind 😊 Was gibt es denn schöneres als wenn Mamma ganz bei einem ist und man liebevolle

Berührungen erfährt ☺. Eine gute Methode sicherlich auch bei plötzlichen Trennungen nach der Geburt usw. um sich wieder anzunähern ☺. Zum näheren Befassen damit (Buch Bindung durch Berührung v. Mechthild Deyringer)

5. 3. Cranio Sacrale Arbeit bei Babys

Cranio System: Umfasst Schädel, Wirbelsäule, Kreuzbein, innerlich die Hirn- und Rückenmarkshäute mit ihrer Flüssigkeit dem Liquor welches Nerven- Hormonsystem versorgt usw. Gehirn und Rückenmark „schwimmen“ im Liquor und schwingen im rhythmischen Gleichklang normalerweise (6-12/min). Wir haben eine Körper-Geist-Seele Einheit. Der Körper ist imstande sich selbst zu heilen, dies kann jedoch durch Traumata (Geburt, Unfälle usw.) beeinträchtigt sein. Wird das Ungleichgewicht nicht behoben, so vermindert es den Fluss der Lebenskraft, was zu Krankheiten führt.

Eine Cranio Sacral Behandlung stellt das Gleichgewicht wieder her und aktiviert die Selbstheilungskräfte. Es ist noch wichtig zu erwähnen, dass neben den Krankheitsaspekt gibt es natürlich auch den Aspekt, dass das Gewebe im Körper ja alles speichert. Und dies 800 mal stärker! Sprich wenn wir einen Tritt in den Fuß bekommen beim Fußball spielen zum Beispiel so speichert unser Gewebe das 800 mal stärker ab. Wie ich bereits zu Anfang in Abschnitt Kaiserschnitt, usw. erwähnt habe weist der Körper eines Neugeborenen einen hohen Fettanteil auf, sodass es nur nahe liegend ist dass sich hier vieles an Geburtstraumata usw. abspeichert! Der Spannungszustand des Bindegewebes entscheidet unter anderem auch mit wie ebenmäßig der CS- Rhythmus am ganzen Körper spürbar ist. Natürlich sind durch die Geburt ja auch die Schädelknochen und andere körperliche Partien oft so in Mitleidenschaft gezogen worden, dass der Körper Hilfe braucht um dies wieder sagen wir mal „rechtzurücken“.

Man kann sagen die Cranio Sacral Therapie ist eine sanfte Körperarbeit und hilft dem Körper wieder sich selbst gesund zu machen. Nebenbei werden Traumata aus dem Gewebe gelöscht. Es wirkt somit körperlich sowie auch psychisch. In der heutigen Zeit ist es grundsätzlich immer empfehlenswert nach jeder Geburt einen Osteopathen einen Blick aufs Baby machen zu lassen um spätere Folgen zu vermeiden ☺



Eigene Erfahrungen mit Cranio Sacral Therapie:

Ich kann nur jedem empfehlen eine Cranio Behandlung machen zu lassen. Ich habe selbst die Erfahrung gemacht das es so einiges bewirken kann. Eigentlich begann es schon bevor ich schwanger wurde, weil mein Problem darin bestand nicht schwanger zu werden, zu wenig Gelbkörper hieß es usw. auch hier half mir die Cranio. Mein Becken/Bauch war einfach „zu“ da würde sich keiner drinn wohlfühlen, aber auch das ließ sich beheben ☺. Mein 1. Sohn war eine normale Geburt jedoch 20 Stunden und er steckte fest, also musste man ihn mit Saugglocke holen, hierbei dürfte seine Hüfte irgendwo sagen wir mal „geklemmt“ haben, jedenfalls schrie er bei jedem Wickeln dass man meinte man könnte dazuweinen, direkt schweißig war er oft. Laut Röntgen war eine Pfanne nicht ganz drinn bzw. verschoben oder so weiß auch nicht genau bin ja kein Arzt ;-)) jedenfalls haben wir es mit Hilfe von Osteopathie total gut hinbekommen und konnten uns andere Therapien oder so sparen und auch noch heute ist alles in Ordnung. Mein 2. Sohn wurde nach seiner Intensivgeschichte natürlich auch immer wieder behandelt. Bei ihm sah man zum Beispiel schön diese Gewebsspeicherung, oder das Traumagedächtnis, kam man bei der Behandlung in den Nasenbereich/Kopfbereich usw. schrie er gleich, da hier dieser Infantflow damals gesetzt werden musste für die Sauerstoffzufuhr die leider einmal zuwenig vorhanden war. Und bei mir Selbst war vor allem noch etwas ganz prägendes, ich hatte 2012 einen Bandscheibenvorfall und zwar keinen kleinen sondern es ist hierbei sogar dieses so genannte Sequesta (Bandscheibenmaterial was dazwischen ist zwischen den Scheiben) ausgetreten und abgerissen, ich hatte höllische Schmerzen musste Tabletten und Infusionen nehmen, dazukam ein Taubheitsgefühl im rechten Fuß das immer mehr sich ausbreitete nach oben hin und laut Ärzte und MRT wäre schon bald recht gewesen operieren wovor ich natürlich Angst hatte aufgrund der Kinder ja auch. Also wieder ab zum Osteopathen und heute geht's mir gut , natürlich merke ich hier und da ein zwicken wieder wenn ich viel die Kinder trage aber ich hab Gefühl in den Fuß,

Morgens kein Kreuzweh mehr und auch so schmerzfrei und laufe wieder gesund herum und das ohne Operationen ☺. Also wie man sieht kann man es nur empfehlen.

6. Frühchen - Bedeutung des Känguruhens

Ab wann ist das Baby ein Frühchen?



Als Frühchen gilt generell eine Geburt vor der 37. Schwangerschaftswoche. Leider ist die Tendenz der Frühchen steigend. Häufigste Gründe sind oft Infektionen der Mutter, Gestosen, Plazentaunterversorgung, Mehrlingsschwangerschaft, sowie auch Mehrfachbelastung von Familie, Beruf etc.

Die 23. Schwangerschaftswoche gilt als Bedingung um das Überleben mit medizinischer Hilfe zu sichern. Frühchen sind unter Umständen schmerzvollen Behandlungen ausgesetzt umso wichtiger ist die Elterliche Zuwendung, Nähe und Geborgenheit. Hierzu zählt auch die berühmte Känguru Methode bei der das Kind nur mit Windel bekleidet einige Stunden auf die Brust der Mutter oder des Vaters gelegt wird. Es unterstützt die Eltern sowie das Kind beim Bindung aufbauen. Das Baby erhält die Möglichkeit die Mamma/Baby mit Herzschlag, Geruch, Atmung wahrzunehmen.

Dies wirkt sich vor allem auch körperlich aus beim Baby es atmet besser, nimmt besser zu, schläft besser, fühlt sich wohler. Auch fängt es beide „ab“ und beschert zumindest zum teil

schöne Stunden, denn eine Frühgeburt ist eine Zerreisprobe für beide Seiten. Es gibt keinen normalen Alltag, kein normales Kennenlernen alles ist überschattet von Ängsten, Sorgen, Geräten, Sauerstoffmasken etc.

Nebenaspekt – Auch Stillen eines Frühchens kann förderlich sein :

Nur weil es eine Frühgeburt gab heißt das nicht das man nicht Stillen kann. Es kann die Milch abgepumpt werden und wenn das Baby stark genug ist an der Brust zu trinken kann natürlich gestillt werden. Dies ist vielleicht noch mal eine Möglichkeit die Bindung zu verstärken, oder Nähe zu geben. Es ist halt nur vielleicht ein anderer Weg als bei einer normalen Geburt aber allein der Wille der Mutter zählt schon und es macht sich bestimmt bezahlt wenn Sie dann das erste mal stillt und das Gefühl von kompletter Nähe mit Ihrem Baby spürt ☺



© Medela AG, Switzerland

Wie ich in diesem Bereich als Familienmentorin helfen will:

Ich habe mir bewusst dieses Thema für meine Diplomarbeit ausgesucht. Zum einen wie bereits ganz am Anfang erwähnt durch meine eigene schmerzliche Erfahrung beim 2. Kind wo ich das erste mal mit der „Problematik“ konfrontiert worden bin so richtig und wo ich gemerkt habe wie wichtig an dieser Stelle Hilfe ist für Mutter und Kind. Andererseits habe ich dieses Thema auch ausgewählt weil ich mich während der Familienmentor Ausbildung entschlossen habe auch noch eine Cranio Sacral Ausbildung zu machen (auch Babycranioausbildung) und ich dabei sehr oft auf Schreibabys treffen werde. Für meine Zukunft würde ich mir wünschen mit der Babycranio in diesem Bereich zu helfen und unterstützend einfach mit dem ganzen „Know- How“ des Familienmentors. Zum Beispiel der Mutter mit der Methode der sicheren Stelle von Thomas Harms durch den Schreibprozess zu helfen wenn das Kind dann erzählt. Aber ich denke auch die systemische Arbeit wird immer Ihren Platz haben, denn meistens hängt das Problem ja mit etwas anderem zusammen. Und neben der Arbeit mit dem Baby schadet es nicht auch mal dahin zu schauen, oft wenn sich bei Mamma/Eltern was auflöst, löst sich das Problem des Kindes ja auch auf. Jeder der in diesem Bereich Mutter/Vater/Kind Probleme mit Schwangerschaft, Geburt etc. arbeitet hat seine Ausbildungen. Ich glaube man

bekommt einfach ein „Paket“ mit und wichtig ist nur dass man im entscheidenden Moment wenn Mamma mit Baby da ist genau weiß aus dem Bauch heraus was DIE ZWEI jetzt brauchen und was ihnen gut tut. Dann wird's richtig sein egal ob das jetzt eine Haltetechnik von Harms ist, ein Aromaöl das man noch empfiehlt f. zu Hause, eine Cranio , ein systemisches Hinschauen u. sich Trauen die eigenen noch ungeklärten Thematiken mal zu betrachten etc. bei der Arbeit des Familienmentors kommts einfach drauf an in sich hineinzuhören u. zu spüren was der andere braucht dann macht man das schon richtig ☺

Literaturverzeichnis – Hilfreiche Lektüre

Pränatales, Was fühlt das Baby bereits, was wirkt sich alles aus:

- ♥ Alberti – Die Seele fühlt von Anfang an
- ♥ Thomas Harms – Auf die Welt gekommen, die neuen Babytherapien
- ♥ Thomas Harms – Emotionale Erste Hilfe (Bauchatmung, Sichere Stelle)
- ♥ Mechthild Deyringer – Bindung durch Berührung

Natürlich gibt es auch etliche Anlaufstellen, Adressen im Internet , wichtig ist immer nur denke ich den ersten Schritt zu tun und sich dem Ganzen zu stellen, wenn der getan ist, folgt alles andere und zu wissen dass es immer irgendwo Hilfe gibt, man muss nicht alles alleine schaffen. ☺

Abschlusswort:

Ich hoffe meine Diplomarbeit war informativ genug um zu zeigen , dass ein Schreibaby keineswegs nur ein Schreibaby ist, sondern vielmehr ein Baby dass von seinem Schicksal

spricht und dem geholfen werden muss und das da ganz viel mehr dahinter stecken kann. Es ist ein umfangreiches Thema und meine Diplomarbeit war sicher nur ein „anreißen“ in des Ganzen aber vielleicht ein Anstoß für den einen oder Anderen mal die andere Seite der Problematik Schreibaby zu sehen und lernen zu verstehen/hinzuhören.