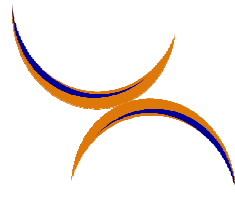


Stillpunkt



Craniosacrale Heilarbeit mit Babys und Eltern

Christoph Glauser
Craniosacral Therapeut Cranio Suisse®
Trauma Therapeut SE

Dem neugeborenen Kind gewidmet

„Ich bitte Dich...“

Ich bitte Dich um Dein Vertrauen. Ich bin als Teil von Dir gewachsen und geboren worden.



In der Welt, in der Du lebst, bin ich vorerst auf Fürsorge angewiesen. Ich bitte Dich, mich zu schützen, damit nicht einfach über mich verfügt wird.



Ich bin aus Deinem Fleisch und Blut entstanden. In jeder Zelle trage ich Deinen Jubel und Dein Glück mit mir, aber auch die Spuren Deines Schocks und Traumas. Ich bitte Dich... betrachte mich nicht als ein von Dir getrenntes Wesen. Wir sind auf vielen Ebenen verbunden. Wenn Du Kummer hast, Sorge ich mich um Dich. Andererseits unterstützt es mich in meiner Entwicklung, wenn Du entspannt und vertrauensvoll bist.



Wenn ich weine, ist es manchmal schwierig für Dich. Vielleicht weckt es unbewusste Erinnerungen an die Gefühle, die Du hattest, als Du so klein warst wie ich. Ich bitte Dich... lass Dich berühren und erzähle mir von Deinen Gefühlen, erzähle mir Deine Geschichte, die fortan auch ein Teil von mir ist.



Ich bitte Dich...halte mich nicht für unwissend, nur weil mein Erzählen und Handeln noch nicht Deiner intellektuellen Logik entspricht. Rede mit mir, erkläre mir, was Du tust, erzähle mir, was Dich bewegt, frage mich. Höre mir einfach zu, wenn ich Dir vom Leben und von meinen Bedürfnissen erzähle. Wenn Du mir wirklich zuhören kannst, dann wirst Du mich auch ohne Austausch von Worten verstehen.



Wenn Du meinen Hunger gestillt und dafür gesorgt hast, dass ich trocken bin und wenn ich keine Schmerzen habe, aber dennoch weine, dann bitte ich Dich... versuche nicht, mein Weinen „abzustellen“, sondern nimm mich zu Dir und sei einfach da für mich, denn jede auf Deiner Haut geweinte Träne ist ein Tropfen der Heilung. Das Weinen hilft mir, Spannungen abzubauen und mein Erleben der Schwangerschaft und Geburt zu verarbeiten.



Ich bitte Dich...schau mir in die Augen, damit Du die Liebe wiedererkennst, mit der ich gezeugt und geboren worden bin



Heilarbeit mit Kleinkindern und Eltern

Craniosacrale Heilarbeit bietet eine sanfte und behutsame Möglichkeit, Kinder bei ihrer Reise ins Leben zu unterstützen. Der Blick ist dabei nicht nur auf das Kind gerichtet, sondern im gleichen Masse auch auf seine Eltern.

Mit der Geburt vollzieht sich eine tiefgreifende Veränderung im Leben des Kindes, der Mutter und des Vaters.

Wie verläuft diese Veränderung, wenn ein ganz neues Beziehungsgefüge entsteht?

Welche Unterstützung braucht das Kind auf einer körperlichen, seelischen und emotionalen Ebene bei der Verarbeitung der Schwangerschaftszeit und insbesondere der Geburt, damit seine Ankunft auf dieser Welt zu einer nachhaltigen Kraftquelle für seine ganze Lebenszeit wird?

Wie können die Eltern durch die Geburt ihres Kindes in einen heilsamen Kontakt mit eigenen Verletzungen aus ihrer frühesten Lebenszeit und Familiengeschichte treten und damit gleichzeitig auch ihr Kind entlasten?

Solche Fragen bilden den Rahmen für meine Begegnung mit Babys und ihren Eltern in einem geschützten Raum.

Craniosacral Therapie – was ist das?

Die Craniosacral Therapie hat sich im Verlauf des 20. Jahrhunderts insbesondere durch die Arbeit von William Garner Sutherland aus der Osteopathie heraus entwickelt und ist in den letzten Jahren in der Schweiz zu einer der meistgefragten komplementär-therapeutischen Körpertherapien geworden.

Der Begriff „craniosacral“ bezieht sich auf das lateinische Cranium (Schädel) und Sacrum (Kreuzbein).

Die beiden Pole Cranium und Sacrum bilden mit den Gehirn- und Rückenmarkshäuten (Membranen) ein System, in welchem die Gehirnflüssigkeit (Liquor) rhythmisch pulsiert. Dieser Rhythmus überträgt sich auf den gesamten Körper und beeinflusst die Entwicklung und die Funktionsfähigkeit des ganzen Menschen.

Hinter den rhythmischen Bewegungen der Gehirnflüssigkeit ist eine Kraft, die wir «Primäre Atmung» oder «Lebensatem» nennen. Sie durchströmt und belebt alle lebenden Organismen. Im ganzen Körper drückt sich die Primäre Atmung über die Regulierung aller Körperfunktionen aus. Veränderungen im Craniosacralen System und seinen Rhythmen geben dem Therapeuten die nötigen Hinweise für die Arbeit mit den betroffenen anatomischen, physiologischen und energetischen Strukturen.

Das dynamische Gleichgewicht in den Knochen, Hirnhäuten, Hirnflüssigkeit, Muskeln, Faszien und Organen kann mit präzisen Handhaltungen am ganzen Körper erfüllt werden. Der Klient liegt in bequemer Kleidung auf einer Liege, es kann aber auch auf einem Stuhl oder am Boden gearbeitet werden. Der Craniosacral Therapeut begleitet den Klienten mit feinen manuellen Impulsen, welche eine Eigenregulierung des Körpers einleiten und nimmt dabei eine innere Haltung von grösster Sorgfalt, Achtsamkeit und Wertschätzung ein. Das bewusste und subtile Aufbauen von Verbindungen zu den betroffenen Strukturen, bei gleichzeitiger Verankerung in guten Ressourcen, ermöglicht dem Klienten eine tiefgreifende Veränderung zurück zur Gesundheit.

Craniosacral Therapie arbeitet nicht Symptom-bezogen, sondern orientiert sich immer an der Gesundheit als ursprünglichem Zustand und Wissen unseres Organismus. Es wird also immer darum gehen, den Klienten zu befähigen, gesundheitliche Störungen selbstregulierend aufzulösen.

Craniosacral Therapie für Babys und Eltern...

...folgt denselben Prinzipien, erfordert aber einen etwas andern Behandlungsaufbau, da einerseits das ganze Familiensystem einbezogen wird und andererseits die Art der Kontaktnahme und Kommunikation mit dem Neugeborenen nicht in erster Linie verbal erfolgt.

...von der Theorie zu Praxis

Immer wieder finden junge Familien auf Empfehlung von Hebammen, Ärzten oder Mütter- und Väterberatung den Weg in die Praxis. Oft suchen sie Unterstützung für Kinder, die von Unruhe, langen Schreiphasen oder Bauchkrämpfen geplagt sind.

Manchmal ist es sinnvoll, in einem Vorgespräch die Bedürfnisse der Eltern und des Kindes zu klären und Symptome in einem Kontext von Schwangerschaft, Geburt und familiärer Situation zu sehen. Ich orientiere mich dabei an einer ressourcen- und lösungsbezogenen Sichtweise.

Wie ist die Schwangerschaft und Geburt verlaufen? Welche medizinischen Massnahmen kamen bei der Geburt zum Einsatz? Wie haben die Eltern die Geburt und danach erlebt? Was wissen sie über ihre eigene früheste Kindheit? Wie erleben die Eltern die Beziehung mit ihrem Kind? Was wünschen sie sich als Veränderung, was ist ihre Vision ihres Familienlebens? Welches sind ihre stärksten Ressourcen?

„...wenn die Eltern ruhig und sicher werden, überträgt sich dies direkt auf das Kind...“

Mit dem Einbezug der Eltern können auch sie ihrer Bedürfnisse und Emotionen gewahr werden und ihnen Raum geben. Durch die Anerkennung und das dadurch entstandene Bewusstwerden können tiefliegende Spannungen abgebaut und Gefühle integriert werden. Manchmal ist es für die ganze Familie auch heilsam, wenn die Mutter oder der Vater des Kindes allein eine oder mehrere Craniosacral Behandlungen erhält.

Ein Neugeborenes ist vollkommen von seinen Eltern abhängig. Aus diesem Grund sind Eltern die grösste Ressource für das Kind. Das Neugeborene kennt die Stimme und den Geruch seiner Eltern und braucht die Gewissheit, dass es von seinen Eltern geliebt und beschützt wird. Wenn die Eltern ruhig und sicher werden, überträgt sich dies direkt auf das Neugeborene. Dies ist bereits ein erster und oft entscheidender Schritt auf dem Weg des Heilungsprozesses.



Auf dieser starken Grundlage kann dann eine therapeutische Behandlung stattfinden, deren individueller Verlauf den Bedürfnissen der Eltern und des Kindes folgt. Es sei hier jedoch klar gesagt:

Diagnosen stellen darf nur ein Arzt, eine Hebamme oder ein anerkannter Naturarzt. Und medizinische Diagnosen mit Krankheitswert sollen auch im Verlauf einer Craniosacral Therapie unter ärztlicher bzw. unter Hebammen-Kontrolle bleiben.



Gemeinsames Bedürfnis der neugeborenen Kinder ist die Respektierung ihrer Grenzen. Sehr viele von ihnen erleben auch heute noch Grenzverletzungen als eine der allerersten Erfahrungen, die gerade bei Kaiserschnitten und insbesondere Notfallkaiserschnitten eine nachhaltig traumatische Wirkung haben können. Dabei ist es immer wieder äusserst eindrücklich zu sehen, wie jedes Neugeborene vom ersten Augenblick seines Daseins ein klares Gefühl für seine Grenzen hat und sein Bedürfnis nach deren Respektierung körpersprachlich klar mitteilen kann.

Von entscheidender Bedeutung für den ganzen Behandlungsverlauf und wichtigster Aspekt der ersten Behandlung ist deshalb die Art der Kontaktmit dem Kind. Das Kind nicht überfordert kann zu bedrohlich sein schon eine Grenz- wenn ich dem Kind zu nahe komme. Die Nähe bzw. die Distanz, die das Kind braucht, um sich sicher zu fühlen, kann verbal und non-verbal mit ihm ausgehandelt werden. Ich ziehe es deshalb vor, dass das Kind bei dieser ersten Begegnung von der Mutter oder dem Vater gehalten wird. Eine Berührung und erst recht eine manuelle Intervention darf erst stattfinden, wenn das Kind dafür bereit ist, und es wird dies in aller Regel klar zeigen. Wenn das Kind Nähe und Berührung noch nicht zulassen kann oder sich darob sofort gefährdet fühlt, kann eine Berührung auch über den Elternteil geschehen, der das Kind in den Armen hält. Ich lege dann eine Hand beispielsweise auf den oberen oder unteren Rücken der Mutter oder des Vaters.

„Gemeinsames Bedürfnis der neugeborenen Kinder ist die Respektierung ihrer Grenzen“

aufnahme darf dabei werden. Es bzw. eben verletzung, schnell zu

Es ist eindrücklich und berührend zu erleben, wie die Kinder durch diesen behutsamen Zugang oft schon nach ein oder zwei Sitzungen das Muster ihrer Symptome zu verlassen beginnen.

In diesem Feld von sicheren Grenzen und Vertrauen wird dann auch die craniosacrale Körperarbeit ihre Wirkungskraft entfalten können.

Hausbesuche

Meine Therapiepraxis an guter und verkehrsgünstiger Lage in Bern ist ein sicherer und geschützter Raum für tiefgreifende therapeutische Prozesse.

Familien mit neugeborenen Kindern biete ich in den ersten Wochen nach der Geburt mit Blick auf das Schutz- und Ruhebedürfnis von Mutter und Kind jedoch gerne Hausbesuche an, da diese leichter zu bewerkstelligen sind als der Gang in die Praxis.

Krankenkasse

Die Kosten für Craniosacral Therapie werden von den meisten Krankenkassen im Rahmen einer Zusatzversicherung für Komplementärtherapien ganz oder teilweise rückerstattet. Da die Modalitäten von Kasse zu Kasse wechseln, erkundigen Sie sich am besten direkt bei Ihrer Krankenkasse oder konsultieren Ihre Police.

Der Tarif für Craniosacral Therapie beträgt CHF 120/Stunde. Sozialtarife sind möglich.

Einige Anwendungsgebiete

Es empfiehlt sich, mit Craniosacral Behandlungen möglichst rasch nach Auftreten von Beschwerden zu beginnen.

Schwangerschaft

- ✚ Körperliche und emotionale Unterstützung in der Schwangerschaft und zur Vorbereitung auf die Geburt
- ✚ Rückenschmerzen
- ✚ Optimierung der Beckenfunktion (Beweglichkeit des Beckens und des Kreuzbeins)

Geburt

- ✚ Nachbetreuung der Mutter und des Kindes nach der Spontangeburt oder Geburt mit Hilfsmitteln wie Zange, Saugglocke
- ✚ Nachbetreuung der Mutter und des Kindes nach einer Kaiserschnitt Geburt
- ✚ Nabelschnurthematiken
- ✚ Schwierigkeiten, verursacht durch zu schnelle Geburten
- ✚ Rücken-, Kreuz- und Steissbeinschmerzen

Säuglinge und Kleinkinder

- ✚ Kinder mit langen Schreiphasen, Saugproblemen, Schlafproblemen, Bauchkrämpfen
- ✚ Unterstützung bei Behandlung von Schädelasymmetrien, Schiefhals
- ✚ leichte bis mittelschwere Cerebral-Parese; bei schwerer CP geht es um eine Verbesserung der Lebensqualität, d.h. dass die Kinder mehr Zufriedenheit ausstrahlen oder Kontakt zur Umwelt aufnehmen
- ✚ unklare Entwicklungsstörungen
- ✚ Tonusprobleme (Hyper-, Hypotonus)
- ✚ Nachbehandlung nach Unfällen oder schweren Krankheiten
- ✚ häufige Ohrenentzündung
- ✚ Schielen
- ✚ Aengste, autistisches Verhalten

Zu meiner Person

Vorab gesagt: meine Arbeit macht mir Freude!

Den Praxisraum aufschliessen, eine Kerze anzünden, einen offenen, wertfreien Raum schaffen für die Begegnung – es war ein Lebensweg von fast 50 Jahren, der mich schliesslich in meiner heutigen Lebens- und Arbeitsform ankommen liess, die meinen Werten, meinem Blick auf das Leben entspricht. Gewiss, Neugierde, Lernbereitschaft und Offenheit für die Erweiterung des Erfahrungshorizontes halten die Lebens- und Arbeitsform in ständiger Entwicklung.



Dazu gehört auch, dass ich mich im Rahmen des Berufsverbandes Cranio Suisse® für die Weiterentwicklung der Craniosacral Therapie und ihre Integration im Gesundheitswesen engagiere.

- ✚ Dipl. Craniosacral Therapeut Cranio Suisse®
- ✚ Dipl. Somatic Experiencing Practitioner
- ✚ Komplementär Therapeut OdA KTTC

- ✚ Cranio Suisse® zertifiziert für craniosacrals Heilarbeit mit Babys und Kindern
- ✚ Qualitätslabel von EMR (Erfahrungsmedizinisches Register) und ASCA (Stiftung zur Anerkennung und Entwicklung der Alternativ- und Komplementärmedizin)

- ✚ Mitglied des Verbands SE Schweiz (Somatic Experiencing)
- ✚ Eingetragene Fachperson bei der Fachstelle für Fehlgeburt und perinatalen Kindstod FpK
- ✚ Mitglied der Kommission für Oeffentlichkeitsarbeit von Cranio Suisse®

Links

www.craniosuisse.ch

Schweizerische Gesellschaft für Craniosacral Therapie

www.hebammenzentrale-bern.ch

www.hebamme.ch

Schweizerischer Hebammenverband

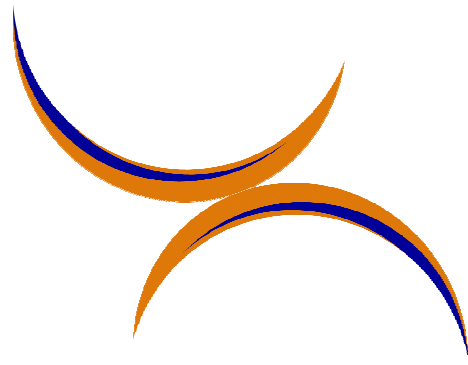
www.swissmom.ch

Internetportal rund um Schwangerschaft, Geburt, Baby und Kind

www.fpk.ch

Fachstelle Fehlgeburt und perinataler Kindstod

Stillpunkt



Praxis für

Craniosacral Therapie

Heilarbeit mit Babys und Eltern

Trauma Therapie

**Stillpunkt
Christoph Glauser
Ginsterweg 2a
3006 Bern
Tel. 079 312 8382**

**www.stillpunkt.ch
info@stillpunkt.ch**