

Emotionelle Erste Hilfe I/2

Wien, 2.-5. Februar 2023




Bindungsförderung
Krisenintervention
Körperpsychotherapie
BINDUNGSORIENTIERTE KÖRPERPSYCHOTHERAPIE

Emotionelle Erste Hilfe– Teil II

Babyschreien, Körper und Bindung
Wien

Babyschreien, Körper und Bindung EEH – Phase I // Workshop II // Wien

Leitung: Thomas Harms, Dip. Psych.

Assistenz: Martina Wolf

1. Tag

Begrüßung und Beginn der Fortbildung

Thomas begrüßt die Teilnehmer*innen und stellt das aktuelle Thema vor. Diesmal geht es um Beginnende Ausdrucksprozesse und Schreibegleitung.

Inhalte des Workshops



- Funktionen und Quellen des Babyweinens?
- Diagnostik des lösenden und fehlregulierten Babyweinens?
- Bindungsabbruch und Ersatzkontaktmuster
- Kognitive Erkundung von kompensatorischen Beruhigungsstrategien der Eltern
- Praxis der Weinbegleitung in der EEH
- Phasen und Kontraindikationen der Rebonding - Haltearbeit
- Videobeispiele und Szenisches Rollenspiel



Thomas Harms | Dipl. Psychologe | www.zepp-bremen.de

06.05.2023

Ergänzung zur Inhaltsübersicht:

Freitag

- Hintergründe
- Rhythmen des Weinens
- Wie schaffen es die Eltern das Kind „bei Laune“ zu halten
- Was haben Eltern davon, ihre Babys davon abzuhalten zu weinen
- Physiologie von Ausdrucksprozessen
- Anleitung der Eltern dieses Weinen zu begleiten

Samstag

- Formen des Schreiens
- Live-Sitzung mit einem Baby

Sonntag

- Setting, wie wir das Schreien begleiten

Einstimmungsübung:

Nimm einen kleinen Moment Kontakt mit Dir auf
Schau mal, wie Du heute so hier bist
Vielleicht warst Du in der Früh schon da in der Gruppe mit allen
Nimm einen kleinen Moment mit Deinem Körper Kontakt auf
Schau, wo es sich gut und warm und offen anfühlt
Was es am besten geht
Vielleicht legst Du dort Deine Hand hin wo Du das grade spürst
Nimm Kontakt mit dieser Stelle auf
Mit dieser Zone Deines Körpers
Du spürst, wie sich das Ganze ausdehnt und verstärkt
Dann gehe einen Schritt weiter
Und verknüpfe diese Zone mit einer Erfahrung,
wo Du das schon ganz gut einsetzt, was wir letztes Mal besprochen haben
Schau mal, was da auftaucht, wenn Du diese Zone berührst
Eine wertschätzende Arbeit
- wo Du zufrieden warst mit Deiner Arbeit
Vielleicht war das die Atmung oder etwas anderes, das wir besprochen haben.
Sieh bewusst zu dem Bild hin
Was war gut
Womit bist Du zufrieden
Ist es das Ergebnis oder die Art, wie Du unterwegs warst
Richte nun Deine Aufmerksamkeit auf eine Szene,
wo Du Kontakt hattest mit unruhigen Babys
Was beschäftigt Dich daran
Wie kommst Du damit in Kontakt
Vielleicht tauchen Bilder auf in dem Sinn,
wo Du vielleicht keine Luft bekommen hast
Die Begleitung der Eltern oder die Intensität der Kinder
Schau was da in Dir aufsteigt und wie die Reaktion in Deinem Körper ist
Geh nun zu der anderen Stelle und beruhige Dein Inneres
Weiche es so ein bißchen ein
Vielleicht beendest Du diese Reise mit der Idee
was ist dir wichtig zu bekommen in den nächsten Tagen
Was ist Dein Wunsch?
Mehr Verständnis für die Prozesse
Das Handling
Schau mal, was wichtig ist für Dich
Geh dann mit einer Person zusammen, mit der Du den Morgen noch nicht verbracht hast
(10 Minuten Austausch)

Austausch-Runde

Wo hast Du anknüpfen können an das letzte Mal?
Was ist Deine Erfahrung und Erwartung an den Kurs?

- Es gab nicht so viele Momente, etwas auszuprobieren. Unterwegs mehr bei sich geblieben, Selbstanbindung, Atmung – möchte in Zukunft noch ausbauen

- Selbstanbindung ganz bewusst verwendet. Hat im Raum viel verändert, wenn sie selbst angebunden ist.
- Möchte mehr üben – möchte „alles“ verbinden. Anker setzen, spiegeln, Wenn sie es derzeit bewusst einsetzt, kommt es unnatürlich rüber – Potential nach oben
- Viel ausprobiert, arbeitet in einer Ambulanz und hat viel Gelegenheit, Dinge auszuprobieren. War gut als bewusst einzusetzende Technik. Genau beobachtet im Gespräch, gleichzeitig Atem, gleichzeitig Wasser trinken, gelingt im Einzelnen gut. Überforderung wenn zwei oder mehr Personen gleichzeitig etwas brauchen. Dann ist es sehr herausfordernd. Wenn mal ein Papa da ist – dann ist es schwierig. „Bedürfnis-Ranking“ – Wer braucht am meisten. Gerade dann auch die anderen zu sehen. Mit Berührung mehr gemacht als sonst. Mamas, die es sehr spannend finden und als Hilfe erleben. Und eine Mutter hat arge Schweißausbrüche gekriegt. Berührung hat was – macht was.
- Einzelne Aspekte mit einfließen lassen: Selbstanbindung, Spiegeln und verdichten
- Manchmal fehlen dann die Informationen durch die Konzentration auf sich selbst. Bewusst in die Beratung gehen. Nicht ganz „flüssig“ – zu viel am Denken
- Hat derzeit kein Setting, wo sie üben kann. Hat kein Beratungssetting. Übung der Selbstanbindung mit Angehörigen. Hat es mit einer älteren Dame versucht und sie war dann freundlicher. Wenn die Kleine das Flascherl braucht und weint, ist Selbstanbindung schwierig. Wenn sie ein Baby unterwegs weinen hört, kommt dieser „Helfer*innen-Impuls – möchte damit einen Umgang finden.
- Hat beruflich nichts ausprobiert, aber in der Familie. Bruder ist Vater geworden – sie hat das Baby gehalten und Selbstanbindung verwendet, war auf den Atem konzentriert, Baby hat sich besser beruhigt. Hat es der Mama als Info weitergegeben, was sie gelernt hat. Sie ist so begeistert vom Thema, könnte 2 Stunden darüber reden. Weiß, wie wichtig es ist, Raum zu geben – auch da hat die Selbstanbindung geholfen.
- Versucht es überall einfließen zu lassen. Mit den 3 Kindern und der Schwiegermutter daheim. Nicht nur als Haltung, sondern auch als bewusste Technik. Beruflich im Kontakt mit den Pädagog*innen eingesetzt. Manche konnten es sehr gut aufnehmen – andere gar nicht.
- Anwendung derzeit beruflich nicht möglich. Privat umso mehr. Hat viel SE – Technik noch besser gespürt. Selbstanbindung tut ihr gut.
→ *Thomas: Viel Selbstverkörperungsarbeit*
- Beruflich viel ausprobiert: Entschleunigen, Atmen, nicht zu viel sprechen, Tempo rausnehmen, auf mich achten, ist es paar Mal sehr gut gelungen.
- Dzt. im beruflichen Kontext nicht möglich. Eigenes Kind ist zum Üben beste Partnerin. Bedürfnisse abwägen, vorher ist man so auf das Kind fokussiert – jetzt geht es darum, dass alle ein Bedürfnis haben. Kommt in der Natur gut runter, erholt sich. Selbstanbindung im Stress hilft.
→ *Thomas: In ruhigen Situationen üben und trainieren – dann klappt es bei „Wettkampfbedingungen“ schon.*
- War heute bereits im Methodentraining dabei. Bisher nicht so viel geübt. Gute Momente mit der eigenen Tochter. Ist schon sehr gespannt auf das Seminar.
- Dachte, sie hat gar nichts geübt und dann fiel ihr ein: Doch, die Sicherheitsstation mit Jugendlichen, auch Füße halten, Atmen – mit dissoziierten Jugendlichen. Hat sich schon sehr auf das Thema gefreut. Viele Babys im Umfeld – Schreien überfordert viele

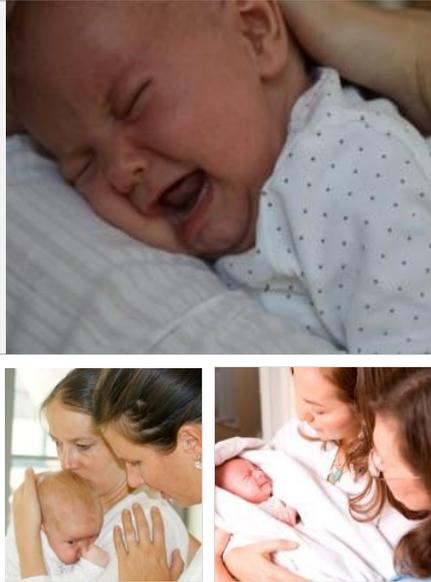
- Bei den Geburtsvorbereitungskursen für Männer angewendet, Bauchatmung und Sicherheitsstation sind fixer Bestandteil. Sohn ist ständiger Sparing-Partner.
- Bleibt beim Bindungsthema hängen. Erlebt viele Familien, wo es nicht möglich ist, eine gute „ausschließliche“ Bindungsperson zu sein. Viel mit Sicherheitsstation gearbeitet und erkannt, was da möglich ist. Eigene Handlungsfähigkeit wieder spüren. Selbstfokussierung ist beeindruckend. Privat: kann leichter loslassen, wenn sie in Selbstanbindung ist.

Thomas ergänzt im Anschluss an die Austausch-Runde:

„Selbstanbindung“ ist nicht „entspannen“.

Ist ein „selbst beobachten innerer Zustände“: Ich bin einerseits in der Lage diese unterschiedlichen Aspekte meines Seins zu beobachten und dadurch aufgeräumter zu sein. Wenn ein Kind bitterlich weint, sind wir nicht entspannt. Es braucht eine hinreichende Verfügbarkeit, hinreichende Begleitungsfähigkeit. Spürt jede/r ob Zustände begleitet sind, contained, innerlich betreut.

Dann kann ich zwar aufgeregt sein, aber es überflutet die Situation nicht. Die Aktivierungszustände werden gern zu „kleinen Monstern“, die sich dann jemanden suchen. Innere Kindanteile, die dann in so eine „Krippe aufgenommen werden“. Wenn man das bewusst macht, ist es OK. Ich und du, wir lernen uns selbst zu betreuen, wenn unsere Emotionen Zugriff auf den Körper haben. In mir bleibt ein ruhiges Licht, wenn es draußen dunkel ist. Wenn wir das machen – immer als Haltung und Aufgeräumtheit, weniger es kognitiv zu erzählen. Verkörpertes Wissen. Man kann es überall üben. Eigenregulation. Diesmal geht es um die Themen vom letzten Mal unter verschärften Bedingungen.



Herausforderungen in der Praxis

- Trauma-Aktivierung der Ko-Regulatoren
- Negative Ansteckung der BeraterIn(Aktionismus)
- Zu starke Identifizierung mit dem Baby/ Entwertung der Eltern
- Umgang mit Enttäuschungsreaktionen nach Anfangserfolgen
- Druck aus dem systemischen Umfeld (latente Feindseligkeit)
-

 EEH

Schreiende Babys haben eine sehr starke „Triggerwirkung“

Eigene Entwicklungs- und Bindungsgeschichte – negative Form von Ansteckung

→ Aktionismus der Eltern und Versuch ihr Kind in einer „Range“ zu halten, wo sie aushaltbar sind.

Das schreiben hat etwas selbstheilendes. „Stress-Release-System“

Eltern halten den Deckel drauf, weil sie sich das Schreien nicht aushalten und sich „vom Leib halten“ müssen.

Wenn wir mit dem Thema unruhiger schreiender Babys zu tun haben, löst das einen starken Identifikationsprozess aus:

1. Mama zu werden, um die Mama zu retten
2. Kind zu werden, um das Kind zu retten

Es geht sehr schnell, dass wir uns auf die eine oder andere Seite schlagen.

Selbstanbindung ist ein Schutzsystem, damit wir das eben nicht machen.

Relativ schnelle Anfangserfolge in der Beratung mit der Auswirkung, dass Berater*innen schnell idealisiert werden → Gefahr eigener narzistischer Erhöhung.

Wichtige Haltung: Ich mache es so gut ich kann. Ich darf als Berater*in nicht abhängig sein von Erfolgen - „Zauber*in“.

Die Anfangserfolge bergen die Gefahr wieder zu fallen, wenn der Erfolg nicht anhält.

Zudem müssen wir in der Arbeit mit den Babys immer das systemische Feld mit im Blick haben.

→ was hat das Schreien zB mit Oma und Opa zu tun und damit, wie es vor dem Krieg war?

Da gibt es Inputs aus dem Familiensystem, wie mit dem Schreien umgegangen werden soll, die auf die jungen Eltern wirken: „Lass es schreien“ – „Stärkt die Lungen“

Eltern bringen ihr Kind. Das Kind IST das Problem für sie. Wir sagen: Das Kind HAT ein Problem. Eltern möchten gern, dass die Berater*in das schnell „weg macht“. Schreien passt nicht ins Konzept.

Perspektivwechsel auf das Schreien ist wichtig. Schamgrenze überwinden → häufig ist es gleich etwas besser beim Anruf.

Für die Eltern ist es eher das Thema: Das Kind schreit oder nicht. Für uns Berater*innen geht es darum, die Beziehungsdynamik zu erfassen. Das ist die viel komplexere Frage.

Es gibt relativ gute Erfolge, wenn das Vertrauensverhältnis stimmt. In der Arbeit dürfen wir die Kraft der Technik/Methodik nicht überschätzen – die Wirkung entsteht im Beziehungsfeld. Nach einer ersten Entspannung, die sich oft gleich am Beginn einstellt, braucht es für eine nachhaltige Veränderung die Eltern und dass sie ihren Anteil sehen.

Osteopathie ist ein gutes Beispiel: Sorgt für die Grundregulation, wirkt körperlich verändert, hat aber auch ihre Limits, wenn eben nur körpertherapeutisch gearbeitet wird. Hat die*der Therapeut*in auch eine traumatherapeutische Ausbildung, ist alles am Punkt.

Es gibt verschiedene Beratungsansätze, die auf der Ebene „Schnelle Lösung“ wirken:

„Wir machen Dir das Schlafthema weg“

5S-Methode, Jedes Kind kann schlafenlernen,...

Der Wunsch der Eltern ist: „Bitte mach, dass meine eigenen Affektabwehr nicht angerührt wird.“

Deshalb boomen Angebote, die eine schnelle Lösung suggerieren. Wir machen A, B, C... Vor allem im amerikanischen Raum sind diese Angebote viel stärker – im Europäischen Raum wird es differenzierter gesehen.

Jede Federwiege, elektrisch oder manuell, ist ein stimulierendes Angebot und beruhigt für den Moment – damit können die Spitzen des Ausdrucksprozesses rausgenommen werden. Ein Release erfolgt nicht.

Was wir in diesem Seminar besprechen, kann nicht gemacht werden, ohne selbst berührt zu werden. Nun ist die Frage, wie kriegen wir die Eltern so weit, dass sie feinfühlig und haltefähig für die Begleitung von starken Emotionen werden und diese als Teil der Beziehung wertschätzen. Schreien und Quengeln „elektrisiert mich“ – „macht mich fertig“ Das führt zur Message an das Kind: „Bitte sei anders. Du findest bei mir dafür keine Landebahn“.

Wir haben selbst starke Gefühle. Gereiztheit, Offenheit, Bindungslosigkeit wird von einer Generation auf die andere übertragen. Das Schreien wird bedrohlich für das eigene Selbstkonzept. So sind die Ersatzhandlungen eine Art Schutz des eigenen Selbstkonzeptes, wenn die Bedrohung zu groß wird. Wäre es das Konzept der EEH zu sagen, alle Eltern müssen lernen ihre Kinder zu begleiten, würden wir viel Unsicherheit erzeugen. Ziel ist nicht irgendwohin zu gehen. Ziel ist, Eltern einzuladen, eine neue Orientierung zu bekommen. Um das zu bewerkstelligen, brauchen wir systemische Haltesysteme. Das Thema ist häufig nicht bewältigbar, wenn Eltern allein sind.

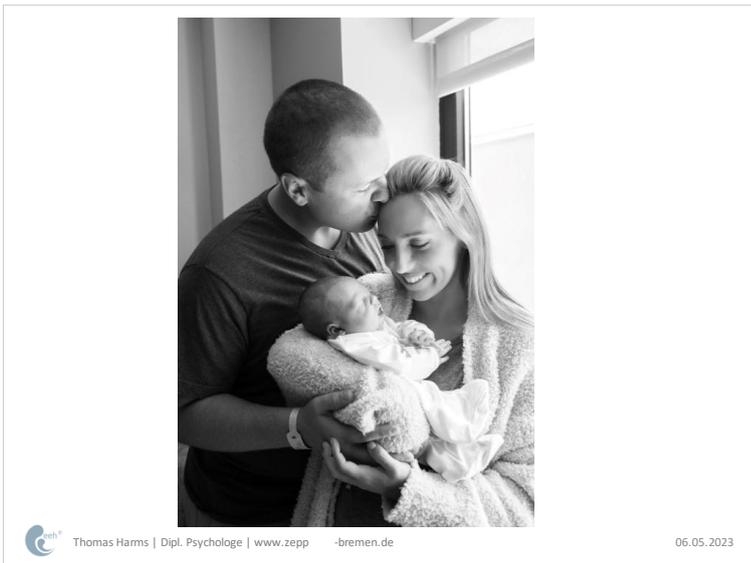
There is no such thing as a Baby (D.W. Winnicott)



“Es gibt kein Baby” – Es gibt das Baby immer nur in der Beziehung. So besteht eine sehr starke bio-psycho-soziale Abhängigkeit.



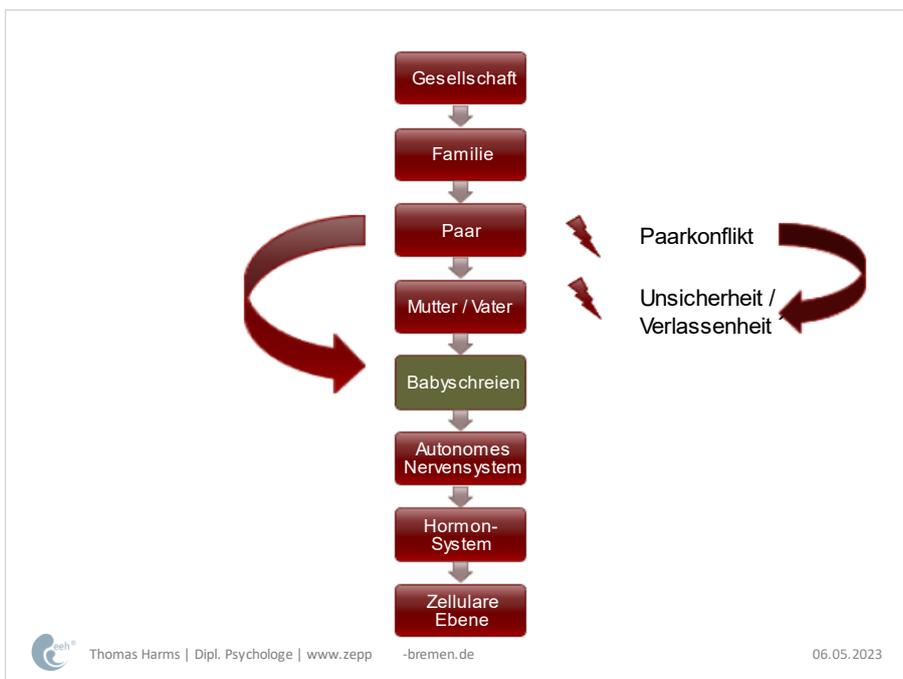
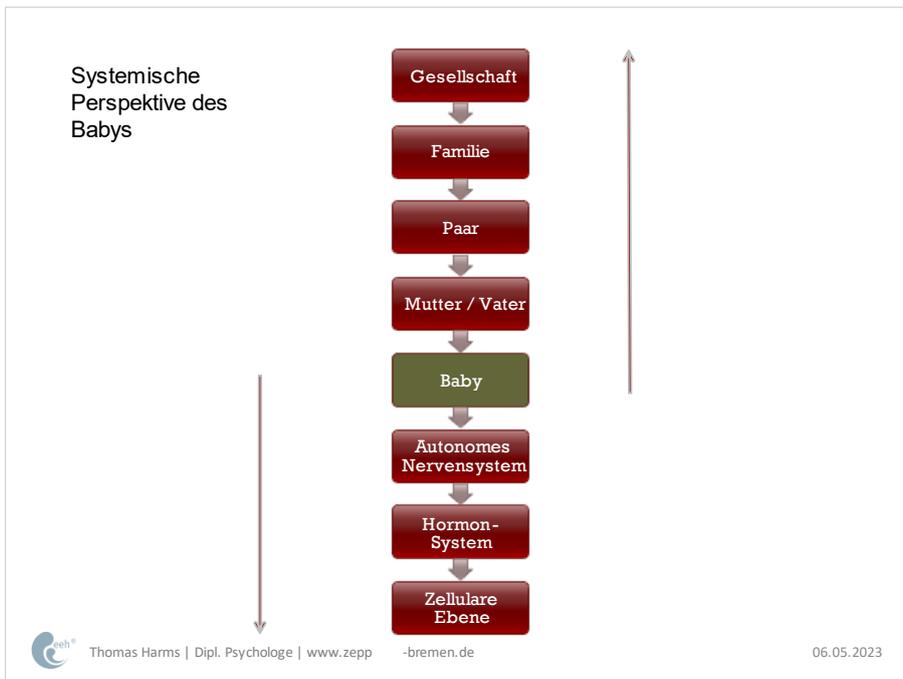
1. „Schale“ um das Baby → die Mutter



2. „Schale“ um diese beiden -> Liebesbeziehung rund um das Baby
 Wenn das Paar in Konflikt ist und eine hohe Dissonanz besteht, dann verhindert dies, die volle Verfügbarkeit der Eltern und kann Schreien auslösen.



Nächste „Schale“: Geschwisterkinder. Manchmal ist es so, dass das Kind, kaum, dass es seinen Platz erobert hat, schon das nächste kommt. Bei 3 Kindern muss die Aufmerksamkeit auf 3 verteilt werden.
 Wenn zB ein Elternteil beruflich viel unterwegs ist, ist der zweite – oft die Mutter – mit den 3 Kindern allein.
 Was wenn zB ein Kind eine traumatische Geburt hatte und unruhig ist, das Kind danach muss dann ein „Sonnenschein-Kind“ sein und das 3. findet keine Rolle und keinen Platz. „Ich falle hier durch alle Netze“.
 Eine andere Herausforderung wäre, wenn die Mutter zB eine sehr schwierige Situation mit ihrer Familie hat. → Fazit: Diese Themen sind alle systemisch eingebettet.



„Schale“ Familie: Was, wenn die Kernfamilie der Mutter mit dem Vater nicht einverstanden ist?

Schale „Gesellschaft“: Was bedeutet es, wenn ein Elternteil alleinerziehend ist? Oder studierend und alleinerziehend → Armutsrisiko Familie.

Wie bindungsorientiert ist unsere Gesellschaft – was erwarten wir?

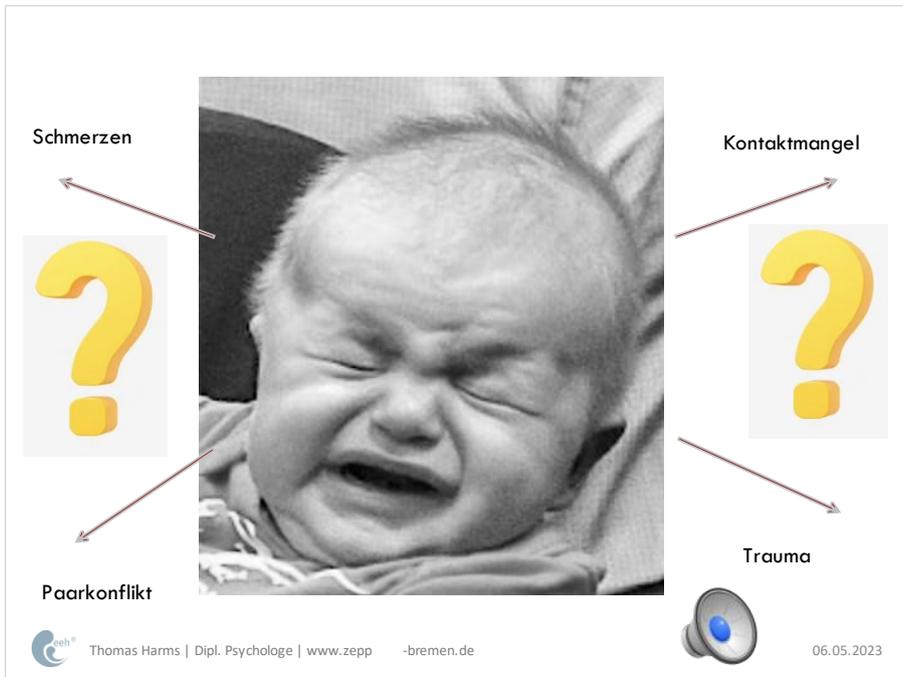
Eltern sollen sich schnell von ihrem Kind trennen und möglichst schnell auf den Arbeitsmarkt zurück gehen, als wäre es egal, dass in den Betreuungseinrichtungen oft nicht die Feinfühligkeit gegeben ist, die junge Kinder benötigen. Wenn kleine Kinder lange Zeit in „fremden“ Systemen untergebracht sind, 9 Kinder von einer Erzieherin betreut werden müssen → Wir produzieren derzeit auf Kosten der Kinder ein gesellschaftliches Massenproblem.

Mutter/Vater → Baby

Wenn das Kind zu den Eltern keinen Kontakt findet, macht das im Baby Kontraktionen.

Wenn wir hier zB einen Paarkonflikt haben. ZB Vater, der nie richtig „ja“ sagt und nie richtig „nein“ → im Kind entsteht ein Gefühl von nicht gehalten zu sein, keine Erdung zu haben. Das macht eine Aktivierung. Das Babyschreien kann auch daraus resultieren, dass es diesen Verfügbarkeitsmangel ausdrückt.

Babyschreien

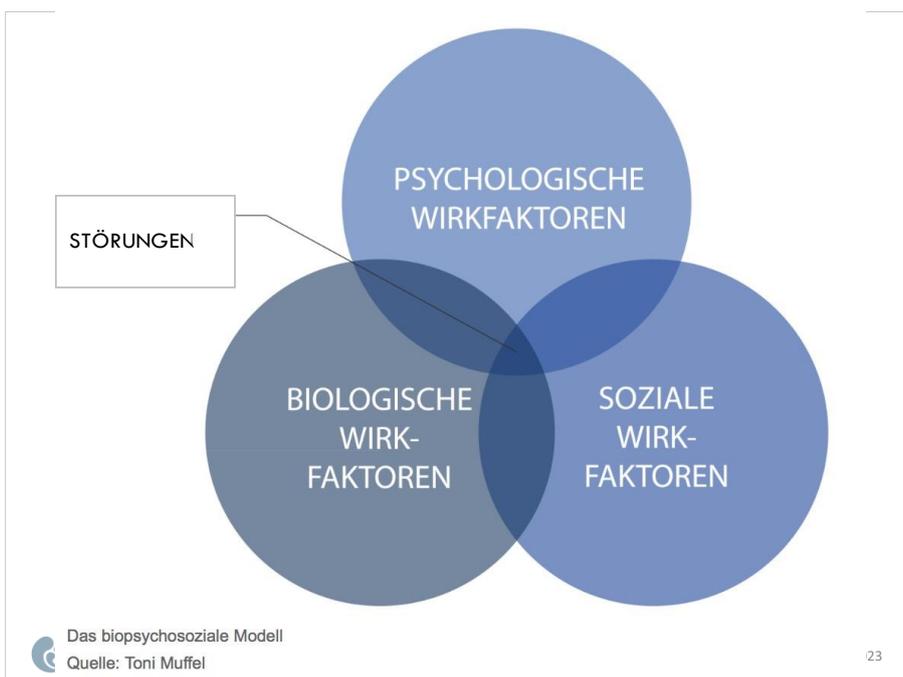


Die Frage ist:

Ist es eine Erkrankung/Schmerzen, wie bei einer Ohrenentzündung oder ein Kontaktmangel

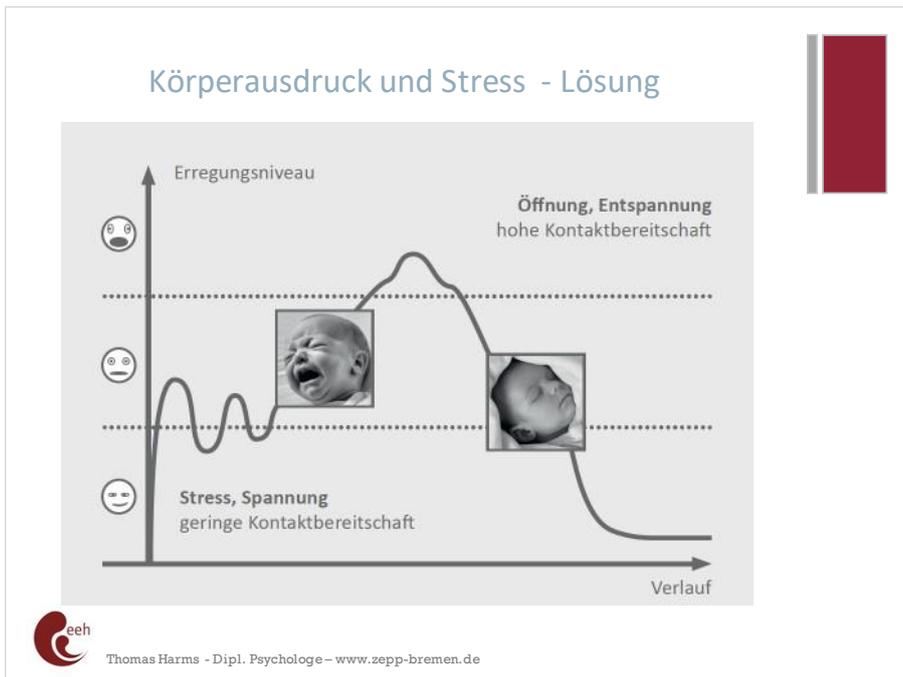
→ aus einer unverarbeiteten Geburtserfahrung

→ aus einem Paarkonflikt



Störfaktor = Weinen

Woher kommt die Störung. Habe ich Beziehungsstress mit meinem Partner? Verschlägt mir das den Atem? Oder bin ich so sehr mit meinen Eltern im Kampf, damit diese meinen Partner akzeptieren.



Blickvermeidung

Das Kind schreit nicht in der Entspannung oder Öffnung. Schreien ist ein Notsignal. Beispielsweise weil das Kind einfach neben Home-Office und Konflikten während der Pandemie, wo der Kopf der Eltern voll ist, zu wenig Kontakt bekommt. Es gerät in Not, in Stress.

Allerdings ziehen sich Babys und Kinder häufig auch zurück, wenn „nichts zu holen ist“: „Ich schreie nicht immer weiter, wenn ich „in der Wüste bin“. Wenn dann Kontakt da ist, zB in der Beratungssituation, kann die Wucht des Ausdrucks stark sein. Bis er einen Höhepunkt erreicht – danach folgt Entspannung und Öffnung, Ruhe. Das wird möglich, sobald der Spannungsangereicherte Raum verlassen wird.

Stress & Spannung wird immer größer, Kontaktbereitschaft sinkt.

Nach der Überwältigung, nach dem bodenlosen Schreien kommt die Öffnung; Entspannung.

Ein gut reguliertes Kind schreit langsam immer mehr, wenn es keine Antwort findet.

Ein gut reguliertes Kind schreit nicht sofort von 0 auf 1000.

Formen des Babyweinens:

Schreien → Kind fällt aus der Mittellage raus

„Jetzt kann ich das nicht mehr anders kommunikativ lösen, jetzt muss ich schreien“

Schreien ist also ebenfalls Kommunikation, bei gut regulierten Kindern „die letzte Maßnahme“

Formen des Babyschreiens



Thomas Harms // Dipl. Psychologe // www.zepp-bremen.de

06.05.2023

In der Beratung die Eltern fragen: „Wie schreit das Kind?“

Ist das eine langsame Steigerung oder geht es von 0 auf 1000.

1.) **Bedürfnisweinen** (Hunger, Durst, Nähe, Wärme/Kälte, Windel voll,)

2.) **Erinnerungsschreien** → besserer Begriff **„Dysreguliertes Weinen**. Das Kind muss nicht immer „etwas erzählen“. Es ist ein hochgespanntes, explosives System.

Begriff „Erinnerungsschreien“ → Es ist eine Art Melodie in dem Schreien, die uns mehr erzählt, als „Ich war wochenlang im Inkubator“

Das Kind schreit, als ob es um Leben und Tod ginge. Das hat nichts mit „Hunger“ (Bedürfnis) zu tun. Wird zwar manchmal ausgelöst durch Hunger oder zu schnellen Kontakt.

→ die aktuelle Störung der Beziehung triggert, was im Kind steckt.

Verbindung von „Hier & Jetzt“ zu „Dort & Da“

Dysreguliertes Weinen:

- Gestresste Eltern sind viel zu schnell unterwegs. Tempo ist auch dysfunktional beim Bedürfnisweinen.
- Schreien löst Spannung im Körper auf
Im dysregulierten Weinen haben wir diese Entspannung nicht.
Zittrige hochgespannte Kinder → siehe Folie Erregungskurve.
- Das gesamte System ist nach oben geschoben
Deshalb ist das Schreien so existentiell und „macht Eltern fertig“.
Das Kind kommt nicht mehr runter.

3.) **Resonanzweinen** = Ansteckungsweinen

- Kind spürt Angst und Unsicherheit der Bezugspersonen und wird davon angesteckt
- Ungelebte und unbewusste Selbstanteile der Erwachsenen werden von den Kindern „aufgespürt“, wie zB Angst, die ich nicht haben will.
- Kind nimmt die Erregung wahr
- Das Selbstkonzept ist mit im Raum. Eltern machen „auf gut Wetter“, aber innen drinnen brodeln es. Das Kind spürt das und schreit.

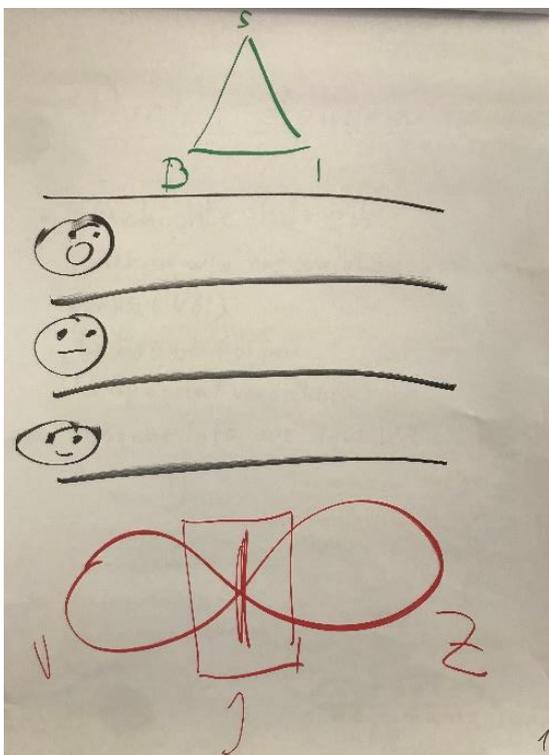
- Kinder, die „reguliert schreien“, spüren auch, dass die Eltern aufgeregt sind und nehmen die Verunsicherung im Raum auf und „weint die ganze Geschichte raus“.
- Hat das Kind jedoch selbst traumatische Erfahrungen gemacht, wird dieses Weinen heftig.
- Am Beginn der Beratungsarbeit verstehen Eltern oft nicht, in welchem Kontext das zu sehen ist. Sie sagen: „Mein Kind schreit. Ja, aber das hat nichts mit mir zu tun.“
→ deshalb müssen wir vorsichtig in der Elternberatung vorgehen

Zwei Formen des Babyschreiens



Bedürfnisschreien	Erinnerungsschreien
<ul style="list-style-type: none"> ■ Langsame Erregungssteigerung ■ Blickkontakt vorhanden ■ Entspannung möglich ■ Ganzkörperlich ■ Schreien ist verstehbar ■ Schreien ist durch Angebote modulierbar ■ Baby erwartet Spiegelung und Anerkennung 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Abrupter Beginn ■ Blickvermeidung ■ Extreme Verspannung/ Versteifung ■ Segmentale Zersplitterung ■ Schreien hat existenzielle Qualität ■ Schreien ist isoliert und unverbunden ■ Baby erwartet Bezeugung und Beistand

 Thomas Harms | Dipl. Psychologe | www.zepp -bremen.de 06.05.2023



Die Person ist mit dem Weinen des Kindes konfrontiert. Das Kind kann die ganze Wucht mitteilen.

Wir brauchen jemanden, der für das Kind im Ausdruck da sein kann.

Frage an den Elternteil:

„Wo beginnt es für dich schwierig zu werden, wenn dein Kind weint?“

Wo steigst du aus und glaubst, dass du nicht mehr weiterweißt?“

Mögliche Antwort: „Immer, wenn mein Kind schreit, bin ich im Flashback im Kreißsaal“.

Wenn das Kind in den Ausdrucksprozess geht, ist die Mutter so in Kontraktion und Stress, dass der Bindungsfaden zwischen ihr und dem Kind reißt.

Die Idee: „Dies und das zu tun, damit es wieder gut ist“, funktioniert nicht mehr beim dysregulierten Weinen. Das

System fließt über. Es ist zu schwierig für die Eltern zu verstehen, was passiert und was das Kind „sagen will“. Alles, was die Eltern dem Kind anbieten, hilft nicht. → Schwächungsspirale.

Frage von TN:

Was tun wir, wenn die Mutter selbst viel weint?

→ Dem Raum geben mit dem Wissen, dass dieses Weinen nicht per se immer „gut“ ist. Steht dahinter zB eine Depression, ist das Kind völlig unbetreut. Dann wäre es nicht gut. Anders sind diese passageren Weintage (Babyblues). Auch kann eine leichte PPD mit Methoden der EEH begleitet werden.

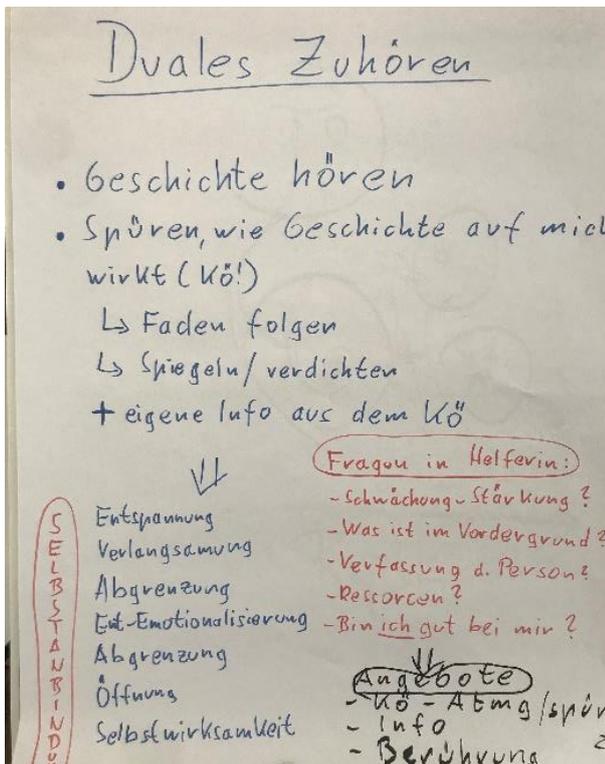
Babyschreien → Stress-Reaktion der Eltern

Eltern fühlen sich durch das Weinen schlecht, wie mit dem Rücken zur Wand (wenig Kontakt, Kind schlecht positioniert im Arm). Angst und Bedrohungsgefühle kommen auf und die Eltern machen nun alles, um sich nicht so zu fühlen.

Angst- und Bedrohungssystem – die Mutter macht alles, um das nicht fühlen zu müssen:



Immer wenn das Kind weint:



V1: stehe ich auf

V2: gehe ich im Raum herum

V3: nehme ich es in eine aufrechte Position

V4: bekomme ich den Schnuller

V5: singe ich, gehe herum, wippe, setze mich auf den Pezzi-Ball, tanze im Raum

V6: Stille ich

V7: stille ich und gehe dann herum

V8: stille ich und schalte die Waschmaschine ein

V9: verwenden wir die elektrische Federwiege

V10:...

Warum machen das Eltern?

Diese vielen Angebote haben nur einen einzigen Zweck: Sie sollen die Stress-Erregung absorbieren.

1. Reduktion des Ausdrucks, also des Schreien des Kindes
2. Reduktion der negativen Affekte

Die Angebote reduzieren die Unlustgefühle und stimulieren das Kind.

Das Kind wird so sehr von den Eltern beschäftigt, ohne eine tiefe Wahrnehmung davon zu haben, was stimmt grade nicht.

Teilweise „zwingen“ Eltern Kinder zu Saugaktivitäten. Kinder nehmen das an, weil es Einfluss hat auf die parasympathische Reaktion.

Metapher mit Brand in der Küche zur Verdeutlichung:

Es qualmt und es kommt Sorge auf. Draußen stehen Leute mit einer Musikkapelle, werfen Steine aufs Fenster um zum Rauskommen und dabei sein, einzuladen. Die Person geht los, macht mit...

Das lenkt ab und es kommt richtig gute Laune auf.

Wird es etwas ruhiger, bemerkt man den zunehmenden Qualm und Rauch – irgendetwas ist da los, stimmt da nicht. Es gibt eine Störung tief hinten im Haus.

So ist das, was im Kind passiert. Die emotionale Verzweiflung nimmt zu und gleichzeitig verknüpft das Kind das Unlusterleben mit externer Stimulation.

Das Kind erlebt: Affekt wird nicht aufgenommen. Er wird zurückgedrängt.

Stimulation macht mich ruhiger, aber auch abhängig. „Ich brauche die Stimulation, damit ich nicht in diese heftige Emotion komme“. Dieses Beruhigungsschema ist es mit dem wir in Kontakt kommen. Die vielen Verhaltensweisen der Eltern sind eine Art Überlebenssystem. Was wir deshalb in der Beratung nicht machen dürfen, ist zu sagen: „Setz dich mal hin und beruhige dich“, denn sobald sich die Mutter dann hinsetzt, ist sie destabilisiert.

So lange sie keine Alternative bekommt, dürfen wir ihr diese Strategien nicht nehmen. Sie braucht vorher ein anderes Sicherungssystem:

→ Sicherheitsstation

→ Selbstanbindung

→ Bauchatmung

Frage von TN:

Was machen wir mit älteren Kindern?

→ Wenn es große („ausgewachsene“) Themen sind, bleiben diese und die Kinder brauchen oft mehr.

Es wirkt sich auch positiv auf ältere Kinder aus, wenn Eltern mehr über das Babyweinen wissen und verstehen. Die Begleitperson soll motiviert werden. „Musst halt mal weinen - Ich gebe Dir Beistand. Ist nicht schlimm. Ich bin bei Dir. Ich nehme es Dir nicht ab. Ich begleite Dich. Wenn Du weinen musst, weinst Du“.

→Haltungswechsel

Schreien hat Appellcharakter. Den soll es auch haben. Schreien löst Hilfeimpulse aus. Bei Dysreguliertem Schreien dringen die Angebote (V1,...) nicht mehr durch. Das Kind kommt dabei in eine andere „Umlaufbahn“. Es schreit und kommt nicht runter. → Regulationsstörung.

Dh. es kommt von der Spannung nicht mehr in eine Entspannung.

Vorgangsweise in der Beratung:

Exploration des Verhaltens der Mutter/des Elternteils.

→Verhaltensexploration, um das Dilemma zu erarbeiten. Das Dilemma für die Eltern ist, sie müssen etwas tun. Tun sie nichts, schreit das Kind. Natürlich wollen Eltern nicht die ganze Zeit etwas tun müssen, um ihr Kind „bei Laune zu halten. Überdruß entsteht. Eltern tun somit etwas von dem sie wissen oder ahnen, dass es „Blödsinn“ ist und nicht hilft. → „Dilemma“.

Demonstration mit Burgi:

Burgi in der Rolle einer Mutter setzt Ablenkungs- und Beruhigungs-Strategien (vgl. Metapher mit Musik-Kapelle vor der Türe).

Die Sitzung startet weniger damit, was das Schreien bedeutet, sondern, welche Strategien Eltern haben/welche Strategien sie anwenden. Das zeigt sich auch während der Sitzung im Raum.

Paraphrasieren & Spiegeln

Spiegeln des nonverbalen Verhaltens der Mutter. Die Mutter erzählt mehr mit dem Körper als mit Worten. Kind „spricht“ auch mit.

Hintergrund der Demo-Situation:

Junge Mutter mit 10 Wochen altem Baby (Lea), ruppiger Start, ist nicht so gelaufen, wie sich die Mutter das vorgestellt hat.

Beim Gespräch wird die Mutter sofort unruhig und es zeigt sich unmittelbar, was die Mutter alles macht.

Burgi als Mutter erzählt von Lea und dass sie sich ständig bewegen muss, weil Lea sehr unruhig ist.

Burgi: Wenn ich sitze, weint sie und...

Th: Du läufst rum...

B: Ich glaube es ist der Bauch. Fliegergriff hilft

Th: Spiegelt: „Die Bauchschmerzen“

B: Wärmekissen hilft, Federwiege. Wie haben vieles probiert

Th: Jetzt wird sie wieder ruhig

B: Es ist schwer, weil man fast nichts tun kann.

Th: Spiegelt: ist schwer für Dich. Du machst so vieles und dann hilft es nicht richtig

B: Sie hat die Augen zu

Th: Du weißt einfach nicht....

B: Kann auch der Bauch sein

Th: Das ist was übrigbleibt. Du kannst immer etwas tun

B: So ruhig sitzen gibt es bei uns nicht.

Th: Du machst einfach, was Du sonst auch machst

B steht auf, redet mit dem Baby, schaukelt es

Th: Du schaukelst sie im Fliegergriff und wenn es toller wird, stehst Du auf

B: Mein Mann macht es so wie Kniebeugen

Th: Dieses schnelle auf- und ab Bewegen

B: Vielleicht ist es auch etwas anderes

Th: Ihr müsst immer in Bewegung sein

B: Wir haben alles probiert, auf und ab, Tropfen,....

ENDE

Thomas erklärt die Demonstration. Da war ganz schön Aufregung im System. In der Beratung spielt sich das gesprochene Wort und das Verhalten der Mutter ab, die Abfolge unterschiedlicher Strategien, aufstehen, wippen, hinsetzen, stillen,...

Zirkuläre Dinge

Verhaltensabgleich

1. Was sie sagt
2. Spiegeln was wir sichtbar an Körpersprache, Verhaltensweisen gezeigt bekommen: „Jetzt stehst Du auf, jetzt gehst Du herum,...“ Benennen was ich höre und sehe.
3. Kreislauf explorieren, um die Überlebensstrategien der Eltern zu verstehen
Haltung: „Ah ja, so machst Du das“.
4. Auditive Stimulation (Musik, Stimme, App (weißes Rauschen)
Geräusche haben eine leicht sedierende Wirkung – es muss AN sein – Babys habituieren rasch und brauchen ständige neue Reize, weil der alte Reiz nicht mehr wirksam genug ist.

Wichtig zu verstehen. Wie macht das da Mutter. Und warum. Beweggründe erzählen lassen.

Th: Ah ja, und so ist es zu Hause auch

B: Danach machen wir Wachablöse

Th: Ok, Ah, ja.

Wichtigste Frage für Eltern:

Warum bin ich bereit, all das zu machen, wenn es nur bedingt hilft? Affekt ist nur aufgeschoben

Warum ist das für die Eltern so wichtig?

- Wenn das Kind schreit, ist es ein Thema für das Kind
- Wenn das Kind so schreit, erinnert mich das als ich allein und weinen wollte
- Ich wurde aggressiv
- Ist es von 0 auf 1000

Übung in Kleingruppen

Aufgabe: Triaden in Kleingruppe.

Verhaltensexploration durch diese Art von Spiegeln. Zirkulär spiegeln. Es geht nicht darum, dass eine dauerhafte Lösung dabei entsteht.

Wichtig: Spiegeln voller Wertschätzung. Das ist das Beste, was die Mutter grade hat und macht. Das ist ihr Haltesystem. Ohne diesem ist es überwältigend und bodenlos.

Übungsanleitung: 8-10 Wochen altes Kind. Es geht darum, dass wir als Begleiter*in erleben, wie schwierig es ist, nicht unruhig zu werden im Kontakt mit der Mutter und dem Kind.

→ Spiegeln und verdichten. Immer wieder Pausen machen. Reflektieren was hilfreich war..

Austauschrunde nach der Übung

- Spiegeln hat sehr gut geklappt, sehr mit der Story mitgegangen, aber zu wenig wahrgenommen, was im Inneren vor sich gegangen ist
→ Th: *Wichtig ist es in 2 Strängen zu agieren:*
 - *Nachvollzug der Geschichte*
 - *Nachvollzug von dem, was sich hier und jetzt vor unseren Augen zeigt*
 - *Beispiel: Die Mutter möchte etwas erzählen und in der Art und Weise, wie sie spricht ist viel Energie und Tempo. Die Mutter ist erregt. Das Kind ist erregt. Die Mutter möchte die Geschichte unbedingt loswerden. Sie hat einen Druck.*
Th: Ich sehe, die Kleine wird jetzt ein bißchen unruhig.
es geht weiter....
Th: Sie sagen grade, dass...

- *Th: Die Kleine wird jetzt wieder unruhig nimmt den Schnuller raus...*
 - *Beide Stränge wahrnehmen. Die Mutter erzählt etwas und macht etwas.*
- **Anderes Beispiel:**

Klientin wird so beunruhigt, dass ich mit dem Spiegeln nicht nachkomme. Ich merke zwar, was wichtig ist. Dass es dann so bindingslos ist, wenn sie so hyperaktiviert ist. Die Rückkopplung verlangsamt die Mutter nicht.

→ *Th: Wenn das nicht gelingt, die Beschleunigung direkt ansprechen und früher von der Infoebene auf die Körperebene wechseln.*

Th: Ich sehe Sie sind ganz aufgeregt

Mu: Ja, das bin ich. Ich hab ganz den Faden verloren...

 - *Wenn es so beunruhigend ist, kommt man mit der Übersetzungsarbeit nicht mehr weiter. Auch wenn die Person sehr ängstlich ist, müsste ich Co-Regulation anbieten.*
 - *Trotzdem sehen, was läuft.*

Dilemma: Ich müsste es am Abend weglegen, aber ich will es nicht weglegen.
 - *Und hinterfragen: Was wäre so schlimm, wenn dein Baby weint? Du hast für alles gesorgt, was problematisch sein könnte.*
 - *Gefühl: Ich tu meinem Kind etwas an*
 - *Ich könnte es meinem Kind abnehmen*
 - *Frage: Möchtest Du immer so weiter machen?*

Mu: Nein

Th: Das ist doof, denn dann müsste sie ja weinen.

Mu: Das kann ich mir nicht vorstellen
 - *In dieser Logik geht es nicht weiter*
 - *Eltern müssen sich von dieser Dynamik lösen. Das ist ihr Kontrollsystem.*

Th: Darf ich Dir etwas vorstellen? Ich zeige Dir etwas, wie Du Dein Kind gut und sicher begleiten könntest: Und zwar zu akzeptieren, was am „Beipackzettel“ steht: Kind zeigt Gefühle → Und Du kannst an der Seite Deines Kindes sein.

Es könnte sein, Du kannst es Deinem Kind nicht abnehmen. Du kannst dabei sein. Diese Wucht, die Reaktion.
 - *Wir müssen es ein bisschen ad absurdum führen, damit Eltern etwas verändern wollen.*

Mu: Dass heißt dann, dass ich das nicht mehr machen soll?

Th: Ja

Mu: Dass heißt dann, dass sie schreit?

Th: Ja

Mu: Und du zeigst mir, was ich tun kann?

Th: Ja

Mu: Das ist doch total doof, was ich mache?

Th: Ja, aber ich verstehe das.
 - *Um die Eltern so weit zu bringen braucht es Neugierde.*

2. Tag

Einstimmungsübung

Zu zweit zusammengehen

Eine Person klopft am Rücken die andere Person ab

Musik „Gayle – abcdefu“ <https://www.youtube.com/watch?v=NaFd8ucHLuo>

Danach von oben nach unten, schön zart und langsam ausstreichen, „Flimmerhärchen abstreichen“

Musik „Enya – Only Time“ https://www.youtube.com/watch?v=7wfYIMyS_dl

Kleine Feedbackrunde zur Übung zwischendurch

Gib Mitteilung, wo Du geklopft werden willst

Person, die klopft geht langsam vom Kopf über den Oberkörper nach unten

Musik „Ed Sheeran – Bad habits“ <https://www.youtube.com/watch?v=orJSJGHjBLI>

TN klopfen im Takt ab – danach wieder ultrazart wie ein Flaum

Musik „Anna Ternheim – The longer the waiting“ <https://www.youtube.com/watch?v=afjRIFjsPJI>

Ev das Gesicht dazu nehmen

Dann nenne 2 Stellen, wo du die Hände abgelegt haben möchtest

Langsam Kontakte wieder lösen

Kurzes wechselseitiges Feedback, wie es nach der Übung so ist

„Wasserstandsrunde“ im Plenum

- Die Übung war gut – sie freut sich auf den Tag
- Gut angekommen im Körper, präsent
- Hat den Start sehr genossen, fühlt sich wohl, zusätzlich ein bisschen Musik in den Pausen wäre schön
- Ist gestern früh schlafen gegangen, fühlt sich wohl, geht ihr gut
- Fühlt sich wohl, schöne Übung, freut sich auf die Inhalte
- Ist gut da, freut sich auf heute
- Geht ihr sehr gut, ist angekommen und fühlt sich wohl, Qualität der Ausbildung ist sehr hoch, toller Referent, tolles Gruppengefüge
- Geht es gut, allein schlafen war ist ungewohnt, Übung war sehr angenehm, hat Rückenschmerzen – Übung hat geholfen
- Hat gut geschlafen, Übung war sehr entspannend, Musik macht etwas, ist neugierig was heute kommt
- Gut angekommen, Schlafqualität war gut, Übung war sehr angenehm, fühlt sich etwas gestresst, weil die Nase läuft, hat bei der Übung gestört, wollte Kolleg*in nicht rausbringen

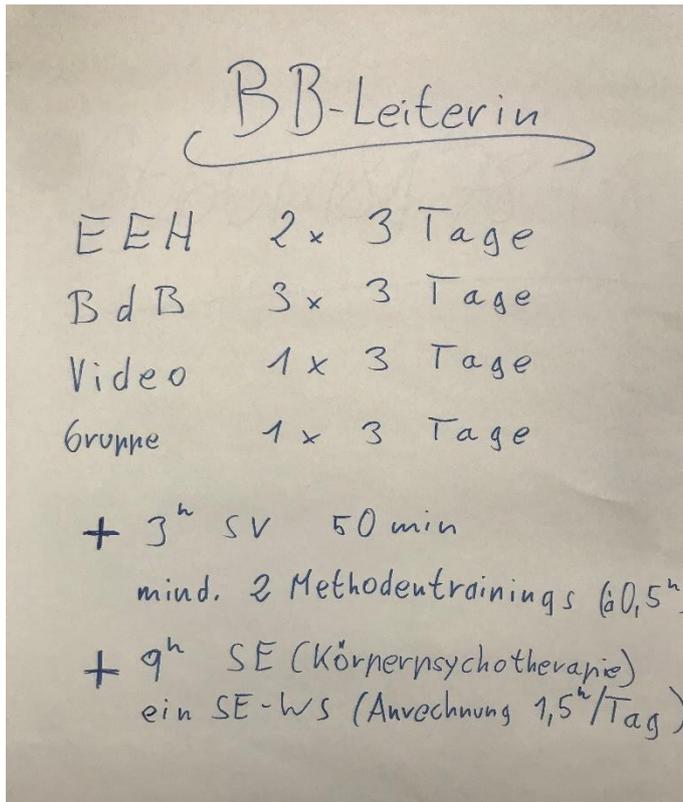
TH: Wichtig in den Übungen und Berührungen auf sich zu schauen. Manchmal schläft zB auch ein Arm ein in einer Halteposition. Einfach benennen: „Warte mal, mein Arm schläft grad ein – dann Position wechseln und weiter machen, ist besser, als mit den Gedanken rund um das Problem zu kreisen. So könnte sie das ankündigen, ihre Nase putzen und dann weitermachen. Wenn man es gut „moderiert“, ist das gar kein Problem – im Gegenteil es ist für Bindungsprozesse sehr wichtig. Einbindung vor Störung.

- Es geht ihr sehr gut – arbeitsmäßig ist grad sehr viel los, es ist gut hier einen Ort zu haben, wo sie Fragen stellen kann. In ihrer Psychotherapie-Ausbildung geht es mehr um Erwachsene. Sie hat Fragen – die Antworten sind wichtig. Sessions bringen sehr viel und wirken lange nach.

TH: Das Thema muss „reintrutschen“ und integriert werden. Es sieht manchmal einfach aus, ist aber komplex.

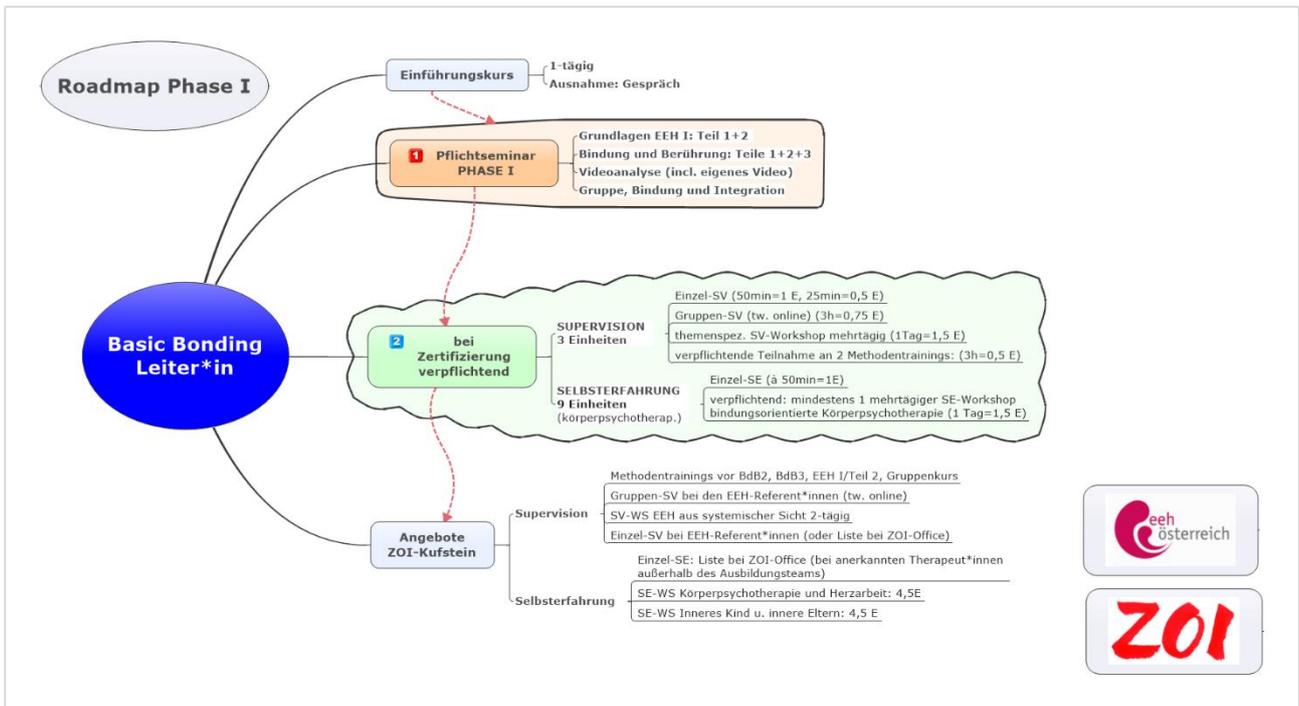
- Hatte Party daheim bis 3 Uhr Früh, hatte dadurch weniger Schlaf, Übung hat sehr gut getan zum Ankommen.
- TH: Hatte einen guten Abend
- Burgi: Geht es gut
- Martina: Gut da und ausgeschlafen

Burgi erklärt die Struktur der Ausbildung zur*zum Basic Bonding Leiter*in:

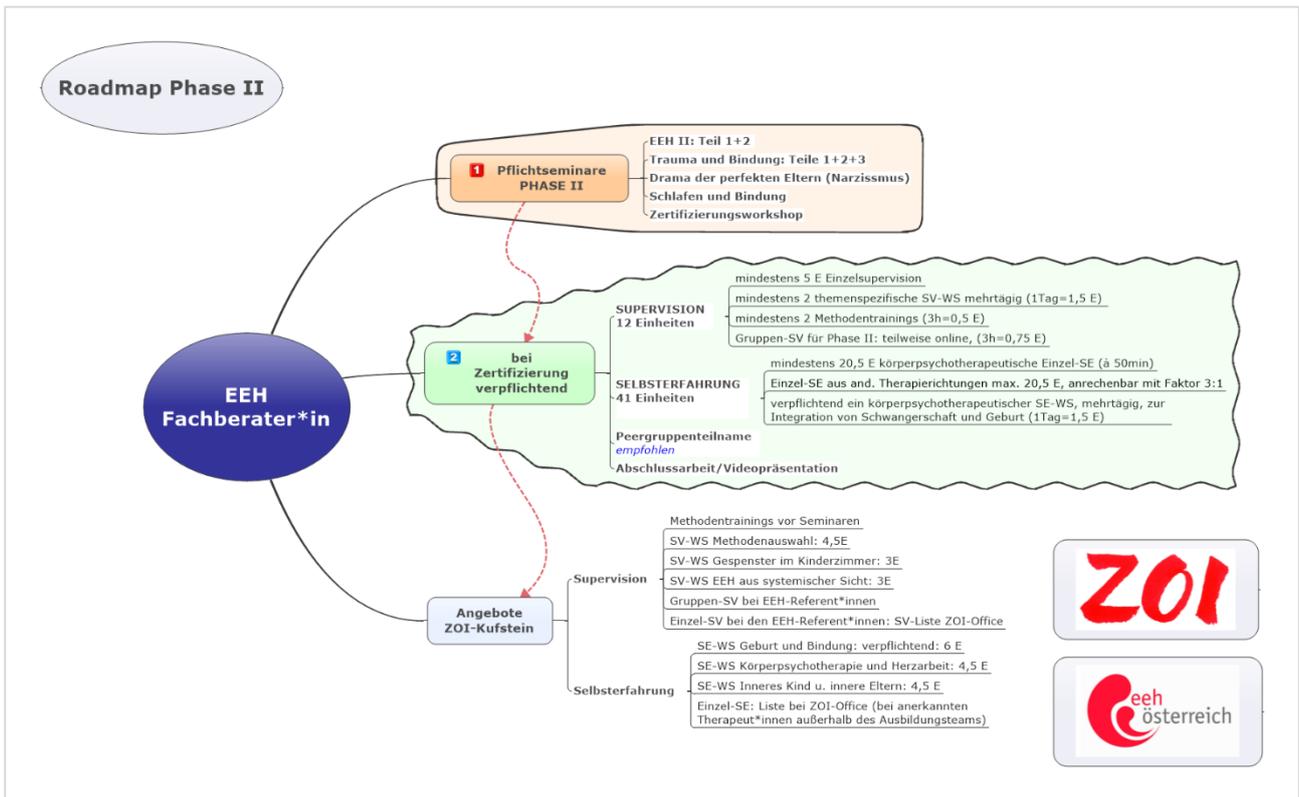


Video-Kurs: Blickschulung. Wie sieht das aus, wenn Stress aufkommt. Was geht mir dabei durch den Kopf?

Gruppenkurs: Info, wie Kurse angeboten werden können, was sind Störungen im Kurs und wie kann ich Schreiprozesse in einem Babymassagekurs einbinden/in der Gruppe begleiten.



Phase I, Basic Bonding Gruppenleiter*in ist Voraussetzung für die Phase II.



Phase II „EEH Fachberater*in“

Reaktionen des Säuglings auf die etablierte Selbstanbindung



Reaktion 1

- Primäre Parasympathikusreaktion
- Öffnungs- und Entspannungsreaktion

Reaktion 2

- Primäre Sympathikusreaktion
- Stressaktivierung & Ausdrucksprozess



Thomas Harms // Dipl. Psychologe // www.zepp -bremen.de

06.05.2023

Wenn wir ein Baby einladen, über die Bauchatmung einzusteigen und runterzukommen, kann das zu unterschiedlichen Reaktionen führen:



Verhaltensunsicher Mutter (Begleitende Person), erst Anspannung vom Kind – Begleitende Person wird unsicher und fängt an eine von den Verhaltens-Angeboten zu machen. V1: ZB Schnuller, Brust,... → es kann grad eher nicht sein, dass das Kind hungrig ist.

Dur das Angebot entspannt sich das Kind ein bißchen, lässt sich jedoch nicht richtig fallen. Kompensation macht keine tiefe Öffnung. Sobald die Mutter aufhört, baut sich sofort wieder Stress auf.

→ Neue Kompensation und wieder leichte Beruhigung. Danach geht der Stress wieder hoch

→ leicht ansteigende Kurve. Spannung steigt.

Am Vormittag geht es noch ganz gut – am Nachmittag wird die Situation schwieriger – am Abend geht es dann nicht mehr. Das geht schreit.

Frage an die Eltern: Was passiert, wenn die Eltern auf die Kompensation verzichten? Antwort: Das Kind schreit und schreit (Bedrohungserwartung der Eltern)

Hoch angespannten Zustand der Eltern in einen Sicherheitszustand verwandeln. → Das ist die Voraussetzung, damit Eltern überhaupt den Prozess ihres Kindes begleiten können.

Das Kind fordert das in gewisser Weise ein. Wäre folgende Bewegung mit dem Höhepunkt oben (grün), wenn die Eltern haltefähig sind.

Eltern müssen kognitiv wissen, worauf sie sich einlassen. Das ist anstrengend, sind eher im Resignieren: „Am Ende schreit es ja doch“. Alles ausprobiert.

Eltern brauchen Orientierung:

1. Wie sieht so eine Schreikurve aus?
2. Was müssen sie tun?
3. Vorbereitungen
 - a. Inhaltliche Vorbereitung - hier geht es darum, dass die Eltern die Idee der bindungsbasierten Schreibbegleitung, der Notwendigkeit der Selbstanbindung sowie den Verlauf des Babyschreiens erläutert bekommen. Hier kann die Schreikurven als Grundlage der elterlichen Psychoedukation genommen werden.
 - b. Emotionale Vorbereitung: Hier geht es darum, dass die Eltern das Konzept der Bauchatmung an sich selbst erproben. Gut ist dies mit einer Puppe oder direkt am Kind zu erfahren. Hier steht somit das Erleben der Techniken im Vordergrund.
 - c. Strukturelle Vorbereitung: hier geht es darum, dass wir den Eltern zeigen, wie sie die Schreibbegleitung vom Handling und der Positionierung durchführen müssen. Auch hier bietet sich an, dass wir das Begleitungssetting direkt am Puppenmodell erläutern.

Für Berater*innen:

- Wenn wir uns darauf einlassen, wenn es losgeht, ist es nicht so einfach wieder umzukehren. Wie bei einer Geburt. Wenn es los geht, geht es los. Wenn es einen Ausstieg braucht, dann ist das ein Notausstieg.
- Wenn wir mit Eltern in die Dynamik gehen, Eltern gut informieren und Zustimmung „abholen“. Vergleich mit Geburt oder Achterbahn, Rafting – sobald man vom Strom des Wassers reingezogen wird, kann man nichts mehr besprechen
- Während des Prozesses die Haltefähigkeit der Eltern erhalten
- Wichtig zu wissen: Eltern sind nicht entspannt – Begleiter*in auch nicht

Prozess führt zu einer Schreidynamik. Kinder starten aus einer Spannungslage mit hohem Tonus.

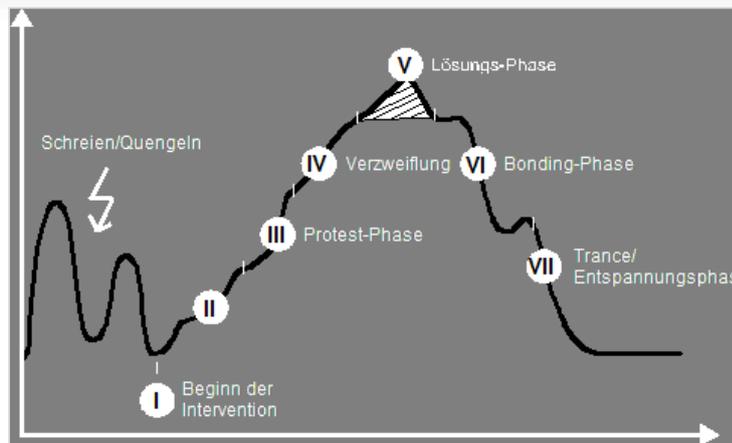
Erst gehen die Babys kurz mit in die Entspannung und gehen dann hoch. Die innere unintegrierte Erfahrung kommt hoch.

Entspannung und Öffnung

Beispiel Kind mit Trennungserfahrung nach der Geburt:

Geburtshilfliche Intervention bei der Mutter, danach Intensivmedizin, Kind abgenommen und auf die Kinderstation, Mutter und Kind 5-6 Stunden getrennt.

Phasen des lösenden Babyweinens



Geburtserfahrung sitzt dem Kind im Körper. Kind ist immer am Quengeln und Jammern, hält Körperkontakt nicht gut aus. Schreit viele Stunden am Tag. → Anstieg der Erregung.

Start: Wir setzen uns hin: „Magst Du Dich mal hinsetzen?“

Frage an die Mutter, wenn die Mutter gleich aufstehen und gehen wird.

- I) Wir öffnen den Raum. Wichtig zu wissen, wenn wir der Mutter V1 wegnehmen. Kann zu Kontrollverlust führen. Sie hat nichts mehr, was sie nun tun kann.
Eltern müssen wissen, was sie tun können, wenn ihr Kind so abgeht.
Erst sehen, was das Kind tun würde.
I = Intervention
- II) Spannung Erregung
Mehr Motorik, Füße fangen an zu stoßen, von moderat kommt das Kind in eine deutliche unleidliche Position, Quengeln schlägt in Weinen um
- III) Kind hat kumulative Erfahrungen gemacht, Entwicklungsverletzungen, zB bei der Geburt, die nach Ausdruck drängen. Anspannung und Kontraktion
 - In Phase III wird das Kind sehr unleidlich. Verbindung zu Theo: Er war in einer Erinnerung drinnen.
 - Stark protestierendes Weinen – Wellenartig, Überstreckung, Kind schiebt sich aus dem Feld der Begleitung raus, kämpferische Haltung, klingt wütend.
 - Beschwerend: „Was tust Du mir an?!“ Hohes Erregungsniveau, aversiv
 - Eltern haben die Vorstellung: „Das sollte nicht passieren“ Vorstellung von Attachment Parenting Eltern: „Wenn mein Kind immer alles versorgt bekommt, muss es nicht weinen“.
 - Entgrenzungsdynamik. Oft sehr liebevolle Eltern, stillen bis zum... Tragen bis zum... Kind weint nicht, weil ein Bedürfnis nicht erfüllt ist,... Angebote mildern nur die Spitze
- IV) Spitze, extrem verzweifelt, ohnmächtiges Weinen, schrill
Wou – Wou – Wou- Wou....

- Schreien ist extrem bodenlos
- Kind geht aus dem Blickkontakt, Abschottung, totale Verzweiflung, nicht mehr in Verbindung
- Als ginge es um Leben und Tod
- Das Schreien geht Begleitenden durch und durch, ist extrem herausfordernd, triggert extrem.
- Diese Art des Schreiens hat eine Dynamik und Intensität – Kinder kommen in Kontakt mit innerer Dynamik und Erfahrungsraum. ZB. Bei der Geburt festgesteckt in einer Mutter, die bereits ausgestiegen, dissoziiert war.
- Kind war mutterseelen-allein
- Kind ist in diesem Moment wieder mutterseelen-allein. Di Mutter auch.
- Kind ist so überwältigt. Zustand der Überforderung und Bedrängnis. Beide Mutter und Kind sind nicht mehr verbunden.
- Diese Erfahrung hat folgende Folgen: Imprinting gräbt sich ins implizite Körpergedächtnis ein – dort wo der Faden reißt.
 - Schreibt sich in den Körper, zB Wehen, die sehr stark sind und es geht nichts weiter. Wie bei einer Verkantung, oder wenn die Nabelschnur umschlungen ist.
 - Man hört das an dem Schreien. Dieses Mutterseelen-Allein sein; diese Einsamkeit
- Manchmal sind das 1-2 Minuten. Manchmal länger, wo das Kind in dieser extremen Spitze ist.
- Ist ähnlich, wie diese Schwelle bei der Geburt in der Übergangsphase, wo das Kind sich dreht.
- Schreirhythmus geht vom sehr schrillen, existentiellen Schreien zu einem sehr pulshaften Schreien – es bekommt einen Rhythmus.

V) Erste kleine Öffnung

- Vom schrillen Schreien in das rhythmischere geht einem sofort unter die Haut und ins Herz – Klang wie bei einem Schwungrad: Whou – whou - whou
- Kinder sinken sofort ab, lassen sich fallen.
- In dieser Phase schwitzen die Kinder sehr – die Begleiter*in auch
- Starkes Erregungsniveau

VI) Kommen langsam runter, werden ruhiger

- Liegen im Arm der Eltern, haben die Augen geöffnet
- Phase Blickkontakt, Kind ist total angeschlossen
- Das prosoziale Nervensystem ist wieder angeschaltet.
- Bonding: Eltern erleben, dass das Kind in Herzensnähe mit ihnen erstmals Kontakt aufnimmt.

VII) Danach oft Power-Nap-Phase (Trancephase

- Baby schläft ganz tief in den Armen seiner Eltern

- Etwas ganz neues
- Wacht auf in Stille, machen Augen auf

Danach fordern die Kinder oft Körperkontakt, Nähe, wollen gestillt werden.

→ Idealtypischer Prozess.

Wenn Kinder in Phase III sind, kriegt man sie nicht mehr so recht „eingefangen“ – Notausstieg wären alle bekannten V1, V2, V3, V4,... und damit die Information an das Kind: „Wir hören auf“.

Eigentliche Schreidauer sind etwa 10-20 Minuten – gefühlt jedoch meist deutlich länger.

Wenn Eltern nicht haltefähig sind, bleiben Kinder in dieser Phase hängen. „Tanzen auf der Stelle“

Sollte diese Phase länger als eine halbe Stunde dauern, ist es wichtig abubrechen.

Veranschaulichung anhand von Videos nach der

Pause

Filmbeispiele:

Film 00001 Tiroler Mutter in einem Raum mit Holzvertäfelung. Demositzung im Rahmen einer Ausbildung.

Veranschaulichung von „Wie sieht der Prozess aus?“

Mutter erzählt ihre Geschichte, wie sie mit dem Baby in der Klinik war. Diagnose Nierenstau beim Kind. Ganztags-Untersuchung der Nieren, Kontrastmittel, Ultraschall, Blutabnahme. Alles war sehr aufregend – man musste das Kind festhalten, mehrmals stechen, um die Vene zu finden. Das Kind schrie heftig. Mutter wirkt sehr belastet, als sie erzählt.

Kind ist sehr unruhig nach der Untersuchung. Während der Sitzung ist das Kind 5 Wochen alt. 3-4 Wochen war es bei der Untersuchung. Die Mutter wurde während der Untersuchung ohnmächtig und durfte dann nicht mehr dabei sein. Diese Situation hat die Mutter „sehr unglücklich verarbeitet“: „Ich konnte nicht an der Seite meines Kindes sein“.

Kind musste regelmäßig in die Klinik. Kind war sehr auffällig nach der Untersuchung.

Während die Mutter erzählt, rührt sich das Kind, fängt an zu quengeln. Die Mutter wirkt total verunsichert, Kind wird lauter. Thomas bittet sie das zu tun, was sie sonst auch macht. Mutter nimmt das Kind auf den Arm und erzählt, dass es erst seit letztem Samstag wieder möglich sei, das Kind abzulegen. Auch das Trinken ging schlecht.

Das Kind sieht die Mutter an.

Thomas: *Verknüpfst Du die Unruhe mit dem, was da so gewesen ist?*

Kind fängt an zu pressen, raunzen, wird unruhiger, strampelt

Thomas: *Bewegt er sich viel?*

Mutter: *Er strampelt, Moro-Reflex, schwierig ihn wieder einzufangen*

Während sie spricht, wird das Kind noch flatteriger – sie nimmt ihn hoch in die Aufrechte, Kind weint jetzt sehr gepresst.

Beginn Phase II, Erregung geht hoch, vom Quengeln zum Schreien.

Thomas lässt sich zeigen, was die Mutter macht, wenn ihr Kind schreit:

Thomas: *Was würdest Du jetzt normalerweise tun?*
(Verhaltensanalyse: Wie würde das Weitergehen)

Mutter: *Ich würde erstmal gucken, ob er Hunger hat. Hab zwar vorhin gestillt...
Dann möchte ich laufen.*

Sie läuft

Info von Thomas an unsere Gruppe:

*Wenn die Mutter sehr haltlos wäre, würde Thomas mitlaufen. Sie wirkt aber sehr gefasst und autonom.
Wichtig ist, das Setting klarzumachen.*

Thomas: *Ist es OK, wenn ich sitzen bleibe?*

Sie läuft im Gruppenraum auf und ab

Sie: *Guck mal, da sind so viele Leute. Willst Du einen Schnuller*

Das Kind wird ruhiger

Thomas: *Da sehen wir, dass es funktioniert, das Kind runterzumodulieren.*

Sie: *Meistens ja*

Thomas bestätigt: *Bewegung, streicheln hilft, um ihn runterzuholen*

Die Mutter setzt sich von allein wieder hin. Das zeigt, dass sie gut sortiert ist. Kaum sitzt sie, quengelt das Kind wieder.

Phase II: Spannung steigt

Thomas: *Wenn keine Stimulation kommt, kommt die Unruhe*

Sie macht nun etwas paradoxes und legt das Kind auf die Decke. Vom Stress-Kontinuum ist das mehr Zumutung. Sitzen auf dem Pezzi-Ball oder Schaukeln hätte Thomas verstanden.

Sie hat einen Plan und erklärt: *Manchmal funktioniert es, wenn er sich bewegen kann.*

Das Kind quengelt gleich wieder, hustet, Mutter kommentiert es kurz. Kind quengelt weiter, wie ein Motor, der nicht anspringt.

Thomas fragt nach, Kind wird lauter, die Mutter nimmt es wieder hoch.

Thomas: *Sag, lass uns nochmal aufstehen.*

Info an die Gruppe:

Das Kind ist jetzt schon bereit. Würden wir das Kind fragen, würde es sofort in den Ausdruck gehen. So läuft es zu Hause. Das haben wir gesehen. Das Kind ist in einer Dauerspannung. Solange die Mutter nichts macht, ist es unruhig.

Die Mutter läuft wieder, Thomas läuft diesmal mit.

Skip

Nach dem Laufen setzt sich die Mutter hin und legt ihr Baby an. Das Kind trinkt und schläft dann ein.

Ab Minute 35 wird es wieder wach und kommt wieder in die Unruhe, weinerlicher Ausdruck, ist nicht gleich ein voller Ausdruck, allerdings ist das Kind gleich wieder in dem Zustand, wie vor dem Nap. Das ist dieses Zirkuläre und jetzt kommen wir an den Punkt mit dem Fragezeichen. Irgendwann muss ich als Begleiter*in einen Impuls geben, sonst guckt einfach nur jemand zu, wie es nicht gut und schön ist.

Mutter ist total damit beschäftigt gut für Ihr Kind da sein zu können. Hat Sorge wieder zu kollabieren. „Weil ich es einmal vergeigt habe, muss ich dafür sorgen, dass mein Kind nicht weint“.

Info von Thomas an die Gruppe:

Ich brauche die Erlaubnis. Solange ich diese nicht habe, kann ich nichts machen. Deshalb sieht er im Film noch eine Weile weiter zu.

Phase III

Tonisierte Stresszeichen des Babys.

Mutter hält ihn ganz sanft und unsicher – es geht alles in die Arme, er „zerfasert“ oben total.

Thomas erklärt und berührt das Kind – das hebt die Unruhe. Thomas war bis jetzt sehr vorsichtig, da das Kind nun aber gleich reagiert und „hoch geht“, muss Thomas es rasch erklären und es kommt etwas Eile auf.

Thomas: Er hat alles bekommen. Es ist kein Still- Schreien. Es kann sein, dass er, wenn es ruhig ist, in einen Innenkontakt kommt. Wir haben alles gemacht. Das kann auch kein Schlafschreien sein, keine Kälte,... Auch Schmerz kann ich nicht sehen.

Es kann sein, dass er diesen Ausdruck haben möchte. Es geht nicht darum, das dem Kind abzunehmen.

Wir können schauen, wo er hinwill. Wir schauen mal was passiert.

Es kann sein, wenn wir ihm den Raum geben...

Sie: Dann würde er wohl loslegen...

Thomas: Ja, das ist sehr wahrscheinlich.

Thomas geht mit der Mutter kurz die Schreikurve durch. Würde das Kind grad noch schlafen, könnte er es in Ruhe erklären. Jetzt aber ist die Zeit nicht und Thomas klärt nur schnell: „Kein No-Go?“

Nun hilft er der Mutter ihr Kind besser zu positionieren und seine Ärmchen unter den Achseln/Oberarmen der Mutter zu fixieren. Das Kind kennt diese Haltung aus der Zeit der Geburt. Bewegung geht nur in die Beine. Die Arme sind fixiert.

Thomas zeigt diese Positionierung/Stabilisierung an der Puppe:





Wenn Kinder eine starke Aversion haben gegen die Nähebindung. Hat viel mit den sensorischen Phasern zu tun. Bauchlage macht vegetative Stimulation.

Kind lernt, immer wenn ich angespannt bin, kommt Stimulation

Stille + Bauch- zu Bauchlage → ist Kontakt. Sofort geht die Post ab.

Viele Kinder werden reizoffen getragen (nach außen gerichtet).

Eltern sind „auf der Flucht“ und in ständiger „Hab-Acht-Haltung“

Wenn das Kind jedoch so gehalten wird, wie auf den Fotos und im Film, kommt der Schiebeimpuls aus den Beinen. Das ist geburtsassoziiert, gleichzeitig wird das Zwerchfell entlastet.

Das funktioniert jedoch nur, wenn die Eltern in guter Verfassung sind.

Die Hand von Thomas hilft und führt die Mutter.

Ermutigt das ruhig zu tun.

Frage wie fest ist der Halt. Das Kind spürt, da ist so eine Umarmung. Wenn das Kind in die Bewegung geht, spürt es, da ist so eine leichte Lenkung.

Positionierung der Mutter: Kissen unter die Arme und unter die Knie.

Im Film geht sofort nach der Lagerung der Mutter der Push in die Beine. Der Pfropf im Hals löst sich und das Kind schreit sehr laut.

Die Mutter bekommt die Aufgabe mit der Atmung zur Vorderseite des Kindes zu Atmen. Dadurch sieht die Mutter plötzlich komplett anders aus. Sie ist ganz konzentriert.

Thomas erklärt: *Du ziehst die Aufmerksamkeit ab und kommunizierst mit Deinem Kind über die Bauchatmung. Wie intrauterin über die Nabelschnur. So bleibst Du ansprechbar und kommunizierst mit Deinem Kind.*

Thomas spricht im Film noch von Wellen und war überzeugt, dass das Kind nochmal sehr in den Ausdruck gehen wird. Thomas hat eine seiner Hände am Rücken der Mutter. Die zweite auf ihrer Hand mit der sie ihr Baby hält.

Thomas: Das ist eine deutliche Veränderung. Er hat den Mund aufgemacht. Das Gepresste war weg. Es war doch ganz gut.

Sie lächelt.

Und sie merkt, sie kann dabeibleiben, ohne dass sie wegkippt.

Das Kind sinkt nun runter. Thomas macht kurz Körperarbeit mit dem Baby und merkt eine große Entspannung. Das Kind hat sich total abgegeben.

Die gesamte Sitzung hat bis jetzt 43 Minuten gedauert.

Thomas zeigt es im Beratungssetting manchmal direkt so, manchmal an der Puppe (Siehe Bilder oben) und manchmal auch ein Video oder er zeichnet für die Familien etwas auf, um zu erklären.

Die Bauchatmung ist hier ein Mittel Verbindung aufzunehmen.

Im Film war gut sichtbar. Das Kind hatte keinen Hunger – es brauchte kein Essen, es brauchte Halt.

Frage aus der Gruppe: Ob Thomas per Sie oder per Du ist?

Info von Thomas: Ganz unterschiedlich. Manchmal fragt Thomas auch nach, ob es passend ist. Wenn der Elternteil den Eindruck macht, dass es nicht passend ist, zB „Manager-Typ“, fragt Thomas nicht

Demositzung mit Sara. Das Wording ist wichtig.

[...]

Thomas: *Wir kriegen das nicht weggestellt, was das Kind bewegt*

Sara: *Mhm*

Thomas *Wenn Du mir erlaubst, gebe ich Dir die Hand auf eine Stelle, um Dich zu stabilisieren.*

Sara: *Bitte am Rücken*

Thomas: *Wo wäre genau die Stelle?*

Erklärt: Weil das Kind sehr klein ist, ev. auch in Wiegeposition halten

Sara: *Würdest Du mir auch zeigen, wie ich sie halte?*

Thomas: *Ja.*

Thomas erklärt Vorteil der aufrechten Position. *Was spürst Du?*

Sara: *Aufregung*

Thomas: *Stell Dir vor die kleine Maus wird unruhig und quengelt jetzt.*

Jetzt ist es Dein Job mit Deiner Atmung den Kontakt zu Deinem Kind herzustellen

Sara: *Ich konzentriere mich auf meinen Atem*

Thomas: *Die Atmung Hilft Dir immer wieder „Hallo“ zu sagen*

Sara: *Mhm*

Thomas *Wenn Du das machst, dann merkt Dein Kind das auch. In der Praxis liegt Dein Kind nicht so ruhig da. Du kannst darauf achten, die Verbindung immer weiter zu halten Du sprichst mit Deiner Bauchdecke. Dann gehst Du wieder zu meiner Hand am Rücken, also wieder zu Deiner Atmung. Wie ist es jetzt?*

Sara: *Jetzt ist es ruhig*

Thomas: Was geht Dir durch den Kopf?

Sara: *Ich frage mich, ob ich es schaffe, wenn sie dann wach ist*

Thomas ich erinnere Dich

Sara: *Dh ich kann mich auf Dich verlassen*

Thomas: *Ja und auf Dich*

→ Weiteren Verlauf einmal im Geiste durchdenken.

Thomas hat Infoblätter/Infoboxen, um die Eltern informieren zu können.

Bei Eltern, die gut orientiert sind, zeigt Thomas auch mal ein Video. Bei Eltern in „Hab-Acht-Stellung“ würde er es nicht machen.

Botschaft an die Eltern: Ich bin da bei Dir. Wir schaffen das. Wir machen nichts, was Deinem Kind schadet. (Bodyguard-Funktion)

Übung:

Puppe, Kissen auf den Bauch.

Zu zweit zusammengehen.

Probieren

Stellt Euch vor, ihr habt das eingeleitet. Nun übt die Atmung, wenn das Baby grade weint, wenn das Kind quer liegt.

Anmerkung:

Manchmal ist das Kind wach und die Mutter läuft im Raum herum. Dann zeigt Thomas die Positionierung mit der Puppe an seinem Körper

Im Film gab es diesen Infoteil nicht, weil das Kind so unruhig war.

Feedbackrunde zur Übung.

Wie war das? Wie ist es Euch gegangen?

- Wir mussten etwas früher einsteigen in die Übung
- *TH: Gute Orientierung. Struktur muss vertraut werden. Was kommt jetzt? Nur spüren ist auch nicht gut.*
- Es wichtig, die Mutter in der Spur zu halten

Mittagspause

Erklärungen zur Einstimmung auf die Babysession:

- Atmung trainieren
- Mit den Augen nicht so auf der Familie hängen
- Wir können uns zurücklehnen
- Martina nimmt auf – manchmal sehen wir dann noch Ausschnitte aus der Aufnahme
- Wenn es zu stressig wird, gern im Raum bewegen
- Wer raus geht, ist draußen (kein Hin und Her)
- Sich selbst regulieren im Stehen, gehen

Einstimmung: 8 Richtungen/8 Seiten

Schließe Deine Augen

Nimm Kontakt auf mit Deinem Rücken

Mit Deinem Stuhl

Spüre die Fläche unter Dir

Spüre den Kontakt der Füße am Boden

Und dann nimm Kontakt auf mit allem, was sich oben in Deinem Körper befindet.

Du kannst im Geist die obere Fläche durchleuchten

Vom Schädel, Kopfbereich, Augen, Nase, Mund-Bereich, Hals und Nacken, Schultern, Oberarme, Unterarme und Hände

Spüre Deinen Brustkorb, den Brustbereich, die Rippen

Bis zu letzten Rippe in Deinem Brustbereich

Nimm alles wahr vorne und hinten.

--

Spüre nun alles, was unten ist an Deinem Körper:

Das Zwerchfell, der Oberbauch, der untere Rücken, Lendenwirbel, Becken, Gesäß, vorderes Becken, Dein Genital, Oberschenkel vorne und hinten, Knie, Unterschenkel.

So dass Du bis zu Den Fußsohlen alles aufsuchst und kontaktierst.

--

Nun nimm Kontakt mit allem auf, was vorne ist. Spüre die Vorderseite Deines Körpers von Kopf bis Fuß. Jetzt kannst Du die Vorderseite spüren, „hallo“ sagen, Gesicht, Stirn, Halsbereich, Brustkorb, spüre Dein Zwerchfell, den Bauch, das Becken, Oberschenkel, Knie, Schienbeine...

--

Jetzt gehe mit Deiner Aufmerksamkeit nach hinten. Sag „hallo“ zu Deiner Rückseite. Geh alle Partien Deines Körpers durch vom Schädel bis zu den Fersen und begrüße sie. Alles vom oberen Rücken, mittleren und unteren Rücken, Oberschenkel hinten, Waden,...

--

Dann begrüßt Du alles, was sich rechts befindet.

Spüre Deine Rechte Seite. Deine rechte Kopfseite, deine rechte Gesichtshälfte, Deine rechte Mundseite, Hals, rechte Schulter, Arme, Unterarme, Hände, Spüre Deine rechte Brustseite, Bauch, Becken, Oberschenkel, Unterschenkel auf der rechten Seite, rechter Fuß,...

--

Dann wechseln wir mit der Aufmerksamkeit auf die linke Seite. Alles, was links ist.

Linke Kopfseite, linke Gesichtshälfte, linke Mundseite, Kinn, Halsbereich, linke Schultern, linker Arm, Unterarm, Hand. Spüre Deinen linken Brustkorb, linke Bauchseite, spüre das Becken, Oberschenkel, Unterschenkel, und den linken Fuß,...

--

Wechsele nun Deine Aufmerksamkeit auf alles, was innen ist. Alles, was Du innen spürst. Die Innenseite Deines Körpers.

--

Und als nächstes beginnst Du alles wahrzunehmen, was außen ist. Vom Kopf bis zu Deinen Füßen, die Außenfläche von Dir. Wobei das Außen mehr ist, wenn Du das Wärmefeld mitspürst.

--

Zum Abschluss machst Du eine Streichung von Kopf bis Fuß und streichst dabei über Deinen Kopf und Dein Gesicht – einmal alles austreichen.

Fragen/Rückmeldungen auch noch zum Film

1. War viel zu bedenken?
 - *TH: Viel länger ist es in der Praxis auch nicht*
 - Empfehlung das Buch zu lesen – hier stehen die einzelnen Schritte gut beschrieben drinnen. Das Buch gibt es mittlerweile auch als Hörbuch direkt beim Verlag. Zum Teil sind sogar die Übungen eingesprochen.
 - Noch eine Anmerkung zum Film: Es muss nicht jedes Kind durch dieses Erleben durch. Sicherheitserleben und Co-Regulation gehen vor.
 - Es ist möglich, dass für all diese Steps verschiedene Sitzungen benötigt werden
 - Wenn die Mutter aus der Verbindung geht (zB aus dem Blickkontakt geht), erinnern.
 - So soll es nicht sein: „Augen zu und durch“. Wenn wir die Eltern durch so ein „Nadelöhr zwingen“ kann das kontraproduktiv sein und sie eher rausführen als in die Haltefähigkeit.
 - Es kommt vor, dass Eltern im Prozess ständig mit dem Kind reden – aus der Aktivierung heraus. Dieser „Dauertalk“ hilft ihnen dabei sich die Gefühle fernzuhalten. Ähnlich einem „Dampfdruckventil“.
 - Wenn die Mutter im Prozess still und gut verbunden ist, rutscht es oft tiefer in das Kind, die Verbindung ist stärker. Die Tränen kommen.
 - Eltern haben Sorge, dass sie ihr Kind mit ihren Tränen belasten. Hier versucht Thomas manchmal ein Experiment: *„Versuchen Sie mal für 2 Minuten ganz still bei Ihrem Kind zu sein und wir schauen, ob das einen Unterschied macht“*. So können Mütter merken, wie groß der Unterschied sein kann, denn sie fängt augenblicklich an stärkere Gefühle zu produzieren.
 - Wichtig: Wir können dabei nur so tief gehen, wie die Mutter mitgeht.
2. Wohin mit dem Vater? Und wer macht den Prozess, wenn er dabei ist? Wer nimmt dann das Kind?
 - Wenn der Vater hinter der Mutter sitzt, ist das die übliche Position. Anders, wenn der Vater die Hauptbezugsperson ist. Dann sitzt die Mutter hinter dem Vater.

Babysession mit Parto und Albert

Fragen zur Reflexion:

1. Welche Themen habe ich gehört? Was ist „verhandelt worden“
2. Welche Gefühle hat die Sitzung in mir ausgelöst?
3. Was habe ich beim Baby beobachtet?
4. Prognose: Wie könnte die Sitzung weitergehen?

Ad 1 „Welche Themen habe ich gehört:

- Wut
- Enttäuschung
- Entmächtigung
- Aus dem Selbstkonzept gerissen

- Himmelschreiende Ungerechtigkeit
- Empörung
- Nicht glauben können
- Traumatische Erfahrungen kommen immer wieder hoch
- Gefühl der Ungerechtigkeit
- Unrecht
- Fahrlässigkeit
- Respektlosigkeit
- Was ist das Erleben der Mutter und was ist evident passiert
 - Nicht entscheidend, ob es so war oder so erlebt wurde
- Es ist etwas schiefgelaufen. Mutter fühlte sich nicht in guten Händen
- Das ist eine Geschichte, die wir in der Praxis zu oft erzählt bekommen
- Zu viel Wucht – zu wenig Abstimmung
- Viel Idealisierung
- Große Portion „Grandiosität“ – „Bullerbü“
- Realitätsschock
- Sehr viele Enttäuschungsmomente aus dem Ideal heraus
- Wieviel Platz darf die Wut bekommen – wer geht in Resonanz mit mir?
Thomas ergänzt, dass es durchaus sein kann, dass im Hintergrund noch viele weitere Enttäuschungsmomente dran hängen
- Sie hat die Intensität der Kräfte noch nicht verdauen können
- Was hat die Mutter mitgeteilt?
 - Mein Plan hat nicht funktioniert? Was ist mein Plan B?
 - Sie konnte nicht die Mama sein, die sie sein wollte – Kind musste zu ihr robben
 - „Es ist mir zerstört worden“ – Beziehung erschwert
- Manche Aspekte in der Geschichte sind nicht von der Hand zu weisen
- Lächeln ist Schutz
- Viel Hoffnung betreffend den Termin im Februar (auch wieder sehr aufgeladen)
- Viel Dynamik in der Geschichte
- Das Baby hat die Mama geschützt – gibt sich zufrieden
- Mutter steht bei Unruhe auf – Kind schmiegt sich an und ist ruhig
- Belastung hat eine solche Power – wenig Raum für das Kind
- Dreht sich viel in der Verletztheit und Enttäuschung
- Weitere Kränkung: Idealisierte Medizin
- Es gab kein richtiges Anliegen an das Gespräch – keine Frage, die hätte beantwortet werden sollen.
- Albert hat auf die Geschichte reagiert. Wir haben gesehen, wie er darauf reagiert. Erstaunlich zugewandt, kompetent, anschmiegsam
- Mutter im Schmerz: „Mir wurde etwas genommen“ (Es gibt Täter und Opfer)
- Traurigkeit gut spürbar
- Sie wurde recht aufmerksam, als Thomas so kleine Ideen gestreut hat. „Es könnte sein, dass er weint, wenn wir...“ Sie fragte kurz nach und Thomas bestätigte.
- Albert hat gespürt, dass nicht mehr zu holen war.
- Der Termin am 24.2. ist für sie allein – und wieder mit sehr viel Hoffnung aufgeladen. Weitere Enttäuschung liegt in der Luft.

Ergänzung von Thomas:

- Sie ist sehr kognitiv – sehr stark im Denken
- Kind war sehr kompetent

- Thomas fand die Mutter sehr speziell, fast psychotisch mit unglaublichem Aggressionspotential, große Wucht und Ladung.
- Das gute Umfeld hält mit ihr und ist eine Art Lebensversicherung
- Bereits vor der Geburt viel Therapie, viele Belastungsfaktoren – Bild baute sich auf.

Ad 2 – Welche Gefühle hat die Sitzung in mir ausgelöst?

- Die Art der Sprache, der „Humor“
- Fragmentiert
- Verwirrend
- Befremdlich (Kind wirkt älter)
- Albert, wie Albert Einstein
- Schärfe in der Art der Mutter – es ging etwas gefährvolles von ihr aus
- Hass
- Archaische Reaktionen und viel Wut
- Albert ist der ganzen aufgestauten Wut der Mutter ausgeliefert (still sein und lächeln ist scheinbar seine Strategie)
- Aktualisierung des Traumas ist unversorgt unmentalisiert

Thomas ergänzt:

Albert wäre bereit gewesen, in einen Prozess zu gehen.

Wichtig ist dabei die Frage: Ist Raum und Zeit dafür? Wäre das zum jetzigen Zeitpunkt gut gewesen?

→ Sicher nicht, wäre eher „Öl ins Feuer zu gießen“ Mutter war nicht haltefähig. So hat sich Thomas damit begnügt, da und dort Informationen zu streuen, darauf hinzuweisen, dass Albert auch „Begleitpersonal“ braucht und vermutlich eine Begleitung einfordern wird.

Ziel ist, dass Mutter und Kind eine schöne Zeit miteinander haben. Thomas geht davon aus, dass die Mutter nun einiges zu denken hat und die Message angekommen ist.

Thomas hatte keinen „Auftrag“. Deshalb wäre es zu früh gewesen, konkrete Vorschläge zu machen. Es gibt keinen so hohen Symptomdruck durch Albert. Thomas hat eher das Gefühl, dass die Beziehung eine Ressource ist – etwas, das die Mutter erdet. Deshalb hat er nur behutsam zum Nachdenken angeregt. Das ist besser, als spontan etwas zu machen. Sie ist in dem Erleben: „Menschen haben etwas mit mir gemacht, wo ich nicht eingewilligt habe“ – das darf sich in der Beratung nicht wiederholen. Bei Symptomdruck wird sich die Mutter Hilfe holen. Und wenn es gut läuft, ist der kleine Albert gut mit ihr in Kontakt.

3. Tag

Einstiegsübung „Bavalam“

2 Gruppen

2 Kreise

Hakt Euch über die Schultern ein

Schau dass Du gut auf den Füßen stehst.

Wer steht mit Dir im Kreis drin

„Hallo sagen“

Dann verlagerst Du Deine Aufmerksamkeit auf die Füße

Lass die Knie locker

Schließe Deine Augen

Spüre, wie der Atem hineinkommt

In die Beckenlinie

In der Ausatmungsphase spürst Du in die Beine und die Füße Richtung Boden

So dass Du Dich mit jeder Atembewegung verwurzelst

Gleichzeitig bist Du mit den Menschen links und rechts verbunden und mit der Gruppe

Probier dann, dass Du mit der Einatmungsbewegung etwas nach vorne gehst

Die Fersen bleiben am Boden

Die anderen halten Dich

Gib das Gewicht auf die Vorderfüße

Beim Ausatmen komm in die Mitte

Mehrmals

Beim wieder Einatmen

Gewicht geht auf die Ferse

Fuß bleibt am Boden

Atme aus und komm in die Mitte zurück

Jetzt bei der nächsten Einatmung legst Du dein Gewicht auf den rechten Fuß,

ausatmen in die Mitte

Dann einatmen linker Fuß,

ausatmen Mitte

Einatmen rechts auf die Außenkante, halten

Ausatmen Mitte

Fuß linke Außenkante, halten

Ausatmen Mitte

Dann komm in die Mitte zum Stehen

Jetzt alles zusammen

Einatmen nach vorne

Ausatmen Mitte

Einatmen Ferse

Ausatmen Mitte

Einatmen rechter Fuß

Ausatmen Mitte

Einatmen linker Fuß

ausatmen Mitte

Noch einmal

Vorne – Mitte

Zurück – Mitte

Rechts – Mitte

Links – Mitte

Mittelposition stehen bleiben

Verbinde Dich nochmal ganz bewusst mit Deinen Füßen und Fußsohlen

Und spüre, wenn Du hier so stehst, wie sich ein leichtes Schwingen entwickelt

Lass dieses Schwingen in Deinem Körper entstehen

Lass Dich ein auf das Schwingen

Wie so eine Wasserpflanze in der Strömung

Dabei atmest Du weiter

Schwingende pulsierende Bewegungen in der ganzen Gruppe

Du musst gar nichts tun

Es macht und Du folgst

Versuche nun einen kleinen Summton hereinzugeben

Und spüre in Deinen Körper

Wo vibriert es

Du massierst Dich ein bißchen mit diesem Ton

Du schwingst so ein bißchen weiter und probierst weiter die Töne aus

Vielleicht findest Du ähnliche Töne, mit denen Du Dich verbindest in diesem Fass

- Thomas schaltet die Musik ein:

„Bavalam bavalam kevalam <https://www.youtube.com/watch?v=eCuhV5vxDF0>

Du kannst die Töne von außen so ein bißchen mitnehmen oder in Deinem Ton bleiben

... Gruppe schwingt zur Musik und macht diese Töne...

Wasserstand in der Runde:

- Übung war interessant, wie die Gruppe zu einem Organismus geworden ist, hat sich angefühlt, als wäre nur 1 Person vis a vis. Die Musik war besonders schön. „Ich liebe das“ – Dissonanz gut ausgehalten. Schönes Gefühl, wie es so zu einem geworden ist.
- Geht ihr gut, schöne Übung, hat sich wie eine Wasserpflanze gefühlt. War sehr verbindend
- Wie Wasserpflanze, die sie bewegt – hat sich bewusst erden müssen
- Geht ihr gut, Sonne scheint, Sonne erhellt, neue Perspektiven im Raum, schöner Start mit der Musik
- Geht es gut, angenehmer Morgen, kannte die Übung nicht, Gefühl eines Fischschwarms
- Übung war richtig schön, ist auch Musiktherapeutin, darf in Österreich nicht als MT arbeiten, umso schöner war es, hier einzutauchen.
- Gute Übung zum Ankommen, ist gut da.
- Geht gut, hatte bereits Konzert des eigenen Kindes in der Früh, hat gut gepasst, hat selbst solche Übungen schon angeleitet und genießt das
- Ist gut da, hatte privates Treffen, das schön war
- Ist gut da, Gefühl nicht nur die Füße, sondern die Energie von oben bis unten zu spüren
- Ist angestrengt, KO von der Woche, die Übung ist wow – hat sie wirklich sehr berührt – hat an Söhne gedacht – ist müde und emotional. Wie ein Stück „Weltfrieden“

- Ist gut da, hat nicht so gut geschlafen, die Übung war sehr sehr schön, am Anfang jede*r für sich, ist berauscht worden
- Ist gut da, hat auch gut geschlafen, mit so vielen Menschen im Kreis zu sein ist besonders, hatte das noch nie und fand es sehr schön – besonders mit der Musik

Kurzinfo zu Bindung durch Berührung

Thomas erklärt, dass der Ausschreibungstext nicht mehr so gut passt. Bindung durch Berührung ist aus der Schmetterlingsmassage entstanden. Im Laufe der Jahre ist ein anderes Konzept daraus entstanden – Bindungsbasierte Interaktionsbegleitung.

In der präventiven (Salutogenese) und therapeutischen Arbeit einsetzbar. Elterliche Feinfühligkeit fördern. Interaktion in der Berührung. Es wird dabei gut sichtbar, wo Eltern im Boot sind und wo nicht.

Zirkuläre Arbeit:

1. Anleitung
 2. Beobachtung der inneren Prozesse der Eltern
 3. Babyzeichen und Babyzeichensprache
- Abstimmungsprozesse anleiten und beobachten

Ist gar nicht so einfach. Frage ist, wie wird bindungsbasiert berührt. Mündet dann in eine gruppenspezifische Arbeit.

Besondere Aspekte sind:

Traumamasensible Themen, wie Sectio, Frühgeburt, Kinder mit besonderen Bedürfnissen

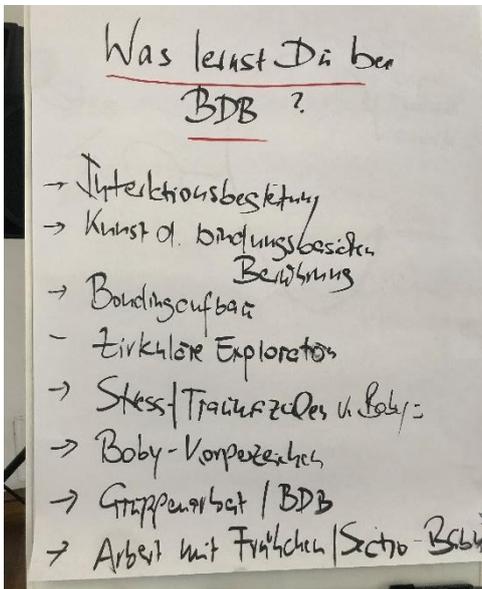
Es ist ein Ansatz, wo man auch gut mit einer Gruppe starten kann.

Die Berührungen selbst sind ultrazart – daher auch der Begriff „Schmetterlingsmassage“

Thomas nutzt diese Berührungen auch in der Baby-Therapie

Wäre ev. mit Albert gut möglich gewesen. Alles, was wir dem Baby geben, geben wir den Eltern auch.
→ Bindungsförderung.

Die frühere Idee: „Wir müssen das Baby entspannen und die Eltern entspannen“, passt nicht mehr. Viel wichtiger ist es, zwischen der Beobachtung von außen und der Beobachtung innen hin und her zu schwingen.



Wie leite ich das an: Das Einschwingen auf das Baby und die Arbeit mit den Eltern

In Bindung durch Berührung wird vermittelt, wie die Berührungen für Kinder nach besonderen Geburten (Sectio, Frühgeburt) gestaltet werden können. So zeigen frühgeborene Kinder weniger Responsivität in den Augen – gerade sehr frühgeborene Kinder sind in einem anderen „State“. Daher gibt es hier weniger soziale Rückkopplung – die Arbeit ist anders. Bei Kindern nach Sectio können bei Berührungen am Kopf sehr sensibel reagieren.

Zurück zum Thema – zur Arbeit mit Schreiprozessen

Gestern konnten wir gut sehen, wie die Mutter auf Unruhe reagiert hat – viele Kompensationsangebote.

Es ist eine Frage der Zeit, wem die Kompensation zu anstrengend wird.

Frage des Elternteils kommt in den Raum: „So kann ich das nicht auf Dauer durchhalten.“

Es ist eine Art von Traumaintegration, wenn Eltern das mit ihrem Kind machen. Wenn wir die Eltern hier haben und sie fangen an, MIT ihrem Kind zu sein.

Es gibt typische Verhaltensweisen, die zeigen, dass etwas aus dem Ruder läuft:

- Kind ist hier, fängt mit den Armen zu rudern an, fängt an das Köpfchen zu bewegen, wird unruhiger
- Es passiert etwas auf der Verhaltensebene
 - Mutter antwortet auf die Unruhe. Versucht das Kind „abzurufen“: „Hey, hallo“, um seine Aufmerksamkeit zu erhalten.
 - Ein anderer Elternteil klopft und wippt
 - Oder steht auf und geht in Bewegung
 - Manchmal erfolgt das ganz langsam, ruhig, liebevoll, freundlich
 - Es gibt aber auch Defensiv-Reaktionen. Ausdruck des Kindes bringt Eltern in eine defensive Reaktion:
 - Der Blick wird fest, die Mimik wird hart, Haut tonisiert,
 - Bewegung wird schneller
 - Kind wechselt von Entspannung zur Spannung
- Entscheidende Frage: Wo bleibt die Begleitperson

Beispiel-Skizze (rot ist die Begleitperson)

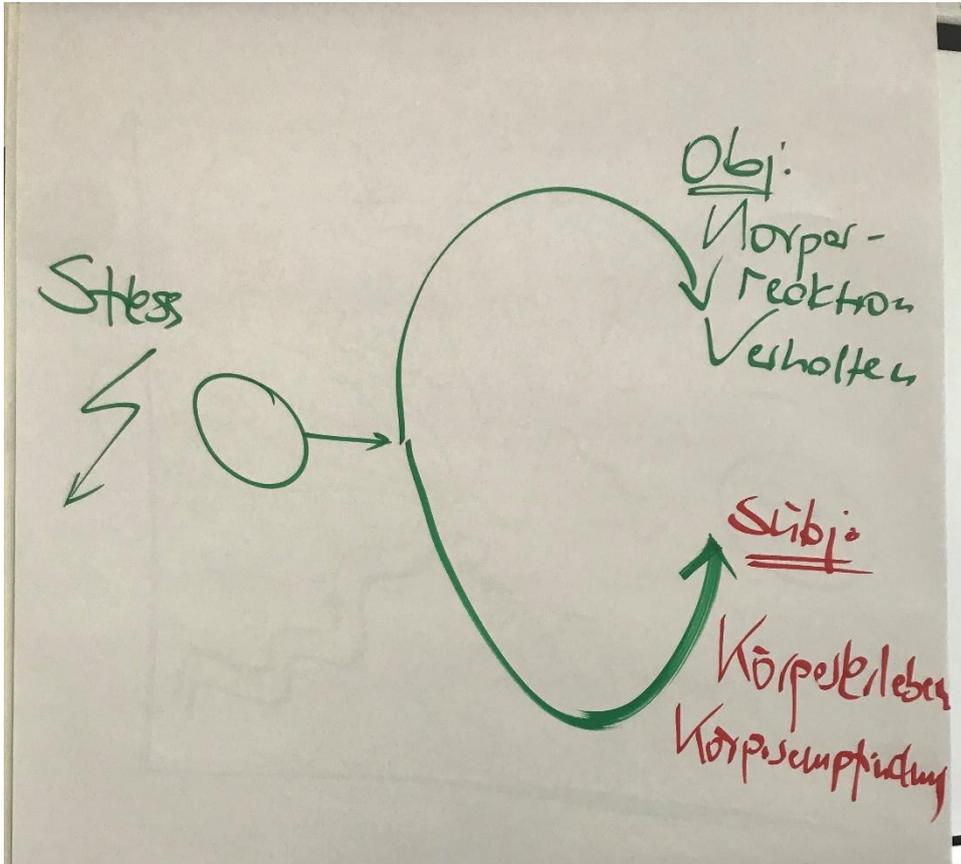


Die Begleitperson macht die gleiche Bewegung, wie der Elternteil.

Ziel ist dabei, dass die Begleitperson in Verbindung bleibt, sich aber den Ebenen nicht solidarisch anschließen.

Objektiver Prozess der Stressaktivierung:

- Körperreaktion
- Verhalten



Subjektiver Prozess der Stressaktivierung:

- Körpererleben
- Körperempfindung

Als Begleiter*in ist man mit diesen Ebenen sehr beschäftigt.

Beispiel: Mutter fängt an zu gehen und ihr Baby zu klopfen.

Das spiegeln wir.

Thomas: *Ich sehe Dein Kind wird unruhiger. Du schaukelst stärker und fängst an zu klopfen*

Mutter: *Das geht nicht lange gut – es könnte jederzeit kippen*

Thomas: *Das sehe ich. Ich sehe viel Spannung und ich sehe, Du atmest kaum noch*

Mutter: *Ja, bin sehr gestresst*

Thomas: *Kannst Du beurteilen, während Du das machst, wie es innen in Deinem Körper ist. Wie ist Deine Empfindung? Was erlebst Du? Und wo erlebst Du es? Magst Du das mal sagen?*

Mutter: *Mir ist heiß, es zieht sich alles zusammen, wird eng, wie ein Knoten*

→ Diese Verhaltensäußerungen verknüpfen wir mit einem bestimmten Erleben:

Die Mutter sagt beispielsweise:

- Ich fühle mich von ihr abgelehnt...
- Sie schreit mich an

- Ich bin keine gute Mutter
- Nur Aufregung und Unruhe – ich könnte nur wegrennen
- Kenne nur Unruhe und könnte nur draufhauen
- Ich hab keinen Bock mehr

--Starke körperliche Aktivierung – wie es subjektiv erlebt wird, ist manchmal sehr groß.

Als Begleiter*in sehe ich die Aufregung und sehe die Mutter hört auf zu atmen – sehe wie sie defensiv reagiert, und benenne das.

Sobald es von gut auf schwierig wechselt und die Mutter mit dem Rücken zur Wand steht, kommt Beschleunigung auf. Es ist gut die eigene Wahrnehmung als Begleiter*in auch zu benennen.

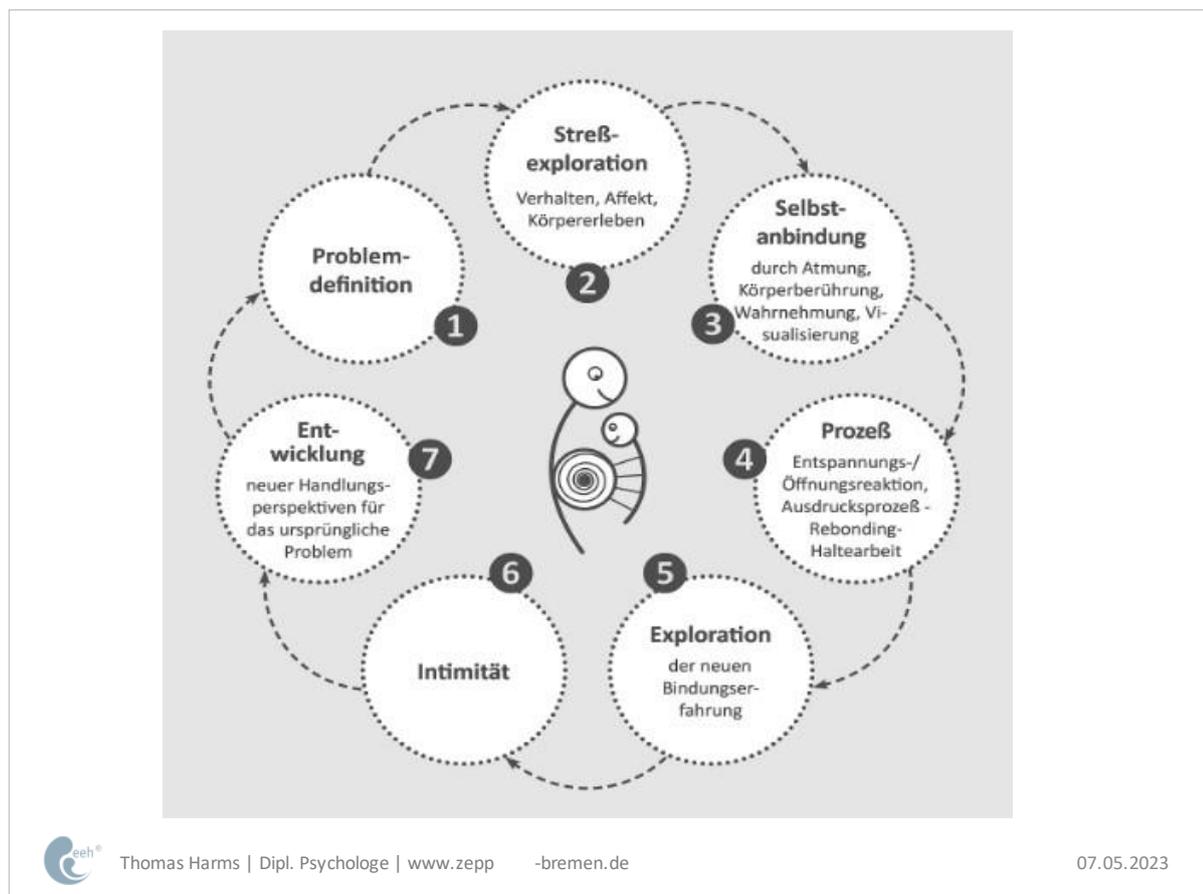
Beobachtung von Verhalten und Wechsel zur Exploration innen. „Magst Du mir sagen, wie...“

Mutter lernt das Schreien mit bestimmten Körperwahrnehmungen zu verbinden. ZB: Enge kommt, wenn das Kind vom Quengeln ins Schreien kommt. Wenn die Person durch das Quengeln in Phase II kommt. Vorher ist sie noch entspannt – dann kommt sie in den Erregungskorridor.

→ Hektik, klopfen, laufen, innere Wahrnehmung: Enge in der Brust, Aufregung, Atmung wird flach

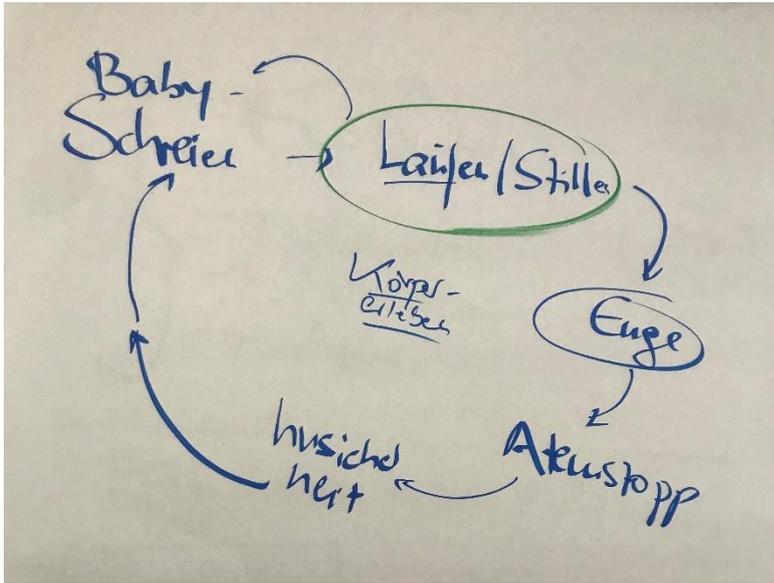
Dies Phänomene werden so verwoben und verknüpft, dass die Person lernt, dass sie zusammenhängen. Flache Atmung und Enge in der Brust: Das Kind quengelt und zack, passiert das in der Mutter.

7 Schritte Stress-Exploration:



Kreislauf, schwächende Spirale

In der Beratung verwandeln wir die Verhaltensebene in Körperebenen und wechseln vom Körper beobachten in das innere Erleben.



Verwandeln heißt:

- **Aufmerksamkeitsverlagerung vom Verhalten auf das innere Erleben** durch Benennen der Beobachtung (ich merke, Du bist zitterig, beißt Dir auf die Zähne,...) und Verbindung mit dem inneren Erleben (magst Du mal beschreiben, was in Dir grad passiert?)

Nur Verhaltensbeobachtung würde zu wenig sein.

Nochmal zu Parto & Albert:

Am Beginn war er ganz steif als er abgelegt wurde. Thomas hat es

gleichgesehen, dieses freeze. Ist so viel Erregung im Körper, dass die Kinder gelernt haben sich komplett zu halten. Bei Albert konnten wir alle sehen, als er abgelegt wurde: „Jetzt geht er für einen Moment aus der Welt“. Die Mutter hatte Beziehungskompetenzen und sehr responsive Momente – nicht durchgängig. Wenn es ihr zu viel wird, kann sie nicht mehr da sein. Je aufgeregter die Mutter wurde, desto stiller wurde Albert. Je mehr sie sich beruhigte, desto mehr kam er wieder heraus. Die Mutter braucht Anleitung, damit sich das Kind auch in seinem Prozess zeigen kann. Um sie zu begleiten, braucht es, zum Integrieren dieser Power etwa 5-6 Sitzungen. Die Mutter der Mutter schaffte wohl auch ein haltgebendes Feld – und es könnten da und dort noch Brücke in der Biografie sein und damit diesen heftigen Ausdruck der Mutter bewirken. Die Entscheidung ein Kind allein haben zu wollen, hat Gründe. „Damit sie diesen Eltern-Stress nicht hat“. Es ist zu vermuten, dass sie auch vor dieser schwierigen Erfahrung keine entspannte Person war.

Einzelne Infostücke:

Wie Albert zu ihr robben musste.

Sie konnte am Beginn ihr Kind nicht annehmen.

Albert hat sich reingekämpft in die Beziehung

Aber auch dieses Aversive, diese starke Reaktion

Wie könnte es weitergehen?

- Wenn das nicht bearbeitet, wird
- Und die Mutter keine korrigierenden Antworten findet
 - zB in Einzeltherapie für die Mutter
 - Beziehungsangebote der Oma

Könnte sein, dass das Kind stecken bleibt, „Transitionskrisen“

plötzlich neue Situationen und insgesamt ein höheres Aktivierungsniveau → dann fluten diese Erfahrungen wieder an. ZB könnte Albert bei Übergängen erstmal in ein freeze gehen – auch Aggression wäre möglich, wenn Übergänge als belastend erlebt werden. Solche „Soll-Bruchstellen“ bei Entwicklungsschritten könnten ein Rest aus der gemeinsamen Geburtserfahrung bleiben.

Es gibt auch EEH-Fachberater*innen, die mit älteren Kindern arbeiten und solche frühen Erfahrungen einbetten. Der Kontext ist dabei wichtig.

Frage aus der Gruppe:

Ist es möglich bei älteren Kindern, wo solche Erfahrungen noch nicht behandelt sind, das nachzuholen?

Thomas: *Ja. Und wir können alle davon ausgehen, dass niemand jetzt im Raum ist ohne irgendeine Entwicklungsverletzung.*

Wenn wir sensibel dafür sind und Empathie mitbringen, ist vieles veränderbar. Es bleiben Narben. Es gibt immer wieder die Idee, Therapie könnte Dinge in einer Art und Weise bereinigen. Je früher das beginnt, desto mehr ist möglich. Es ist aber auch ein Faktum, dass ein Kind, das bestimmte Erfahrungen gemacht hat, eben ein Kind ist, das bestimmte Erfahrungen gemacht hat. Achtsam mit Verwundungen und Narben leben. Sie sind da und bleiben.

Bei Parto gibt es sicher auch andere schwierige Themen. Wenn es gut läuft, kann sie ein sehr gutes Leben mit Albert haben. Es kann aber auch sein, dass sie in 20 Jahren immer noch verbittert ist.

Thomas erlebt in seiner Arbeit beides. Es hat damit zu tun, wie Menschen das Leben anpacken.

Oft schlagen Belastungen im Jugendalter durch und richtig aufs Tapet kommt es manchmal und muss neu verhandelt werden, wenn wir Eltern werden und uns mit den eigenen Kindern durch einen solchen Prozess bewegen.

Überbordende Überfürsorge „Dauerbewacht“, Blase um das Kind und ev. zu wenig Raum für Individuation führt ev. in der Jugend zu einem extremen Autonomieschub. Starke Bewegung des frühen Geburtsthemas. Wenn das gut läuft mit den Eltern, wächst Nähe – läuft es schlecht, führen solche Entwicklungen manchmal zum Kontaktabbruch.

Fazit so früher Verletzungen: „Wir haben lange etwas davon“

Mit einem Kind stellen sich Familien auf einen lebenslangen Prozess ein. Da kann man nicht wegrennen – aber: Aus Belastungen entwickeln sich auch Kompetenzen.

Pause

Schritt 1: Initiale Phase und Arbeitsauftrag entwickeln



- Erster Eindruck des Feingefühligkeits und Bindungsniveaus der Eltern bzw. Regulationsstatus des Säuglings
- Formulieren der Behandlungserwartungen
- Entwicklung einer ersten Zielformulierung
- Aufbau eines sicherheitsspendenden Umfeldes (Positionierung des Kindes verändern/ Kissen oder Decken anbieten u.a)



- Nochmal Verbindung zur gestrigen Sitzung: Thomas hat viel Raum für die Geschichte gegeben. Ca. 20 Minuten, weil das Aktivierungsniveau so hoch war.
- Frage auch am Beginn: Wo legt die Mutter das Kind hin?

- Wie kommt die Familie in den Raum? Ev. gleich mit der Kompensation beschäftigt
- Thema: Kind weint ev. schon so stark und der Elternteil kann damit nicht gut umgehen. Deutliche Erregungszeichen, Überforderung
- Unterstützung, Handling, Emotionsexploration
- Kontaktfeld: Ganz viel Sicherheitsaufbau, Vertrauen



Punkt 2: Wertfreie Verhaltensbeobachtung

- **Wertfreie Verhaltensbeobachtung** der Eltern und des Säuglings
- Identifizieren der elterlichen Coping – Strategien im Umgang mit dem „problematischen“ Verhalten des Kindes
- Erfassen der Stellen, an denen der Zusammenbruch der elterlichen Bindungsbereitschaft erfolgt („Hier wird es Zuviel“ / „Ich kann nicht mehr“)



- Partizipative Verhaltensbeobachtung
- Strategien der Eltern ansehen
- Was gelingt?
 - Aufstehen
 - Stillen
 - Sonstige Copying-Strategien
- Wir gucken mit, wo gelingt es und wo nicht. Was macht der Elternteil weiter und womit hört er wann auf?

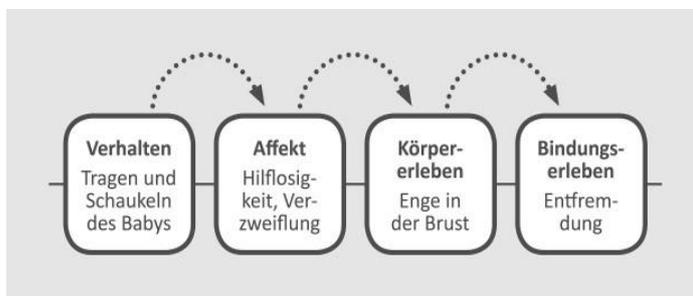
Punkt 3: Exploration des körperlichen Selbsterlebens



- **Achtsame Selbstbeobachtung der Körperwahrnehmungen** im Stresszustand mit dem Kind
- Identifizieren von **somatischen Marken** der stressbedingten Beziehungsschwächung zum Kind („Enge in der Brust“)
- **Verknüpfung der Körpersensationen** mit spezifischen Gefühlsempfindung („Enge in der Brust und die Angst, zu versagen“)



- Exploration des Körperlichen Selbsterlebens
 - Was mache ich, wenn die Mutter in einem aktivierten Feld ist
- Auswertung des Innenerlebens der Eltern
 - Bei Parto nicht so viel. Parto war nicht sehr innerlich.
- Benennen fördert den Kontakt mit dem inneren Erleben: „Guck mal, wie er Dich ansieht,...“ Berührtheit sieht man im Gesicht.
- „Was passiert da in Dir, wenn er Dich so ansieht“, wäre eine Möglichkeit den Fokus auf das innere Erleben des Elternteils zu lenken.
- Verknüpfung von Verhalten und innerem Erleben (Siehe auch oben im Protokoll) Elternteil wird weicher, Anspannung geht zurück. Somatischer Marker „Atmung“ wird tiefer.



Vernetzen von Verhalten und innerem Erleben – das kann Ärger sein, Enttäuschung.

Übung Verhalten in Körperempfindung verwandeln.

Ev. noch etwas weitergehen und abfragen, wie der Kontakt zum Kind erlebt wird. „Wie spürst Du Dein Kind“?

Schritt 4 - Körperliche Interventionen zur Stärkung elterlichen Feinfühligkeit



- Selbstanbindungsaufbau erfolgt in der bindungsbasierten Körperpsychotherapie
 - ✓ Durch achtsame Körper-Selbstbeobachtung
 - ✓ Durch „zentrierende“ Atemregulation
 - ✓ Durch bindungsstärkende (Selbst)Berührungen
 - ✓ Durch Resonanz – und Verständnisaufbau im Gespräch

Thomas Harms | Dipl. Psychologe | www.zepp-bremen.de 07.05.2023

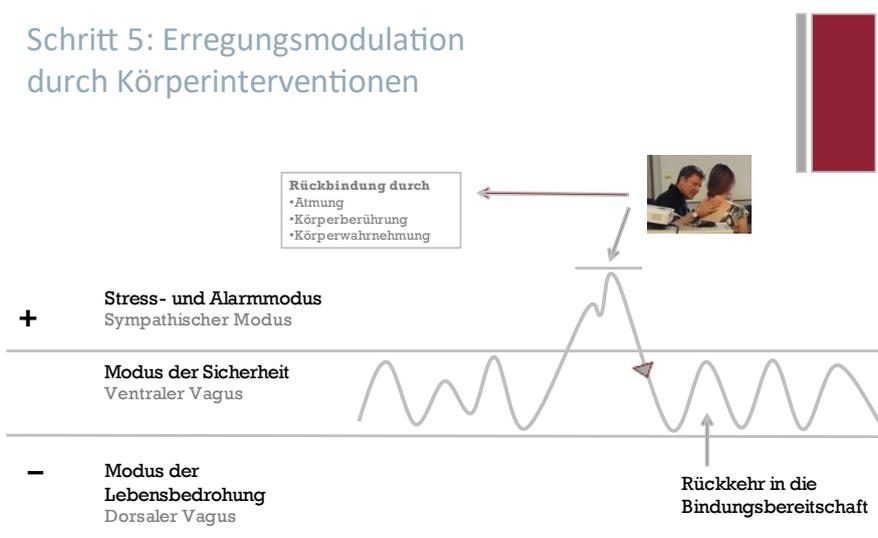
Wenn die Stressexploration im Körper gelungen ist, bieten wir

- Die Sicherheitsstation
- Die Atemregulation

an.

„Bring doch Deine Atmung zur Vorderseite Deines Kindes“. → hat gleich einen Effekt

Schritt 5: Erregungsmodulation durch Körperinterventionen



Rückbindung durch

- Atmung
- Körperberührung
- Körperwahrnehmung

Stress- und Alarmmodus
Sympathischer Modus

Modus der Sicherheit
Ventraler Vagus

Modus der Lebensbedrohung
Dorsaler Vagus

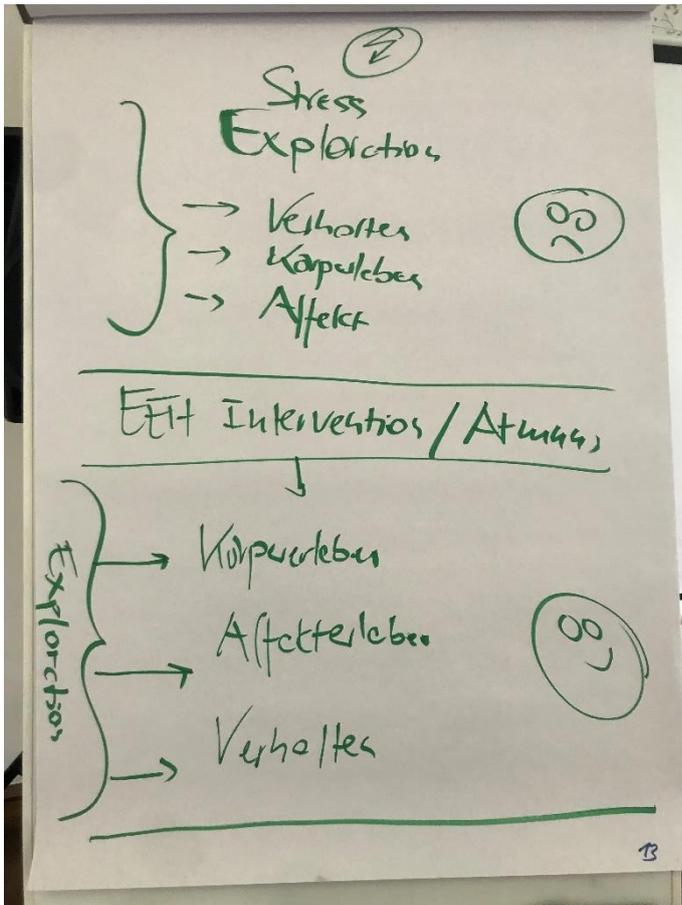
Rückkehr in die Bindungsbereitschaft

Grafik nach Besser/Odgen/Harms

Thomas Harms - Dipl. Psychologe - www.zepp-bremen.de

Verbindung zur Baby-Session:

- Albert quengelt
- Mutter springt auf, schaukelt
- Atmung abfragen:
TH: *Was passiert mit der Atmung?*
M: *Sie ist flach*
- Anleitung Atmung:
TH: *Atme mal zum Kind hin*
Kind legt sein Köpfchen ab
- War das erfolgreich, „gleiche Runde nochmal fahren“



Erst Exploration des Stresserlebens,
dann Intervention „Atmung“

Atmung = Bindungsstärkende Intervention

Danach neuerliche Exploration. „Wie ist es
jetzt?“

Was vorher im Stress abgefragt wurde, wird
nochmal abgefragt, wo es besser wird.

Die Veränderung weiter explorieren. Zirkulär
immer wieder.

Demositzung mit Carolin

Carolin hält das Kind

Verhaltenserkundung und Körperexploration „Was macht sie? Wie erlebt sie das?“ Wichtig: Nicht zu schnell werden dabei?

Kind ist 3 Monate in der Demonstration. Carolin kommt zu Thomas wegen großer Unruhe. Möchte gleich Info. Hat noch 2 andere Kinder. Kennt das so nicht.

„Lotta“ wird ein bißchen unruhig und kommt immer wieder in eine Instabilität

Während des Gesprächs wird sie zunehmend unruhiger. Strampelt, geht aus dem Kontakt.

TH: *Mach so, wie Du es normalerweise machst.*

TH: *Arme rudern sehr*

C: *Ist wohl zur Stressreduktion*

TH: *Ich merke grad du wirst ganz still*

C: *Wenn das nicht funktioniert, dann...*

TH: *entsteht Stress*

C lagert Kind um

TH: *Ich merke noch was. Du kommst so unter Dampf*

C: *Ja, genau*

TH: *Fruchtet nicht so, was du machst*

TH: *Kannst Du mal Deine Aufmerksamkeit nach innen lenken?*

C: *Mein Atem wird so flach, ich verkrampfe die Schultern, spüre nur wenig meine Beine, eigentlich gar nicht, sind sofort wieder da, wenn ich darüber rede, aber im Stress spüre ich sie gar nicht*

TH: *Flache Atmung, Verkrampfung, keine Beine – es zieht sich alles nach oben*

C: *Ja, geht viel im Hirn ab. Sehr großer Hirnfokus*

TH: *Ab der Mitte abgetrennt – alles rutscht nach oben. Das ist es, was Du bemerkst, wenn sie so zappelig wird.*

TH: *Wenn Du mal Verbindung mit Deiner Atmung aufnimmst und ...*

C: *Dann werde ich viel ruhiger*

TH: *Schau mal, wenn Du ein paar Mal atmest, was anders wird*

C: *Ich kann sie wieder stressfreier ansehen*

TH: *Wie was macht Dich freundlicher?*

C: *Ich sehe an ihr das etwas los ist. Orientierungslosigkeit*

TH: *Geh zum Körpergefühl hin*

C: *Ich sehe, ob ich die Orientierung bin*

TH: *Mach es Dir einfacher – geh zum Körper – Du bist immer in einer solchen Reflexion*

C: *Ja, das passiert*

TH: *Spüre es mal*

C: *Ja, ich werde unruhiger. Spüre meinen Bauch*

TH: *Da kommt etwas Stille auf...*

Erklärung zur Demo:

Das war jetzt kein Kind, das total in den Ausdruck geht. Stresswellen, Verhaltens- und Körperexploration

Würden wir nur bei der Verhaltensbeobachtung bleiben, wäre das Risiko die Mutter „hochzupeitschen“ – durch die Exploration der Körpersensationen, fängt man sie wieder ein.

Wichtig in der Sitzung den Prozess benennen: Wir gehen jetzt mit der Aufmerksamkeit von da (außen) nach dort (innen).

C: *Das passiert fast von allein, dass etwas in Bewegung kommt.*

Wenn es gut läuft, hilft es den Eltern ins Fühlen zu kommen – sich wieder mit ihrem Kind zu verbinden.

Übung:

3 3er-Gruppen

1 4er Gruppe

Beobachter-Rolle ist wichtig. Beobachter*in ist nicht Scharfrichter*in, sondern Mentor*in, freundlich, sind auch Time-Keeper.

Wichtig für die Übung: Macht es Euch einfach und versenkt Euch nicht gegenseitig.

Wichtig: Eltern nicht ins Spüren zwingen (Thomas hätte Parto nicht auf die Körperebene bringen können)

Situation und Bemühungen der Eltern WÜRDIGEN = sich mit dem Ist-Zustand verbinden

Ängstliche Unruhe bekommt dadurch eine Existenzberechtigung

Wording ist wichtig und muss zur Familie passen. (Thomas zu Parto: Da ist ganz schön Dampf drinnen)

Wenn wir als Begleiter*in zu schnell in die Verlangsamung gehen wird es Widerstand auslösen.

Schritt für Schritt durch Anerkennung der Story in die Emotion begleiten.

Parto war von Anfang an „auf Krawall gebürstet“ – Thomas hat es gespiegelt und hat ihr den Raum gegeben (wie ein Kind das übers Feld läuft und sich ein paar Runden austobt) – das braucht es manchmal.

Selbstanbindung der Begleiter*in ist wichtig.

In der Übung nicht zu schwere Themen herholen.

Erste Reflexion in den Kleingruppen – dann im Plenum:

- Wichtig ist zu üben, damit man nicht so ansteht. Wusste in der Übung nicht, was sie tun soll. Nächster Schritt war eine Herausforderung. Mutter halt gelächelt. Sie hat das gespiegelt. Wichtige Erkenntnis: Ich versuche über den Kopf so ein Sicherheitserleben zu bringen

Mögliche Gegenmaßnahmen:

- Wichtig: Innerer Aufbau der Achse
- Stoppen wenn jemand zu schnell ist: „Da ist so viel Power drin. Ich komme gar nicht mehr mit. Spüre nochmal, wie Du sitzt und dann erzähl nochmal,...“ „Wenn Du willst, dass ich mitkomme, muss es ein bißchen langsamer sein – ich komm gar nicht mehr mit“.
- Mutter durch eigene Selbstanbindung in die Verlangsamung bringen. „Wie gestern mit Parto. Thomas ist ganz langsam mit ihr aus der Aufregung runtergesehelt – wie mit einem Segelflugzeug.“
- Grundregel: Folge dem Aufmerksamkeitsfeld der Mutter. „Ich merke grade Du bist,...“
- Gestern: Die Aufmerksamkeit ging kurz zum Kind. „Was siehst Du da, beschreibe mal,...“ Mutter: „Hab ich noch nie gesehen, dass er mich so lange ansieht“ Berührtheit berührt
- Frage auch: „Was kommt grad?“ „Was berührt dich?“ „Beschreibe mal, was Du fühlst.“ → der Aufmerksamkeit folgen.
- Wichtig auch: Dem eigenen Regieplan nicht zu starr folgen

Abschlussrunde

- Ist wieder ein Stück weiter. Hat sich entschieden die Selbsterfahrung zu machen. Fühlt sich gut aufgehoben und sicher. Ist alles sehr stimmig. Inhalte ergeben Sinn.
- Geht sehr zufrieden weg. Findet die Demo-Sitzung mit Baby so wichtig und wertvoll. Es ist auch in ihrem Berufsfeld manchmal nicht einschätzbar, was kommt. Manchmal zu traumalastig zu belastet. Fragt sich wie die Entwicklung von Schreibabys ist ohne Unterstützung.

Ergänzung Thomas: *Es wächst sich nicht aus. Kind richtet sich in der Kontaktlosigkeit ein. Häufig folgen später Regelkonflikte mit ähnlicher Dynamik. Was wir hier lernen, passt auch für ältere Kinder.*

- Ist ganz begeistert, Fortbildung gefällt ihr sehr gut. Ist etwas ganz Neues. Ist schon sehr gespannt auf BdB

Thomas: *Was gefällt Dir besonders gut – was tut Dir gut?*

TN: Die Gruppe, Tolle Menschen, das über den eigenen Schatten springen bei den Übungen

- Wurde erstmals sehr getriggert mit dem Thema, wird das in der KPT besprechen. Ist etwas aktiviert grade, hat auch mit der Gruppe Platz, persönliche Anteile kommen auf, sind gut aufgehoben, extrem viel Input, Kopf muss das erst verarbeiten. Puzzle für Puzzle. Möchte es gut weiterentwickeln.
- Findet die Gruppe toll und die Inhalte wertvoll. Die Übungen sind besonders fordernd, es fügt sich alles gut zusammen. Was heißt körperorientiertes bindungsbasiertes Tun. Viele Dinge verknüpfen sich auf besondere Weise. Wie wirkt diese Selbstanbindung, Wie wirkt diese Selbstanbindung. Mit den Menschen mitgehen.
- War total wichtig wieder neu und die dieser Tiefe einzusteigen. Das langsame, wertschätzende Tempo ist so wichtig. Das ist ein Lebenswerk, das kann sie wertschätzen. Viele kleine Schritte.

Thomas: *Es wird mit jedem Schritt etwas komplexer. Es ist wichtig viel zu wissen, und nicht zu viel zu tun – wie gestern bei der Familie. Es gibt einen großen Bedarf. Die Menschen, die wir begleiten, sind auch mit ihren inneren Kindern da.*

- Sehr sinnstiftend, es kommen viele Selbsterfahrungsthemen, glaubt noch viel vor sich zu haben, Entschleunigt zu wissen, dass jede Person hier ihre Story hat.
- Viel Wissen und wenig tun – ist für sie ein sehr wichtiger Satz. Leistungsdruck ist immer da. Die Tage haben ihr sehr gut gefallen. Sie möchte in jedem Fall mit Schwangeren und jungen Familien arbeiten. Wie super, dass es so praktisch war.
- Praktisches Üben und Demonstration waren so hilfreich. Elternbegleitung hat ihr bisher so gefehlt. Diese Hands-On-Begleitung. Dass es so konkret ist und so viel Erfahrung dabei ist. Freut sich auf BdB. Die Ausbildung ist genau, was sie braucht.

Thomas: *Wir gehen mit den Eltern dorthin, wo es weh tut. Holen sie ab, wo sie stehen. Wir stellen einen Kontakt zu den Eltern her und gehen mit ihnen dorthin, wo sie den Draht zu ihrem Kind verlieren.*

- Die WE sind so toll, die Inhalte sowieso, das Ausprobieren in der Gruppe hilft, Rückmeldung zu kriegen, wo man steht, wenn man wegtrifft und zu sehr im Kopf ist – wie finde ich in den Körper zurück. Zur gestrigen Sitzung fragt sie sich, wie oft die Mutter das bereits erzählt hat und immer noch ist es so heftig.

- Kann sich allen anschließen, geht gut gefüllt heim. Methodenmix: viel Input, viel Üben, Demo-Sitzung... Sie nimmt sehr viel mit. Von Thomas Art kann sie sehr profitieren.
- Mochte alles sehr. Hat schon viel selbst gemacht. Missing Link in der eigenen Geschichte. Es greift so vieles ineinander.

Thomas: Wichtig ist das Ausprobieren. TN sollen sich nicht zurückhalten. Was geht damit – nicht bei den eigenen Kindern, aber vielleicht mit jemandem im Bekanntenkreis, der Kinder hat.

Verabschiedung