

## Craniosacral Therapie für Familien mit Säuglingen und Kleinkinder

Craniosacral Therapie ist eine sanfte Körpertherapie zur Unterstützung der Selbstheilungskräfte des Organismus und kommt ursprünglich aus der Osteopathie. Mit behutsamen, nicht-invasiven Berührungen werden Bewegungen und Prozesse im Körper gespürt und begleitet.

Babys und Kleinkinder orientieren und regulieren sich über die Mutter. Erfahrungsgemäss kann die Craniosacral Therapie eine äusserst wirkungsvolle Unterstützung sein, sowohl für das Kind wie auch für die Mutter. Sie kann dabei helfen, sich mit der innewohnenden Kraft, Entspannung, Zuversicht, Wohlbefinden und der eigenen Lebensfreude (wieder) zu verbinden.

Es können Schwierigkeiten (Traumata) im autonomen Nervensystem aus Schwangerschaft, Geburt oder Kindsbett auf sanfte Weise gelöst und der gesunde, natürliche Lebensfluss wieder hergestellt werden.

## Bewährte Indikationen

Übermässiges Schreien

Bauchweh, Koliken

Schlafschwierigkeiten

Saug- und Stillprobleme / Abstillen

Nach einer schwierigen, belastenden Schwangerschaft

Nach einer sehr langen oder sehr schnellen Geburt

Nach einer traumatischen Geburt

Geburt mit Saugglocke, Zange oder Kaiserschnitt

Schwierigkeiten mit Bonding (Bindungsförderung, Sicherheit und Vertrauen)

Bei körperlich-geistig-seelischer Überbelastung

Erschöpfung

Ankommen in der Vater-/Mutterrolle

Themen mit Geschwister

## Wie läuft eine Sitzung mit Kindern ab

Die craniosacralen Berührungstechniken sind sehr sanft und respektvoll. Das Kind ist meistens im nahen Körperkontakt zu seinen Eltern. Bei der Arbeit der Craniosacral Therapie mit Kindern sind die Eltern von grosser Wichtigkeit. Die Eltern sind die wichtigsten Bezugspersonen und somit die grösste Ressource für ihr Kind.

Bei der Geburt ist das Neugeborene auf dem Weg durch das Becken einem physiologischen Druck ausgesetzt, der vor allem auf die Schädelknochen und Schädelnähte, sowie auf die Wirbelsäule wirkt. Das heisst, auch das craniosacrale System ist betroffen. Beim Kaiserschnitt wirken ebenfalls Zug- und Druckkräfte auf den kindlichen Körper ein. Bei vielen Kindern reguliert sich das System wieder von selbst. Nach einer traumatischen Geburt ist eine craniosacrale Behandlung für ein Neugeborenes zu empfehlen – je früher desto besser.

Beim Lösen und Entspannen des kindlichen Körpers wird die gehaltene Energie frei. Es gibt in der Folge zwei Prozessmöglichkeiten: Entweder das Kind entspannt sich, kann loslassen und sich vertrauensvoll regulieren oder es können tiefe Gefühle (auch Tränen oder Weinen) zum Ausdruck kommen, die bei der Begleitung viel Raum und Sicherheit durch die Präsenz der Eltern und mir als Therapeutin erhalten. Die Eltern werden von mir begleitet und sie erhalten Sicherheit, wie sie ihr Kind zu Hause unterstützen und so die Heilung fördern können. Nach einer craniosacralen Therapie sind die Kinder oft sehr ausgeglichen und entspannt.

Bei der Behandlung von Säuglingen leisten Mutter und Vater grosse Hilfe. In der Behandlung erleben sie, wie sie ihr Kind durch Höhen und Tiefen begleiten können, was als sehr stärkend, vertrauensvoll und bindungsfördernd erlebt wird.

