

Kinder

Das Leben eines Menschen hat biologisch seinen Anfang im Moment der *Empfängnis*. Von diesem Augenblick an beginnt die Entwicklung des menschlichen Lebens. Das Kind wächst, durchläuft eine unglaubliche und kontinuierliche Entwicklung in den Monaten der *Schwangerschaft* und schon in der Gebärmutter übt es sich zunehmend in *Bewegungen*, welche sich als Muster im Gehirn abbilden.

Wissenschaftlich mittlerweile gut erforscht, ist heute bekannt, dass die Entwicklung von Embryo und Fötus in einer Wechselwirkung mit seiner ihm umgebenden Welt geschieht. Er erfährt erste Prägungen durch den Verlauf der Schwangerschaft.

Ein absolut einmaliger Moment ist dann die *Geburt*: für Mutter und Kind!

Hier erleben Beide die erste Erfahrung von körperlicher Trennung. Das Kind verlässt die schützende Umgebung der Gebärmutter, die Mutter lässt ihr Kind zum ersten Mal los. Das ist der Moment, in dem wir das Kind „**Willkommen!**“ heißen.

Start ins Leben

Kinder erleben die Welt aus ihrem *ganzheitlichen Sein* heraus. Jede Erfahrung die sie machen, wird auf allen Ebenen wahrgenommen; im körperlichen Empfinden, Erspüren und im emotionalen Fühlen.

Es entspricht dem natürlichen, biologischen Prozess, dass Kinder die Welt erforschen wollen. Sie wollen *wachsen*, gleichzeitig *verbunden* und *frei* sein, sie wollen dazu gehören.

Begeisterung und Entdeckerfreude ist die natürliche Motivation im Kind. Wenn ein Kind sich *sicher* und *geborgen* fühlt, dann kann es nach Außen in die Welt gehen und jederzeit wieder zurückkommen. Widmet der Erwachsene dem Kind seine Aufmerksamkeit, zeigt Interesse an seinen Erzählungen und Gefühlen, schenkt ihm Zeit und seine Präsenz, dann entsteht für das Kind ein sicherer Rahmen und es kann seine Eindrücke gut verarbeiten. So kann es wachsen: körperlich, psychisch und geistig. Es entwickelt *Selbstwertgefühl* und *Selbstvertrauen*. Mit den wachsenden Aufgaben, wächst auch die Fähigkeit sie lösen zu können.

Anders die Welt des Erwachsenen. Was für ihn ohne Bedeutung ist, kann für ein Kind sehr beeinträchtigend, bis hin zu traumatisierend sein. Zum Beispiel: viele Menschen gleichzeitig, laute Geräusche, intensive Gerüche, grelles Licht und Ähnliches. Für viele Erwachsene alles unscheinbar, doch Kinder erleben die Welt aus ihrer ganz eigenen Perspektive – sehr direkt, zu Beginn ohne Schutzmechanismen. Sie sind angewiesen auf Schutz, Liebe, Fürsorge.

Ursachen von Symptomen bei Kindern können *körperlicher Art*, wie Stürze, Unfälle, Krankheit oder Ähnliches sein. Doch auch *seelische Belastungen* und *Verletzungen* können traumatische Symptome hinterlassen, zum Beispiel: anhaltende familiäre Spannungen, Trennungen, ein Kind hat etwas Schlimmes beobachtet, ein Elternteil ist selbst traumatisiert und Vieles mehr.

Jedoch auch Ereignisse vor oder während der *Geburt* spielen eine große Rolle. Musste die Mutter während der Schwangerschaft Schlimmes erfahren oder war die Geburt sehr lang und/oder schwierig, dann hinterlässt das deutliche Spuren im Kind.

Kinder sind *abhängig* und brauchen eine *sichere Welt*. Dazu gehört, dass sie sich der Familie *zugehörig fühlen*. Um diese **Beziehung** und **Bindung** zu schützen sind sie bereit alles dafür zu tun.

Mögliche **Symptome**:

- Nervöse Unruhe
- Konzentrationsstörungen
- werden leicht wütend / aggressiv
- Bauchschmerzen
- Schlafstörungen
- Nächtliches Einnässen
- Ängste, sozial und/oder generell
- Vermeidungsverhalten in bestimmten Situationen

Die **therapeutische Arbeit** mit Kindern gestaltet sich oft über das *Spiel*. Hier finden sie eine *kreative Gestaltungsmöglichkeit*, ihrem inneren Erleben einen Ausdruck zu geben. Das kann entstehen, wenn Kinder eine erlebte Situation zum Beispiel nachspielen. Oder sie drücken ihr (inneres) Erleben über das Malen aus, auch Finger- / Handpuppen sind ein Beispiel für die Arbeit mit Kindern. Die kreative Ausdrucksform von ihnen kann sehr überraschend und so wunderbar sein.

Kinder „erzählen“ somit von ihrem Erleben, Ihre Gefühle, Ängste, Sorgen, was auch immer sie beschäftigt. Sie können dadurch in Kommunikation gehen, und gleichzeitig verlagern sie das Innere nach Aussen, was ihnen eine Distanz zu ihrem Erleben schafft und so weniger bedrohlich ist.

Durch ihre Abhängigkeit können Kinder es nicht riskieren aus dem (Familien-) Verbund ausgeschlossen zu werden. Auf unbewusster und zunehmend bewusster Ebene, entwickeln sie Überlebensstrategien, was bedeutet dass sie alles tun, um die Beziehung und Bindung zu schützen und zu bewahren.

Wenn dieses Gefühl von *Sicherheit* und *Geborgensein* nicht gewährleistet ist, bedeutet das aus kindlicher Sicht subjektiv empfundene Lebensgefahr! Es kann weder fliehen noch kämpfen.

Das führt zu Gefühlen großer *Bedrohung*, absoluter *Hilflosigkeit*, *Ohnmachtsempfinden* bis hin zur *Todesangst*.

Hier kann begleitend mit *therapeutischer Berührung* behandelt werden. Durch gezielten physischen Kontakt erfährt das Nervensystem des Kindes eine Beruhigung und Regulierung. Durch die Gehirnforschung wissen wir mittlerweile, dass Nervensysteme physiologisch miteinander in *Resonanz* gehen (siehe Beispiel Spiegelneurone). Für die Prozessarbeit bedeutet dies, dass ein weniger gut reguliertes Nervensystem (hier das Kind) sich an einem gut regulierten Nervensystem (der Erwachsene) orientiert und in physiologische Resonanz damit geht. Sowohl in der Begegnung und Miteinander sein, wie auch über achtsame Berührung.

So ist es Kindern häufig möglich nach überfordernden Erlebnissen den Weg zurück in eine gute Regulierung zu finden, die ihnen das Gefühl von Sicherheit, Geborgensein und Zufriedenheit vermittelt. Sie erforschen dann wieder frei ihre Welt, wachsen und gedeihen und entwickeln die Fähigkeiten ihr Leben aus einem Gefühl der *Selbstermächtigung* und *Handlungsfähigkeit* heraus zu gestalten.