

Klaus Käppeli-Valaulta, lic.phil. I, Fachpsychologe für Psychotherapie FSP, Praxis für somatische Psychotherapie, St.Leonhardstrasse 4, CH-9000 St.Gallen
+41(0)71 223 48 91 klaus.kaeppli@bluewin.ch / www.koerperpsychotherapie.org

Seminar zu Trauma und Bonding Dienstag, 26. Oktober 2010, Gifhorn

Arbeit mit schwangerschafts- und geburts-traumatisierten Kindern. Wie können wir Kinder in der Verarbeitung unterstützen?

In der Arbeit mit traumatisierten Kindern werden wir häufig in unseren Gefühlen berührt, und wir erleben nicht selten unbekannte Reaktionen unseres Körpers. Ohne dass wir bewusst daran denken, werden im Unbewussten gelagerte Erfahrungen aus unserer eigenen Schwangerschafts-, Geburts- und Kindheitsgeschichte geweckt. Es ist daher unumgänglich, dass wir unsere eigene Geschichte kennen und damit gearbeitet haben. So vermeiden wir Übertragungen, die nichts mit der Geschichte des Kindes, sondern mit unserer eigenen zu tun haben. Die Gegenübertragung kann uns dabei helfen, den Gefühlen auf die Spur zu kommen und sie zu ordnen. Zudem schützt es uns davor, ins System des Kindes und seiner Familie zu fallen, was sich lähmend auf unser Handlungspotential auswirken würde. Gleichzeitig vermögen wir erfolgreicher dem Kind und seinen Eltern mit Empathie zu begegnen.

In **meiner Arbeit mit Kindern** verwende ich die gleichen Prinzipien wie bei der Geburtsarbeit mit Erwachsenen. Diese versuche ich den Eltern für deren Umgang mit sich selber und dem Kind weiterzugeben. Die Arbeit mit traumatisierten Kindern beginnt aber bei mir selbst.

- 1. Prinzip:** Zentriere dich! Komme bei dir an. Zentrierungsübung nach Ray Castellino: Schliesse die Augen und beachte deinen Atem; Spüre deine Füsse, den Boden unter dir, Mutter Erde; Spüre deinen Scheitel, was über dir ist, Vater Himmel; Spüre deine rechte Körperseite; Spüre deine linke Körperseite; Spüre deine Rückseite; Spüre deine Vorderseite; Spüre, was innen ist in deinem Körper; Spüre, was um dich herum ist. Achte wieder auf deinen Atem und öffne deine Augen.
- 2. Prinzip:** Den Raum öffnen für das Kind und seine Geschichte. Das Kind soll seine Sicht des Ereignisses zeigen können. Dazu braucht es aber Bezugspersonen, die ihre Aufmerksamkeit zurücknehmen und dadurch den Raum innerlich weit machen.
- 3. Prinzip:** Langsam werden. Durch das Verlangsamten des eigenen Rhythmus ermöglichen wir dem Kind, selbst langsam zu werden. Bei langsamem Tempo gelingt der Zugang zu den Gefühlen und zu einer Dekompression des Geschehenen. D.h. Traumas sind meistens sehr komprimierte Ereignisse. Dadurch wird es schwierig, die einzelnen Aspekte zu erkennen und den Gefühlsgehalt dabei zu erkennen. 10 Sekunden-Regel im Umgang mit Kleinkindern.
- 4. Prinzip:** Impulse des Kindes unterstützen und seine Kraftquellen erkennen und würdigen. Kleine Kinder brauchen keine Förderprogramme. Wenn wir die Impulse, d.h. bereits die ganz feinen, beachten und unterstützen, dann lernt das Kind, dass es so, wie es ist, o.k. ist. Es fühlt sich herausgefordert, den Impuls zu wiederholen und zu differenzieren.
- 5. Prinzip:** Ressourcen. Die Ressourcen des Kindes beachten (Pausen einlegen, tiefen Atemzug, ruhender Blick usw.) und anerkennen.
- 6. Prinzip:** Relevante Geschichte beiziehen. Dazu dient ein differenzierter Fragebogen zu Schwangerschaft und Geburt des Kindes und zur eigenen Geburt. Anhand dessen können das Kind und seine Eltern gezielt unterstützt und lähmende Wiederholungen erkannt und ausgeschaltet werden.
- 7. Prinzip:** Dem Kind folgen und die eigenen Gefühle dabei spiegeln. Kinder wählen oft ganz gezielte Spielsachen, Tiere oder Spiele, um ihre Geschichte zu erzählen. Dabei werden wir in unseren Gefühlen berührt und herausgefordert. Mitteilen, wo wir innerlich sind, ist für das Kind eine ganz wichtige Orientierungshilfe, die damals gefehlt hat.
- 8. Prinzip:** Anerkennen, dass Kind und Eltern es geschafft haben.

© Klaus Käppeli 20.10.10