

Spezifisches Infoblatt

Craniosacral-Therapie für Schwangere, Babys und Eltern

Eine kurze, grundsätzliche Einführung in die Craniosacrale-Energiearbeit enthält meine allgemeine Broschüre. Craniosacrale-Energiearbeit erspürt den Fluss und die Pulsation der Lebensenergie im Körper. Sie aktiviert diese auf sanfte Weise. Dies kann oft helfen, Stress, Spannungen und Blockierungen in den Geweben, Knochenverbindungen oder Organen zu lösen. Das Werden eines neuen Lebens geschieht durch das Wirken von archetypischer Lebenskraft. Frauen während Schwangerschaft und Geburt, Babys, die ins Leben hineinwachsen, wie auch Männer, die Väter werden, erleben dies ganz direkt. Sie sind speziell herausgefordert, sich dem Leben hinzugeben, was eine beglückende, wunderschöne, wie auch gelegentlich schwierige, überfordernde Aufgabe sein kann. Craniosacrale-Energiearbeit kann dabei begleiten und unterstützen.

- Während der Schwangerschaft und als Vorbereitung auf die Geburt kann sie helfen, den körperlichen und seelischen Wachstumsprozess zu bewältigen, Spannungen im Rücken und im Becken zu lösen, die nötigen Kräfte für die Geburt in sich zu spüren.
- Wenn die Mutter durch die starken, während der Geburt einwirkenden Kräfte zeitweilig überfordert wird, besonders auch wenn Wehen/Narkosemittel oder chirurgische Eingriffe eingesetzt werden müssen, bleiben unter Umständen Stress, Spannungen oder Überforderung im Körper und im Energiesystem gehalten und erschweren später die Regeneration und die Beziehung zum Baby. Durch Craniosacrale-Energiearbeit können solche Blockierungen nachträglich erspürt, gelöst und verarbeitet werden.
- Dasselbe gilt für das Baby. Die Methoden dieser Energiearbeit sind sehr sanft und nicht invasiv. Sie unterstützen das Potential der sich entwickelnden Lebensenergie und begleiten das Baby auf seinem Weg ins Leben.
- Der Kopf des Babys ist noch weich und beweglich, um sich während der Geburt dem Geburtskanal anpassen zu können. Durch natürlichen Impuls gleicht sich die Kopfform nach der Geburt wieder aus. Wenn der einwirkende Druck jedoch sehr stark ist, speziell auch wenn Zange oder Saugglocke angewendet werden müssen, können die Selbstheilungskräfte geschwächt oder überfordert sein. Dies zeigt sich durch Asymmetrie, „Beulen“ oder Abflachungen in der Kopfform oder einseitige Körperhaltung, die länger bestehen bleiben. Die Spannung oder Kompression kann sich nicht lösen. Craniosacrale-Energiearbeit aktiviert die natürlichen Kräfte wieder und unterstützt sie. Ziel ist es, durch eine ausgeglichene Körperstruktur ein freies Energiefeld als Voraussetzung für eine gesamthaft gesunde Entwicklung des Babys zu schaffen.
- Auch häufiges Weinen, Probleme beim Saugen, Verdauungsbeschwerden, Koliken oder Schlafstörungen sind, sofern nicht ernsthafte gesundheitliche Ursachen bestehen, oft Ausdruck von Geburtsstress, Spannungen oder Kompressionen. Wenn der Energiefluss unterstützt und ausgeglichen werden kann, ist der kleine Organismus besser in der Lage, sich zu regenerieren. Der Stress löst sich und die Funktionen können sich normalisieren.
- Bei einem Kaiserschnitt ändern sich die Verhältnisse für das Baby durch das rasche Herausgeholtwerden aus dem Fruchtwasser in den freien Raum sehr schnell. Da der Geburtsprozess fehlt, haben Körper und Seele kaum Zeit und Impulse, die Wandlung durch eigene Reaktionen und Anpassung zu bewältigen. Der Organismus ist oft durch das Tempo überfordert, was ebenfalls Stress oder Resignation auslösen kann. Durch Craniosacrale-Energiearbeit kann nachträglich ein behutsamer Verarbeitungsprozess initiiert werden.
- Babys brauchen es manchmal, einfach weinen zu dürfen. Wenn sie sich dabei von den Eltern gehört und gehalten fühlen, kann solches Weinen seelisch sehr befreiend sein und zu einer anschliessenden tiefen Entspannung führen. Für Eltern kann es jedoch sehr schwierig oder schmerzhaft sein, ihr Kind dabei zu begleiten, dessen Weinen zuzulassen. Einerseits aus Verunsicherung, ob sie die Sprache und Bedürfnisse des Babys wirklich richtig interpretiert haben, andererseits, weil es bei ihnen selbst an schwierige Gefühle rührt, oder Stress auslöst. In der Therapie versuche ich gemeinsam mit Eltern herauszufinden, was abläuft, wenn das Baby weint und begleite sie, Entspannung und Vertrauen dabei zu finden.
- Auch (werdende) Väter, die sich vertieft mit dem „Wunder des Lebens“, sich selbst und ihrem Vater-Sein auseinandersetzen möchten, können durch Craniosacrale-Energiearbeit wertvolle Erfahrungen erhalten.

Craniosacrale-Energiearbeit ersetzt nicht eine ärztliche Abklärung oder Behandlung, wenn eine solche nötig ist.

Ursina Eggmann, Praxis Sulzbergstrasse 5, 8400 Winterthur, Tel. 052 202 55 79