

Daniel Agustoni

# Craniosacral-Therapie für Kinder



Daniel Agustoni

# Craniosacral- Therapie für Kinder

Grundlagen und Praxis  
ganzheitlicher  
Heilung und Gesundheit



Vor und nach der Geburt, Babys, Kinder bis 12

Kösel

## Hinweise

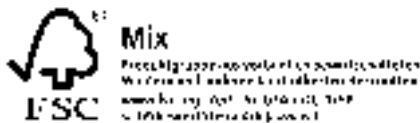
Alle Behandlungsvorschläge und Hinweise in diesem Buch sind vom Autor sorgfältig geprüft und erprobt worden. Eine Garantie kann dennoch nicht übernommen werden. Eine Haftung des Autors bzw. des Verlages für Personen-, Sach- und Vermögensschäden ist daher ausgeschlossen.

Die im Buch beschriebenen Anwendungen können bei ernsthaften gesundheitlichen Problemen eine Behandlung durch Ärzte oder Heilpraktiker nicht ersetzen.

Die Ausübung von Körperarbeit unterliegt der unterschiedlichen Gesetzgebung in den jeweiligen Staaten bzw. Bundesländern/Kantonen. Lassen Sie sich von Ihrer Rechtsauskunft, Ihrem Berufsverband oder amtlichen Stellen wie dem Gesundheitsamt über die Rechtslage beraten, bevor Sie eine Behandlung an Patienten/kranken Menschen oder gegen Bezahlung anbieten. Empfehlung: Zur Behandlung von gesunden Kindern, zum Beispiel zur Entspannungshilfe im Familien- oder Bekanntenkreis, werden der Besuch von Craniosacral-Fachkursen, Supervision und eigene Behandlungen beim ausgebildeten Craniosacral-Praktizierenden empfohlen. Für die therapeutische Behandlung ist der Besuch einer mehrjährigen fundierten Craniosacral-Ausbildung nötig.

Die Formulierungen wie Therapeut, Behandler etc. wurden aufgrund der besseren Lesbarkeit gewählt, sie schließen jedoch immer die männliche *und* weibliche Form mit ein. Der Begriff »Craniosacral« wurde meistens mit CS abgekürzt.

Fotos im Innenteil: Tom Schneider ([www.tom-ifd.ch](http://www.tom-ifd.ch)); alle Grafiken: Petra Reinmuth, außer S. 24: Michael Hartmann, Susanne Noller (Bearbeitung von Tom Schneider); – alle: ©Sphinx-Craniosacral-Institut Basel.



Verlagsgruppe Random House FSC-DEU-0100

Das für dieses Buch verwendete FSC-zertifizierte Papier *Praximatt* liefert die »Deutsche Papier Vertriebs GmbH«.

Copyright © 2008 Kösel-Verlag, München, in der Verlagsgruppe Random House GmbH

Umschlag: Elisabeth Petersen, München

Umschlagmotive: mauritius images, Mittenwald (Blüte); Tom Schneider (Kinderfotos)

Druck und Bindung: Kösel, Krugzell

Printed in Germany

ISBN: 978-3-466-34515-1

[www.koesel.de](http://www.koesel.de)

# Inhalt

Geleitwort von Joachim Lichtenberg . . . . . 9

Vorwort des Autors . . . . . 11

## Teil I

Übersicht . . . . . 15

1 Heilung und Gesundheit für Kinder und Eltern . . . . . 16

2 Meine erste Craniosacral-Babybehandlung . . . . . 18

3 Die Craniosacral-Therapie . . . . . 22

4 Geschichte der Craniosacral-Kinderbehandlung . . . . . 33

5 Basiselemente und Heilungsimpulse in der Craniosacral-  
Kinderbehandlung . . . . . 37

6 Wozu dient die Craniosacral-Kinderbehandlung? . . . . . 39

7 Von wem die Craniosacral-Kinderbehandlung angewendet wird . . . . . 44

8 Eltern, Kinder und ihr verändertes Umfeld im 21. Jahrhundert . . . . . 45

## Teil II

Empfängnis, Schwangerschaft, Geburt, Entwicklung . . . . .	47
<b>Empfängnis</b>	
1 Unerfüllter Kinderwunsch, ungewollte Schwangerschaft . . . . .	48
<b>Schwangerschaft</b>	
1 Die Schwangerschaft . . . . .	55
2 Das vorgeburtliche Kind: Von der Zeugung zum geburtsreifen Kind . . . . .	72
3 Das Bindungsverhalten während der Schwangerschaft. . . . .	80
<b>Geburt</b>	
1 Die Lage des Kindes und Geburtsvorgang . . . . .	87
2 Wie das Kind die Geburt erlebt . . . . .	93
3 Die erschwerte Geburt . . . . .	102
<b>Entwicklung</b>	
1 Entwicklung vom Neugeborenen zum zirka 5-jährigen Kind . . . . .	113
2 Bindung nach der Geburt und in den Entwicklungsphasen . . . . .	118
3 CS-relevante Anatomie, Neuroanatomie und -physiologie . . . . .	132
4 Die Behandlung von Mutter und Kind nach der Geburt . . . . .	151
5 Weitere Themen während der Entwicklung. . . . .	160

## Teil III

Elemente der ganzheitlichen Craniosacral-Kinderbehandlung . . . . .	185
1 Das Wunder der Selbstheilung . . . . .	186
2 Grundlagen einer nicht-invasiven Kinderbehandlung . . . . .	194
3 Allgemeine und craniosacral-spezifische Evaluation . . . . .	237
4 Unterschiedliche Behandlungsansätze und verschiedene Rhythmen als Ausdruck des Lebensatems . . . . .	251
5 Lösungsansätze nach Schock und Trauma . . . . .	259

## Teil IV

Praxis der Craniosacral-Kinderbehandlung . . . . .	265
1 Grundsätzliches und Praxistipps. . . . .	266
2 Behandlungsmöglichkeiten für Hebammen, Kinderkrankenschwestern, Heilpädagogen und weitere Fachleute . . . . .	277
3 Für Craniosacral-Praktizierende . . . . .	292
4 Heilsame Berührung für Kinder mit körperlicher/geistiger Behinderung . . . . .	326
5 Einige Indikationen mit Hinweisen für die Craniosacral-Behandlung	330

## Teil V

Behandlungsbeispiele . . . . .	349
Anhang . . . . .	375
Dank . . . . .	378
Literatur . . . . .	379
Glossar . . . . .	382
Register . . . . .	388
Adressen und Web-links . . . . .	393



# Geleitwort

## von Joachim Lichtenberg

Als Mitte der 1980er-Jahre die ersten Craniosacral-Therapiekurse in die Schweiz, nach Deutschland und Österreich kamen, war mit *Craniosacral Therapy* von John Upledger nur ein einziges Buch zur Methode erhältlich. Das Pendant dazu, *Osteopathy in the Cranial Field* von Harald I. Magoun hingegen, wurde damals nur an Osteopathen verkauft! In beiden Werken ist der Behandlung von Neugeborenen, Kleinkindern und älteren Kindern jeweils nur ein Kapitel gewidmet. Was die praktische Umsetzung bei Kindern betrifft, die sich nicht still hinlegen oder sogar schreien, gab es in der Fachliteratur wenig Hilfestellung. In Kursen wurde betont, dass – trotz des Schreiens – die Hände ruhig weiterbehandeln sollten und dass diese Lautäußerungen und das heftige Bewegen die Korrekturen im Gewebe durchaus unterstützen würden.

»Was ist nun ein hilfreicher, lösender Griff und was wird eher zum Übergriff?«, war für mich als Diplompsychologe und Körperpsychotherapeut damals die Frage. Die entsprechende Gratwanderung schien den erfahrenen und charismatischen Ausbildern selbstverständlich zu gelingen. Für uns Schüler und Schülerinnen war diese Herausforderung anfänglich eine Überforderung. Und so war »Learning by doing« angesagt – ein langsames Vorarbeiten vom Erwachsenen zum Heranwachsenden, vom Grundschulkind zum Kindergartenkind und vom Kleinkind zum Baby.

Vor 20 Jahren durfte ich als Übersetzer dabei sein, als mein Lehrer William Martin Allen (ein Schüler von Viola Frymann) den neugeborenen Sohn eines guten Freundes in meiner Praxis behandelte. Die heilsame Wirkung der Craniosacral-Therapie war uns schon vertraut, aber der fast selige Umschwung in der Stimmung des Säuglings ergriff uns alle. Anfang der 1990er-Jahre begann ich selbst zu unterrichten. Bezüglich der Kinderbehandlung beschränkte ich mich auf die Weitergabe von Grundsätzen. Doch wenige Jahre später »überredete« mich eine Schülerin, selbst die Behandlung von Kindern zu demonstrieren. Es half auch, dass *La Thérapie cranio-sacrée chez l'Enfant* von Nicette Sergueef 1995 auf Deutsch erschien, wobei der Ansatz von Viola Frymann auch einem breiteren Fachpublikum zugänglich gemacht wurde.

Die Zeit war reif, und glücklicherweise durfte ich den geburtsbezogenen Ansatz der Ärztin und Osteopathin Dr. Joelle-Aimée Kubisch kennenlernen und an einer dreijährigen Ausbildung bei William Emerson und Ray Castellino zur Therapie von vorgeburtlichen und geburtlichen Traumata teilnehmen.

Als die Nachfrage immer größer wurde, begann ich 1999 Kinderkurse mit jeweils vier Live-Demonstrationen zu geben. Als der Autor dieses Buches ein Jahr spä-

ter anbot, diese für mich auch in Basel zu organisieren, kam es zu einer sehr erfreulichen Zusammenarbeit von uns beiden.

Um das Vertrauen des Kindes zu erarbeiten, ist es sinnvoll, die Eltern kurz vorzubehandeln. Diese verstehen dann, dass mit sanfter, unscheinbarer Berührung ein rascher Spannungsausgleich und ein tiefes Wohlgefühl möglich werden. Es gelingt ihnen danach auch viel leichter, entspannt und geduldig der Sitzung zu folgen.

Das osteopathische Ziel, einen Bewegungsverlust des Gewebes wieder in Beweglichkeit zu verwandeln, ist nach wie vor gültig. Der therapeutische Umgang mit Säuglingen und anderen Kindern erfordert darüber hinaus eine besondere Art des Kommunizierens. Die anschaulichen und detailreichen Behandlungsbeispiele in diesem Buch regen zu einer produktiven Nachahmung an. Sie zeigen auch die Vorteile einer langsamen, achtsamen und behutsamen Begegnung auf, denn so kann eher wahrgenommen werden, wie Kinder über Blicke, Töne und Bewegungen ihre Bedürfnisse und Fähigkeiten mitteilen. Dies wiederum trägt wesentlich zu einer gemeinsamen, freiwilligen und damit gelingenden Arbeit bei.

Das Literaturverzeichnis dieses Buches belegt, dass der Mangel an ausführlicher Fachliteratur zur Kinderbehandlung in den letzten Jahren abgebaut wurde. Wie bei den anderen erfolgreichen Büchern von Daniel Agustoni zur Craniosacral-Therapie, werden auch hier die Leserinnen und Leser die sorgfältige und fundierte Darstellung des Autors zu schätzen wissen. Es ist zudem sehr inspirierend, mit welcher Klarheit wesentliche, aktuelle Entwicklungen in diesem Buch dargestellt werden: das Verarbeiten von Schock- und Traumafolgen, die Dreigliederung des autonomen Nervensystems, die Forschungen zur Resilienz als einem Wiedererlangen von Gesundheit, die therapeutische Bedeutung von sogenannten Geburtsspielen und das Fördern einer liebevollen Bindung zwischen Kind und Eltern. Wohltuend wird im Text erkennbar und spürbar, wie diese neuen Erkenntnisse produktiv mit der tatsächlichen, täglichen Praxis verbunden sein können.

Eine anregende Lektüre und ein beherztes Umsetzen wünscht

*Joachim Lichtenberg  
Tübingen im Mai 2008*

# Vorwort des Autors

Es berührt mich immer wieder zutiefst, wenn ich Kinder und deren Eltern auf ihrem Weg mit Craniosacral-Behandlungen unterstützen darf, sei es in meiner Praxis oder als Kursleiter beim Unterrichten in Craniosacral-Kinderkursen.

Für viele Babys und Kinder wirkt die sanfte, nicht-invasive craniosacrale Berührung und Behandlung in relativ kurzer Zeit, indem sie in hohem Maße die Selbstheilungskräfte aktiviert. Geschieht dies, weil Säuglinge und Kinder meistens sehr authentisch, sensitiv und mit sich und der Welt im Hier und Jetzt verbunden sind? Etwa, weil sie noch nicht so sehr mit Konditionierungen belastet sind? Oder weil während der Entwicklungsphasen der Ausdruck des Lebensatems und weitere formende Kräfte ein immenses Potenzial entwickeln, das – vom Craniosacral-Therapeuten unterstützt – freigesetzt wird und so der Gesundheit des Kindes wieder frei zur Verfügung steht? Ist es das Geschick des CS-Therapeuten, eine eingeschränkte Struktur behutsam zu befreien und die Sitzung optimal zu integrieren? Ist es womöglich der neutrale, wohlwollend-optimistische und entspannte Therapeut, der Kindern und Eltern einen vertrauensvollen und sicher begleitenden Rahmen anbietet, in dem die innewohnenden Kräfte auf die Körper-, Geist- und Seele-Ebene einwirken können?

Hebammen, Kindergärtnerinnen, Heilpädagogen und Logopäden mit craniosacraler Ausbildung berichten mir öfter, dass viele Kinder positiv auf Lernangebote zur Entspannung, auf Spür- und Wahrnehmungsübungen und auf die Craniosacral-Behandlungen ansprechen. Obwohl einige Kinder teilweise schon erschreckend früh verspannt sind – beispielsweise aufgrund einer belastenden Familiensituation oder durch Schulstress, zu viel Fernsehen und Computerarbeit und zu wenig Bewegung –, erfahren sie in Behandlungen, wie einfach es ist, sich wieder tief zu entspannen. Wird dies möglich wegen ihres noch sehr flexiblen, anpassungsfähigen autonomen Nervensystems? Oder ist es aufgrund dessen, dass die »kleinen Buddhas« noch tiefer als Erwachsene mit Kerneerfahrungen wie der Liebe und Freude, mit dem Strömen und Fließen im Körper verbunden sind? Ist es vielleicht deshalb möglich, weil Kinder im Moment leben, spontan sind und reagieren, weil sie mit dem Lebendigen auf natürliche Weise verbunden sind? Erinnern sich Kinder (und Jugendliche) mit ihrem Körper und dessen Zellgedächtnis bewusst oder unbewusst an ursprüngliche, primäre Zustände? Aus meiner Sicht tragen all diese Elemente im Zusammenspiel zur Selbstregulation und Heilung bei.

Während einer Craniosacral-Behandlung an Babys und größeren Kindern ist es für den Angehörigen, der mit im Raum ist, manchmal nicht ersichtlich oder nachvoll-

ziehbar, was genau geschieht. Der Therapeut kann zwanzig Minuten still eine Körperstelle berühren und kaum etwas sagen. Er kann auch den Rumpf und die Schädelknochen entspannen oder er begleitet das unbeschwert spielende Kind darin, wie es zum Beispiel sicher und bewusst dem eigenen Tempo entsprechend von der Massage liege auf dem vorbereiteten weichen Boden landet. Was geschieht dabei eigentlich, ist alles dies Craniosacral-Kinderbehandlung?

In den letzten 20 Jahren hat sich die Craniosacral-Therapie an Kindern stetig weiterentwickelt. Heute schöpfen umfassend ausgebildete CS-Therapeuten aus dem Erfahrungsschatz verschiedener Behandlungsansätze mit einer Vielzahl von Elementen, welche für ganzheitliche CS-Behandlungen genutzt werden können.

Dieses Buch zeigt, wie die Craniosacral-Therapie die Entwicklung des Kindes individuell fördert und Heilungsimpulse auf ganzheitlicher Ebene anregt. Ich stelle darin sowohl die wichtigsten Grundlagen als auch die verwandten Themenbereiche der CS-Kinderbehandlung vor. Es richtet sich einerseits an Fachpersonen wie Hebammen, Pädagogen, Psychologen, Ärzte und Heilpraktiker mit Interesse an körperorientierten Therapien. Aber auch interessierte Eltern und Angehörige können die behutsame Arbeitsweise des CS-Kindertherapeuten sowie die Wirkungsebenen dieser sanften Methode verstehen lernen. Andererseits habe ich dieses Buch auch für fortgeschrittene Schüler und Praktizierende der CS-Therapie geschrieben, welche noch wenig Erfahrung mit Kinderbehandlungen haben, damit sie sich ein umfassendes Bild davon machen können. Sie und andere Körpertherapeuten lernen die Vielfalt der ressourcen- und lösungsorientierten Craniosacral-Kinderbehandlung kennen.

Ein Anliegen ist es mir, neben Anwendungstheorien und praktischen Tipps auch zu einem tieferen Verständnis der gesamten Thematik hinzuführen. Die Behandlungsbeispiele dienen dazu als wertvolles Mosaikstück.

Freiwilligkeit und gegenseitiges Vertrauen sind wichtige Elemente der CS-Kinderbehandlung. Je mehr Lern- und Behandlungsangebote der CS-Praktizierende den Kindern anbieten kann, umso vielfältiger, spielerischer und individueller kann die Behandlung miteinander gestaltet werden.

Dieses Buch erhebt nicht den Anspruch absoluter Vollständigkeit und benennt nicht eine bestimmte Form der Craniosacral-Kinderbehandlung als »richtig« oder »gut«. Es geht mir auch nicht darum, viele Techniken oder Griffe zu vermitteln, sondern es werden vielschichtige Ebenen dieser ganzheitlichen Behandlungsform aufgezeigt. Kinder und oftmals auch die anwesenden Eltern finden körperliche und emotionale Entspannung und können mehr Leichtigkeit erfahren. Insbesondere die Kinderbehandlungen sind für CS-Praktizierende eine Einladung, sich selbst dem Le-

bensfluss hinzugeben und gleichzeitig dem therapeutischen Prozess zu vertrauen und ihn interaktiv zu begleiten.

Die Motivation, dieses Buch zu schreiben, entstand aus den zahlreichen berührenden und heilenden CS-Kinderbehandlungen, welche ich in den vergangenen 14 Jahren geben und erleben durfte. Heilsame Wunder geschehen immer wieder. Nicht, indem man sie erzwingen will, sondern durch die Kombination von Empathie, Fachwissen, Erfahrung und dem vollen Vertrauen in die enormen ausgleichenden und heilenden Kräfte von Mensch, Natur und Kosmos.

Viele Kinder und Eltern brauchen menschliche und fachliche Hilfeleistung in schwierigen Lebensabschnitten. Dafür bietet die hier vorgestellte Craniosacral-Kinderbehandlung eine sanfte und sehr effektive Form. Ich hoffe, dass mit diesem Buch Eltern und Angehörige besser verstehen und begreifen können, wie diese sanfte körperorientierte Therapieform stärkend und heilend auf unsere Jüngsten wirkt.

Wird den Babys und Kindern in ihren Entwicklungsphasen und in belastenden Situationen auf respektvolle Weise geholfen, steht die Lebenskraft wieder dem gesamten Organismus und der Gesundheit zur Verfügung. Kleinere Einschränkungen, Verletzungen oder Handicaps können sich auf einfache Weise auflösen, bevor sie zu gesundheitlichen Beschwerden führen oder uns in fortgeschrittenem Alter ihre Auswirkungen spüren lassen. Oft wird auch die Liebes- und Beziehungsfähigkeit der Menschen gefördert, was sich auf das gesamte Familiensystem positiv auswirken kann.

Die meisten Fachleute sind sich darüber einig, dass heutzutage Themen wie Selbstverantwortung, Gesundheitsvorsorge und Früherkennung von Krankheiten einen immer wichtigeren Stellenwert einnehmen sollten. Ganzheitliche Methoden erfordern zwar mehr Eigenverantwortung und Gesundheitsbewusstsein, finden aber zunehmend mehr Akzeptanz und Anwendung in der Bevölkerung. Die Komplementärmedizin erhält aufgrund modernster bildgebender Verfahren und neuester Forschungsergebnisse aus der Neurobiologie und Zellforschung wachsende Bestätigung: Zahlreiche Betrachtungs- und Behandlungskonzepte aus der »Ganzheitsmedizin«, welche bisher oftmals als »unwissenschaftlich« und unwirksam belächelt oder gar bekämpft wurden, erhalten heutzutage dank neuerer wissenschaftlicher Ergebnisse nun Bestätigung für bislang unfassbare Phänomene.

Ich bin sehr dankbar, wenn Kinder und Eltern durch die Craniosacral-Therapie Erleichterung und Freude erfahren. Die CS-Kinderbehandlung fördert Liebesfähigkeit und Ver-Bindung, Geborgenheit und Gelassenheit. Ich bin zuversichtlich, dass diese Qualitäten in der Folge auch mithelfen werden, die steigende Gewaltbereitschaft in Familien, Schulen, unter Jugendlichen und schlussendlich in der gesamten Gesellschaft zu vermindern.

Insgesamt wünsche ich mir, dass dieses Buch für zahlreiche Menschen beruflich und privat hilfreich sein möge und so einen Beitrag leistet für viele kleine und größere Veränderungen, für Heilungen und sogenannte Wunder in uns, in unseren Kindern und in unserer Welt.

*Daniel Agustoni*  
*Basel, im Frühjahr 2008*

# Übersicht

# Heilung und Gesundheit für Kinder und Eltern

# 1

Die Phasen der Schwangerschaft, Geburt und Entwicklung des Kindes bringen sowohl für die Mutter als auch für den Vater große Veränderungen. Diese Übergänge können als eine Art Initiation betrachtet werden. Sie wecken bei beiden Elternteilen Hoffnungen und Befürchtungen. Veränderungen sind große Chancen für die eigene innere Heilung. Bei den Eltern werden aufgrund ihrer Mutter- und Vaterschaft bewusst oder unbewusst Erinnerungen aus der eigenen prä- und perinatalen Zeit, der frühen Kindheit und verschiedenen späteren Situationen als Kind aktiviert. Bezieht der CS-Therapeut nicht nur die strukturelle Ebene des Kindes in seine Behandlung mit ein, ermöglicht dies Heilung auf umfassenderer Ebene. Beide Elternteile erfahren während der Schwangerschaft, der Geburt und danach Emotionen wie Freude, Ängste oder Aggressionen. Diese stehen meist auch in Bezug zu eigenen Kindheitserlebnissen, die unsere Persönlichkeit prägten. Anstatt eigene Gefühle zu verdrängen, kann für Mutter und Vater durch Bewusstwerden der eigenen Geschichte Heilung von alten Wunden geschehen. Ist der CS-Therapeut beispielsweise mit der Primärtherapie, Gestalttherapie oder systemischen Familientherapie vertraut, kann er möglicherweise Schwierigkeiten der Eltern in Bezug auf ihr Bindungsverhalten erkennen und sie zum Spüren und zur Selbstreflexion einladen. Die Eltern werden beispielsweise dazu angeregt, die eigenen Gefühle besser von denen des Kindes zu unterscheiden und dann die eigenen Gefühle authentisch zum Ausdruck zu bringen.

Mit der Schwangerschaft und Geburt eines Kindes verändert sich die Partnerschaft, denn es entsteht eine Triade Mutter-Kind-Vater. Wird die neue Situation bewusst und können Ängste (ohne sie überzubewerten) offen angesprochen werden, kann deren Veränderung und Auflösung transformierend für alle Beteiligten sein. Die Bedürfnisse, Befürchtungen oder Ängste beider Elternteile während der Schwangerschaft anzusprechen und zu klären, schafft zusätzliches Vertrauen und stärkt die Partnerschaft. Werden Ängste aufgelöst, ist dies auch für den Organismus der Schwangeren und das Kind vorteilhaft, denn Angst führt im ungünstigen Fall zu Verkrampfungen, welche Schmerzen erzeugen und vor allem in der Zeit um die Geburt zu einem Angst-Spannungs-Schmerz-Syndrom führen können. Dem ressourcenorientierten und traumalösenden Ansatz zufolge werden nicht nur die schwierigen, sondern auch die freudigen, positiven Themen angesprochen. Dadurch wird das auftretende angenehme Körpergefühl verankert und somit eine zu starke Aufre-



gung oder Gefühle der Hoffnungslosigkeit vermieden. Durch die Reflexion von eigenen Geburts- und Kindheitsthemen und die bewusste Auseinandersetzung damit reifen möglicherweise beide Elternteile.

Situationen während oder nach der Geburt können neben Glücksgefühlen für Mutter und Vater auch unangenehme Auswirkungen auslösen, zum Beispiel: Schuldgefühle, das Gefühl, nicht genügt, sondern versagt zu haben, Bilder oder Erinnerungen von Schreckensmomenten, sexuelle Unlust. Anstatt diese Gefühle zu beschönigen oder zu verdrängen, können sie (möglicherweise mit therapeutischer Begleitung) wahrgenommen und transformiert werden.

Die Anteilnahme und das Verständnis an der Welt des Babys und Kindes in seinen Entwicklungsstufen machen die Eltern im positiven Fall auch für eigene emotionale Themen sensibler. Dies eröffnet Mutter und Vater möglicherweise den Zugang zum ihrem »inneren Kind« und zu essenziellen inneren Bedürfnissen. In dieser Zeit, in der situationsbedingt sowieso zahlreiche Veränderungen eintreten, können aufgrund der eigenen Rückverbindung mit dem Wesentlichen neue Grundlagen für eine bessere Lebensgestaltung geschaffen werden.

Jede Veränderung bei Personen in seinem nahen Umfeld wirkt sich auch auf das Kind aus. Die Mutter ist dabei quasi der wichtigste Dreh- und Angelpunkt in der Triade. Indem sie (und bestenfalls auch der Vater) mit der CS-Therapie unterstützt wird, erfährt in den meisten Fällen auch das Kind eine Erleichterung.

Durch die CS-Behandlungen des Kindes werden die Eltern indirekt mitbehandelt. Eltern berichten manchmal, dass sie sich vom Zusehen und von der Stimmung der Behandlung am Kind ebenfalls entspannt fühlen. Auch die Tatsache, dass das Kind und die Eltern professionelle Unterstützung erhalten, kann sowohl die Heilung jedes Einzelnen als auch des Familiensystems als Ganzes fördern.

Therapeuten und Eltern können enorm viel von Kindern lernen: Sie sind zwar kleine, aber bereits vollständige Wesen mit hoher Wahrnehmungsgabe, Authentizität, Durchsetzungskraft und Spontanität und dem Gefühl für Lust und Unlust. Das alles sind Anzeichen einer starken Primärpersönlichkeit, die sowohl mit dem Strömen und Fließen im Körper als auch mit Bezugspersonen in Liebe verbunden ist. Die Sekundärpersönlichkeit hingegen spürt sich und ihre primären Grundbedürfnisse kaum, denn sie ist angepasst, konditioniert, fixiert und häufiger auf Konsum und Anerkennung ausgerichtet – mit Mangel an Kohärenz und Authentizität. Die CS-Behandlungen geben dem Kind *und* den Eltern auch die Chance, vermehrt ihre ureigenen Grundbedürfnisse wahrzunehmen und ihre Primärpersönlichkeit zu entfalten.

# Meine erste Craniosacral-Babybehandlung

# 2

Ich möchte mit einem Behandlungsbeispiel beginnen. Es soll anschaulich zeigen, wie eine von vielen Craniosacral-Babybehandlungen aussehen kann. Dadurch werden Sie einen ersten Eindruck von der Arbeitsweise erhalten. Weitere Behandlungsbeispiele sind in Teil V aufgeführt.

Während mehrerer Jahre gab ich regelmäßig CS-Ausbildungskurse im Ausland. Mit meiner dortigen Veranstalterin, einer Krankengymnastin, war ich eines Tages zum Abendessen bei einer Bekannten von ihr eingeladen. Diese hatte sechs Wochen zuvor ihren Sohn Thomas (Name geändert) geboren. Auch die Großmutter war zu Besuch. Im Gespräch stellte sich heraus, dass diese schon viele Jahre Physiotherapeutin mit diversen Weiterbildungen war und im zweiten Jahr Osteopathie studierte. So waren interessanterweise drei Therapeuten sowie Mutter und Kind anwesend. Im zweiten Teil des Abends wurde ich gebeten, den kleinen Thomas mit Craniosacral-Therapie zu behandeln.

Nach der langen Geburt war es für das Baby schwierig gewesen, Kontakt zu seiner Mutter aufzunehmen. Thomas hatte selten und wenn, dann nur einen schwachen Saugreflex, was folglich zu Problemen bei der Nahrungsaufnahme und der Verdauung führte. Seine linke Schulter war sichtlich bewegungslos, mit leichten Lähmungserscheinungen, es sah nach einer Lähmung des *Plexus brachialis* aus.

Ich fragte die Mutter, wie Schwangerschaft und Geburt für Mutter und Kind gewesen seien. Die Schwangerschaft sei insgesamt relativ gut verlaufen, meinte sie, sie hätte sich jedoch mehr Unterstützung vom Vater des Kindes gewünscht (der Vater hatte die Beziehung während der Schwangerschaft beendet). Die Geburt sei schwer gewesen: Nach dem Kopf kamen zuerst die eine Schulter und der Arm zum Vorschein, dann stockte der Geburtsvorgang. Es dauerte sehr lange und brauchte handfeste Manipulation der Geburtshelfer, bis die zweite Schulter und folglich der Rumpf von Thomas befreit werden konnten. Ich spürte die Ergriffenheit der Mutter. Neben den Sorgen über den Zustand ihres Sohnes hatte die Mutter schlaflose Nächte, fühlte sich mit der Situation überfordert und konnte das unaufhörliche, lange Weinen und Schreien ihres Babys nur schwer ertragen. Schulmedizinische Abklärungen wurden vorgenommen, die bisherige Therapie brachte wenig und vor allem nur kurze Besserung.

Ich hatte bereits seit etwa 15 Jahren Selbsterfahrungen gemacht, unter anderem mit Primär- und Gestalttherapie sowie Körpertherapien wie der Biodynamik nach Gerda Boyesen, Rebirthing nach Leonard Orr oder Holotropem Atmen nach Stanis-

lav Grof. Ich konnte mich relativ gut in die Welt der Neugeborenen einfühlen und war darin geübt, solche Prozesse zu begleiten. Zudem hatte ich als Teilnehmer in Craniosacral-Kursen in Europa und den USA zahlreiche CS-Baby- und Kinderbehandlungen miterlebt. Ich wusste, dass ich – im Gegensatz zu einigen Demonstrationen an diesen Kursen – kein Kind ohne seinen Willen behandeln oder gar einen Prozess provozieren wollte, sondern dass auch bei hoher Ladung im Nervensystem eine behutsame Prozessbegleitung möglich ist.

Obwohl ich meine Bedenken mitteilte, dass ich zwar über Erfahrung in CS-Therapie an Jugendlichen und Kindern verfügte, jedoch noch nie ein Baby behandelt hatte, wurde ich von den beiden Therapeutinnen und der Mutter ermuntert, zu vertrauen und es zu versuchen. Ich wusste, dass meine Berührung dem Kind nicht schaden, sondern vielmehr die Last und seine traumatische Erinnerung reduzieren und folglich seine Selbstheilung unterstützen würde. Und ich hatte den Zuspruch der allernächsten Bezugspersonen, von Mama und Großmama. Ich gab mir noch etwas Zeit vor der Behandlung und vertraute darauf, dem Kind meine Hände zur richtigen Zeit am richtigen Ort anzubieten.

Die CS-Sitzung erfolgte im Kinderzimmer. Zuerst begrüßte ich Thomas, der sich an der Schulter der Mutter unruhig hin und her bewegte. Auch wenn die übliche Auffassung die ist, dass Neugeborene den sprachlichen Inhalt unserer Worte noch nicht verstehen, nehmen sie doch deren Ausdruck, die Stimmung und subtile Schwingung wahr. Ich erklärte dann kurz, dass ich Thomas in seinem spontanen Ausdruck und seinen Bewegungen unterstützen würde – womöglich auch in seinem Weinen und Schreien. Ich forderte die Mutter auf, zu gegebener Zeit ihr Kind auf den großflächigen und weich gepolsterten Wickeltisch zu legen. Eine gewisse Aufregung im Raum begann sich durch mein Anerkennen und Akzeptieren abzuschwächen. Nachdem ich mehrere leichte Atemzüge bewusst atmete und mich geerdet hatte, sagte ich zu Thomas: »Ich werde dich bald berühren, falls du dies erlaubst.« Langsam, klar und behutsam zugleich berührte ich dann intuitiv bei Thomas den Bereich von Zwerchfell, Solarplexus, Magen und Leber mit einer Hand, tat weiter nichts und wartete. Das Kind orientierte sich und schaute mich mit großen Augen an. Weder in seinem Gesichtsausdruck noch in seinem Atem gab es Anzeichen für Widerwillen auf meine Berührung. Ich wusste, dass die ungewisse Reise begonnen hatte und diese Berührung allerlei Aktionen und Reaktionen auf körperlicher, psychischer, energetischer, instinktiver Ebene begünstigen würde.

Thomas gab verschiedenste Laute von sich und griff nach meinem angebotenen Finger der anderen Hand. Während eines längeren Augenkontakts zwischen uns sagte ich zu ihm: »Das ist deine Behandlung, und ich unterstütze dich einfach in deiner Art, damit dir danach alles ein wenig leichter fällt.« Auf ein mehrfaches Seufzen

folgte ein kurzes Innehalten, doch dann war es mit der Ruhe vorbei. Thomas begann zu schreien und weinen, unabhängig davon, ob ich ihn berührte oder nicht, ob ich körperlich oder emotional relativ nahe oder weiter weg war. »Das ist das typische Schreien und Weinen, wie es abends beginnt, kaum mehr aufhört und jede Nacht hindurch andauert«, kommentierte die Mutter in besorgtem und genervtem Ton. Dann berührte und unterstützte ich längere Zeit mit einer Hand den Bereich von Nacken und Hinterkopf, mit der anderen Becken und Sacrum. Mit beiden Händen behielt ich eine klare, unterstützende Berührung bei, ohne etwas zu forcieren. Nach einiger Zeit begann ich dann mit beiden Händen Weite einzuladen, nicht mit handfestem, schnellem oder starkem Zug, sondern eher als Angebot mit meiner Intention. Dieses Einladen von Raum und Weite schien bei Thomas sofort anzusprechen, denn er begann nach einem langen Seufzer augenblicklich mit sehr abwechslungsreichen und relativ geschmeidigen Bewegungsimprovisationen. Es folgten auch einige sehr aktive, heftige Bewegungen, gepaart mit Schreien. Dieses Schreien klang diesmal jedoch kräftiger, irgendwie energischer und vitaler. Ich blieb mitfühlend und präsent und klärte gelegentlich meine Nähe und Distanz zum Kind. Dabei war es mir wichtig einzuschätzen, wann Thomas wie viel Nähe als auch seinen eigenen Raum brauchte – auf physischer, psychischer und energetischer Ebene.

Zur Überraschung der Mutter lösten sich die Phasen kräftigen Weinens und Schreiens relativ bald ab mit Phasen des Innehaltens sowie des Schluchzens und Weinens. Währenddessen unterstützte ich die körpereigenen Impulse von Bewegungen und Stopps von Thomas. Wenn er sehr heftig weinte oder schrie, berührte ich gelegentlich mit einer Hand den Bereich von Zwerchfell und Solarplexus, während meine andere Hand als ruhender und unterstützender Pol im Schulter-Nacken-Halsbereich blieb und den Bewegungen von Thomas folgte. Die obere Kante der Hand berührte das Hinterhaupt mitsamt dem Hinterhauptsrand und bot der Schädelbasis einladend mehr Raum an.

Gelegentlich führte ich kurze Dialoge mit der Mutter. Was sie kaum kannte, waren die wiederkehrenden Ruhephasen von Thomas. Während der Behandlung lud ich die Mutter dreimal ein, ihren Sohn zu sich hochzunehmen und bewussten Kontakt mit ihrem Kind herzustellen, sei es auf der physischen, visuellen oder auditiven Ebene, vor allem aber mit dem Herzen. Das gelang zwar kurze Zeit, mündete dann aber erneut in vehementes Schreien, das erst wieder auf dem Wickeltisch allmählich abklang. Sowohl während der Ruhephasen als auch während der Bewegungen wirkte die zu Beginn hypotone, ja sogar schlaffe linke Schulter im letzten Drittel der Sitzung irgendwie mehr dazugehörig und bewegte sich leicht mit – wenn auch noch relativ träge. Den Craniosacral-Rhythmus spürte ich während ruhiger Phasen ein paar Mal: Im Kopfbereich war er deutlich und relativ schnell wahrnehmbar, im Rumpfbereich

eher träge und schwach. Nach zwei schwierigen und langen Durchgängen von Aktivierung inklusive Schreien und folgender Deaktivierung bis hin zu stillen, scheinbar friedvollen Momenten folgte ein ähnlicher dritter, jedoch relativ kurzer Durchgang. Danach wusste ich, dass für Thomas und alle anderen nun der Zeitpunkt gekommen war, die Sitzung zu beenden. Deshalb lobte ich Thomas und seine Mutter erneut und kündigte an, dass ich meine Hände wegnehmen würde.

Ich nahm an, dass die Stabilität und Flexibilität meiner Hände dem Baby die Sicherheit und Möglichkeit gaben, seine schwierige Geburt und seinen Leidensdruck zum Ausdruck zu bringen und die teils hohe Anspannung in einigen Körperbereichen abzubauen. Den körpereigenen Freiwindungsbewegungen von Thomas im Bereich seines Duralschlauchs folgte ich sanft unterstützend mit meinen Händen am Kreuzbein und Hinterhaupt oder am Rumpf – dort, wo sich mal Bewegung oder mal Einschränkung zeigte oder wo sich meine Hände wie von selbst hingezogen fühlten. Dabei hatte ich keinen gezielten Behandlungsplan, sondern folgte meiner Intuition.

Aufgrund eigener Kurserfahrungen wusste ich auch, dass die anteilnehmende Präsenz von Menschen das Heilungspotenzial einer Behandlung verstärken oder unpassende Bemerkungen oder Fragen stören können. In diesem Falle bestand während der gesamten Behandlung bei allen Erwachsenen eine spürbar wohlwollende, unterstützende Stimmung, welche es womöglich Thomas (und auch mir) erleichterte, gemeinsam diese anstrengende Berg- und Talfahrt zu meistern.

Ich wusste nach meiner ersten CS-Behandlung mit dem sechs Wochen jungen Thomas nicht so recht, wie ich diese Sitzung einschätzen sollte und ob sie überhaupt »etwas bringen« würde. Drei Tage später erreichte mich über meine Veranstalterin die Rückmeldung der Mutter: Thomas könne nun besser essen und verdauen, lache mehr und zeige vor allem auch mehr Bewegung in seiner linken Schulter. Seine Schreiphasen seien nun bedeutend kürzer, Thomas lasse sich eher beruhigen, schlafe besser ein und besser durch. Die Mutter sei sehr überrascht und erfreut und ließe mich grüßen. Das freute mich, und ich war auch überrascht, dass es Thomas nach so kurzer Zeit so viel besser ging. Zugleich wusste ich von vielen CS-Therapie-Sitzungen an einigen Kindern und vielen Erwachsenen, dass mitfühlendes, aber nicht mitleidendes Unterstützen Erinnerungen an Traumatisierungen abbaut und Menschen entlastet.

Aufgrund meiner bis dahin siebenjährigen Erfahrung mit der CS-Therapie wusste ich auch, dass der Therapeut kein Wunderheiler ist, sondern dass er unter anderem mithilft, das CS-System auszugleichen. Auf diese Weise ermöglicht seine Behandlung es dem »Lebensatem« und dessen innewohnender Kraft (Potency), die der Natur eigenen Selbstheilungskräfte anzuregen. Die wunderbare Wirkung einer einzigen Behandlung beeindruckte mich sehr. Jedenfalls waren nicht nur Thomas und seine Mutter beschenkt worden, sondern auch ich als Behandler.

# Die Craniosacral-Therapie

# 3

Die Craniosacral-Therapie ist eine sanfte Behandlung, welche üblicherweise vom ausgebildeten Therapeuten ausgeführt wird. Sie kann als für sich stehende Therapieform angewendet oder mit anderen Methoden kombiniert werden. Der Begriff »Cranio-sacral« stammt von Cranium (= Schädel) und Sacrum (= Kreuzbein) und wird im Folgenden häufig mit »CS« abgekürzt. Die Anwendung erfolgt mit sehr sanften Berührungen, die am Kopf etwa ein bis drei Gramm leicht sind. Der Behandlungsablauf kann individuell gestaltet werden, je nach Ausbildung, Behandlungsansatz und Erfahrung des Praktizierenden und anhand des Anliegens des Klienten.

Mein Buch *Craniosacral-Rhythmus. Praxisbuch zu einer sanften Körpertherapie* informiert anschaulich mit Text, Grafiken und Fotos über die Anatomie des CS-Systems, zeigt grundlegende Techniken und gibt zahlreiche praktische Tipps für die CS-Behandlung. Sie finden dort auch Behandlungsbeispiele mit Erwachsenen, zahlreiche Antworten auf häufig gestellte Fragen zur CS-Behandlung und ein herausnehmbares Poster mit einer bewährten Grundbehandlung. Deshalb verzichte ich im vorliegenden Buch auf eine ausführliche Beschreibung der Anatomie des CS-Systems, seinen Rhythmus und weitere detaillierte Grundlagen der CS-Therapie. Ihre Geschichte, die wichtigsten Prinzipien, Zusammenhänge und Wirkungsebenen sowie die Anwendungsgebiete sind im Folgenden zusammengefasst.

## Geschichte der Craniosacral-Therapie

Die Craniosacral-Therapie hat ihren Ursprung in der von William Garner Sutherland (1873–1954) entwickelten Cranialen Osteopathie. Sutherland spürte langsame, gezeiten-ähnliche Bewegungen und entdeckte, dass der gesamte Schädel und Körper subtil »atmet«. Er sprach von »Primärer Respiration«, welche der Lungenatmung und dem Herzschlag vorausgehen und alle Körperfunktionen regulieren soll. In seiner über fünfzigjährigen Tätigkeit als Osteopath entdeckte er verschiedene Behandlungsmöglichkeiten, welche von seinen Schülern in unterschiedlicher Weise weiter vertieft wurden. William G. Sutherlands spätere Erkenntnisse zum »Breath of Life« wurden unter anderem von dessen Schülern Rollin E. Becker und Ruby Day weitergegeben, von denen wiederum der amerikanische Osteopath James Jealous persönlichen Unterricht erhielt. James Jealous ist heute der wichtigste Repräsentant der »Biodynamics of Osteopathy«.

Der amerikanische Osteopath Randolph Stone begründete aufgrund seiner über sechzigjährigen Erfahrung die Polarity-Therapie, worin er neben osteopathischen/craniosacralen Techniken auch Prinzipien der Polarität, Elementelehre und ayurvedische Heilweisen zusammenfasste. Polarity-Lehrer wie zum Beispiel Franklyn Sills oder später der Rolfer und CS-Lehrer Michael J. Shea adaptierten die ursprünglich cranial-osteopathischen »Breath of Life«-Erkenntnisse von Sutherland, Becker und Jealous und begannen vor zirka 10 bis 15 Jahren »Biodynamische Craniosacral-Therapie« zu unterrichten.

Die ursprünglich aus der Cranialen Osteopathie hervorgegangene Craniosacral-Therapie etablierte sich während der letzten 25 Jahre nicht nur als eigenständige Behandlung, sondern hat sich auch beträchtlich weiterentwickelt. Einerseits fand eine Öffnung der cranial-osteopathischen Prinzipien für Körpertherapeuten, Heilpraktiker, Hebammen, Psychologen und Pädagogen statt. Andererseits wurde das craniosacrale Behandlungskonzept um die Erkenntnisse des vergangenen Jahrhunderts aus Psychologie, Psychiatrie, Biologie, Neurologie und weiteren Naturwissenschaften bereichert.

Der bedeutende Wandel von der Cranialen Osteopathie zur Craniosacral-Therapie geschah aufgrund des Osteopathen John E. Upledger. Er wirkte in den 1970er-Jahren in einer Forschungsgruppe über die Schädelnähte (Suturen) mit und unternahm später eigene Untersuchungen. In der ersten Hälfte der 1980er-Jahre begann er in den USA, die *Upledger-CranioSacral-Therapy*® auch für »Nicht-Osteopathen« zu unterrichten. John Upledger bezog die emotionale Befindlichkeit des Patienten und den Dialog, die Somato-Emotionale Entspannung, in die Behandlung mit ein. Es gibt jedoch Lehrer und Praktizierende anderer craniosacraler Behandlungskonzepte, die »unwinding« und Somato-Emotionale Entspannung nicht kennen oder aber nicht anwenden wollen. Heute existieren zahlreiche Schulen und Therapeuten, welche die Craniosacral-Methode mit verschiedenen Namen und unterschiedlichen Ansätzen anbieten. Sie hat sich erweitert, verfeinert und als eigenständige Behandlung weltweit etabliert.

Die Craniosacral-Selbstbehandlung dient dem Klienten zur Selbsthilfe zwischen den Sitzungen und nach beendeter Therapie.