

Shiatsu für Kinder

*Die folgenden Beiträge zu diesem Thema sind bisher
im Schweizer Shiatsu Magazin erschienen.*



Baby-Shiatsu oder wie finde ich meine Mitte?

*Was ist eigentlich «Mitte» und wie erwerben wir sie?
Welche Bedeutung hat das erste Lebensjahr für die
Entwicklung eines Babys und für sein späteres Leben?
Was können Stolpersteine sein, welche die Entwicklung
behindern? Und was hat der dritte Lebensmonat mit
Problemen in der Schule zu tun?*

von Karin Kalbantner-Wernicke

Bevor du den Artikel weiterliest, starten wir mit einem kleinen Experiment:

Stell dich aufrecht hin, überkreuze die Arme vor der Brust, so dass deine rechte Hand auf dem Bereich des linken Schlüsselbeins liegt und deine linke Hand auf dem Bereich um das rechte Schlüsselbein. Nun verlagere dein Gewicht auf dein rechtes Bein und hebe das linke Bein um circa 90 Grad. Und jetzt wird es herausfordernd: Schliesse die Augen und zähle bis «10». Dann wiederholst du das mit dem anderen Bein.

Wie hat es geklappt? Gab es einen Unterschied zwischen rechts und links? Wenn das für dich problemlos möglich war, super, dann bist du in deiner Mitte. Wenn nicht, dann ist dieser Beitrag für dich genau das Richtige.

Kennst du KlientInnen, die sich in Rückenlage auf den Futon legen und eher einem «C» als einer geraden Linie gleichen? Und wenn du sie geradelegst, sagen sie, «jetzt liege ich aber schief» – auch das ist ein Zeichen, dass die empfundene Mitte nicht da ist, wo sie anatomisch eigentlich hingehört.

Was verstehen wir unter Mitte und wie entwickelt sich diese? Warum fehlt heutzutage so vielen Kindern und auch Erwachsenen die Mitte? Um diese Fragen zu beantworten, ist es erforderlich, die kindlichen Ent-

wicklungsschritte genauer zu betrachten – und zwar sowohl aus westlicher Entwicklungssicht wie auch aus der japanischen Sicht der Meridianentwicklung.

AUCH MERIDIANE MÜSSEN SICH ENTWICKELN

Wie die Motorik und Sensorik müssen sich auch die Meridiane entwickeln. Daher ist die Vorstellung, Shiatsu für Erwachsene auf Babys und Kinder zu übertragen, nicht zielführend. Denn die zwölf Hauptmeridiane gibt es beim Baby erst in der Anlage, d.h. noch nicht in ihrer entwickelten Form.

Wir gehen von der Vorstellung aus, dass innerhalb des ersten Lebensjahres die späteren Hauptmeridiane noch in einer Art Familienverbund eng zusammenarbeiten. Erst mit zunehmender Vertikalisierung des Kindes schreitet die Ausdifferenzierung für die nun anstehenden Entwicklungsthemen immer weiter fort. Bis zur Schulfähigkeit sollte die volle Entfaltung der Meridiane mit ihren zugehörigen Verschaltungen untereinander erfolgt sein. Das bedeutet, dass im ersten Lebensjahr vier der späteren zwölf Hauptmeridiane eine Gruppe bilden. Diese Gruppen nennen wir Meridianfamilien. Hier wird noch nicht der Einzelmeridian abgebildet, sondern ein breites energetisches Areal, innerhalb dessen die jeweils vier Meridiane heranreifen. Das Zusammenwirken einer jeden Meridianfamilie besteht ein Leben lang. Man kann sich das ähnlich der Funktion einer intakten Familie vorstellen – daher sprechen wir hier von Meridianfamilie.



Die Areale der vorderen Meridianfamilie



Die Areale der hinteren Meridianfamilie



Die Areale der seitlichen Meridianfamilie

Innerhalb des ersten Lebensjahres arbeiten die späteren Hauptmeridiane noch in einer Art Familienverbund zusammen.



LEBENS- UND ENTWICKLUNGSTHEMEN

Jeder Meridianfamilie werden Lebens- und Entwicklungsthemen zugeschrieben. Das sind bestimmte Wirkprinzipien, die den Taktgeber für die weitere Entwicklung bilden.

- Vordere Familie: Finden der Mitte, Wahrnehmen der eigenen Grenzen, taktils System
- Hintere Familie: Aufrichtung und in Bewegung kommen
- Seitliche Familie: Rotation, Eroberung des Raumes

Selbstverständlich beginnt die Meridianentwicklung bereits intrauterin. Im Baby-Shiatsu betrachten wir aber die Meridianentwicklung ab dem Zeitpunkt, an dem das Baby der Schwerkraft ausgesetzt ist. Denn erst ab da bilden sich die Bewegungsmuster der drei Meridianfamilien heraus und können dann auch – wenn erforderlich – behandelt werden.

Das erste Lebensjahr bildet die Grundlage für diese Entfaltung und ist taktgebend für die sich entwickelnde Eigenwahrnehmung. Dazu gehört auch, wie die innere Haltung eines Menschen seine äussere prägt und umgekehrt und die Art, wie er später durchs Leben geht. Im ersten Lebensjahr erhält der Mensch sein Rüstzeug für sein späteres Leben. Unsere Erwachsenenansicht der Welt ist in diesem ersten Lebensjahr begründet. Sehen wir das Glas als halb voll oder halb leer an? Fühlen wir uns in einer Gruppe von Fremden willkommen oder gehen wir von der Annahme aus, diese hätten sowieso kein Interesse an uns? Kann ich mich auf Beziehungen einlassen oder schwingt sogleich die Angst mit, wieder verlassen zu werden? Somit sind die drei Meridianfamilien ein Leben lang für unsere Ressourcen zuständig. Mit den Behandlungstechniken aus dem Baby-Shiatsu können diese Ressourcen altersunabhängig unterstützt werden.

Hier sollten wir uns bewusst machen, dass viele Probleme in der Schule ihren Ursprung im ersten Lebensjahr

haben. Oft werde ich gefragt, weshalb es für die Arbeit mit Kindern eine Baby-Shiatsu-Ausbildung braucht. Die Antwort liegt auf der Hand: Weil wir an der Wurzel beginnen und nicht Symptome reparieren. Heute wenden wir bei vielen Kindern in der Grundschule Baby-Shiatsu-Techniken an, um fehlende Entwicklungsschritte aus dem ersten Lebensjahr nachzuholen.

Da das Thema in diesem Artikel «Mitte finden» lautet, konzentrieren wir uns hier auf die vordere Meridianfamilie.

FINDEN DER MITTE

Nach der Geburt ist die vordere Meridianfamilie besonders aktiv, da mit ihrer Hilfe die Grundbedürfnisse befriedigt werden. So kann Nahrung (hierzu gehört auch die Atmung) aufgenommen und das, was der Körper nicht mehr benötigt, ausgeschieden werden. Damit ist gut nachvollziehbar, dass sich aus dieser Meridianfamilie die späteren Hauptmeridiane Lunge, Dickdarm, Magen und Milz entwickeln.

Für ein Baby sind Mund, Brustwarze und liebevolle Umarmung eins und schenken ihm die Sicherheit, dass für es gesorgt wird. Hier nimmt das Gefühl von Geborgenheit, Sicherheit und Behaglichkeit seinen Anfang. Allerdings auch in Verbindung mit süß, denn das ist die Muttermilch. Mit dem viel verbreiteten Gang zum Kühlschrank oder Griff zur Schokolade soll später diese Geborgenheit wieder wachgerufen werden.

Um nach und nach eigene Widerstandskräfte entwickeln zu können, ist das Baby auf einen kontinuierlichen Zufluss an Nahrung, Liebe und Geborgenheit angewiesen. Damit bildet sich die Grundlage für das Urvertrauen, die Quelle, die gerade in schwierigen Zeiten im Leben Kraft und Sicherheit schenkt und uns nicht den Boden unter den Füßen verlieren lässt.

Mit der Bildung eines Sicherheitsgefühls nimmt ein Baby auch die erste Form der Abgrenzung wahr. Die Verbindung mit der Nabelschnur existiert nicht mehr und mit dem ersten Atemzug hat der Prozess der Loslösung von der Mutter begonnen.

MOTORISCHE ENTWICKLUNG

Im Laufe der ersten Lebenswochen findet eine zunehmende Orientierung Richtung Körpermittellinie statt, bis sich schliesslich im Alter von etwa zwölf Wochen die Hände des Babys in der Mitte über der Brust zum sogenannten Hand-Hand-Kontakt finden. Dieselbe Entwicklung findet bei den Beinen statt. Die Beinchen werden immer mehr angehoben, bis ebenfalls, über der Mittellinie, die Fussinnenseiten miteinander in Berührung kommen.

Hingebungsvoll spielt nun das Baby mit seinen Händen und betrachtet diese ausgiebig. Ist dieses Stadium um den dritten Monat herum erreicht, sprechen wir davon, dass das Baby seine Mitte gefunden hat. Dies ist die Grundlage für die lebenslange Fähigkeit, in herausfordernden Situationen immer wieder in die eigene Mitte zurückzufinden.

Leider meistern immer weniger Kinder diesen Entwicklungsschritt. Oft liegt das an mangelndem Wissen seitens der Eltern. Viele Babys verbringen zu viel Zeit in der Wippe oder im Maxi-Cosi. Doch die Mitte können sich Babys nur flach auf dem Boden liegend erarbeiten. Und diese Bodenzeit findet zu wenig statt.

Nachdem das Baby seine Mitte gefunden hat, beginnt es, damit zu experimentieren. Es liegt sicher und stabil in der Rückenlage und beginnt, sich etwas nach rechts und links zu bewegen. Das kann darin enden, dass das Baby auch mal zur Seite plumpst und anschliessend wieder in die Mittellage zurückkehrt.

Nun können seine nächsten Entwicklungsschritte folgen: Hand-Fuss-Kontakt, Ein-Ellenbogenstütz, Drehen und Hochkommen in den Vierfüsslerstand.

WIE MACHT SICH DAS FEHLEN DER MITTE BEMERKBAR?

Mütter kommen oft mit ihrem zwölf Wochen alten Baby und erzählen ganz begeistert: «Mein Kind dreht sich schon». Ein zwölf Wochen altes Baby kann sich noch nicht physiologisch drehen. Vielmehr kann es auf dem Bauch liegend seine Mitte noch nicht halten und kippt langsam auf die Seite. Hier fehlt eine stabile Mitte.

Beim Fehlen der Mitte können die oben genannten nachfolgenden Schritte (Hand-Fuss-Kontakt, Einzelellbogenstütz, usw.) nicht vollständig durchlaufen werden. Später, im Kindes- oder Erwachsenenalter, sind einige der typischen Herausforderungen für die Betroffenen, dass es ihnen beispielsweise schwerfällt, ihre Emotionen zu regulieren.

Wo die Mitte fehlt, wird auch die Überkreuzung schwierig. Das zeigt sich besonders im Schulalter: Das Kind hat Probleme beim Lesen und Schreiben, da Augen und Hände die Mittellinie nicht überkreuzen. Zudem beginnen viele Kinder nicht am Zeilenanfang, sondern in der Mitte des Blattes zu schreiben. Weiter zeigen sich Schwierigkeiten mit der Stifthaltung, schlechte Körperkoordination und Schwierigkeiten beim Anziehen. Ein roboterähnliches Gangbild und Konzentrationsprobleme sind weitere Auffälligkeiten, die Ausdruck einer fehlenden Mitte sein können.

Im Alltag überkreuzen wir unsere Körpermitte ständig, vollkommen unbewusst und ohne Probleme. Wir müssen nicht darüber nachdenken, da es sich um einen gut trainierten und integrierten Prozess in unserem Gehirn handelt. Das erfordert eine gute Zusammenarbeit unserer beiden Gehirnhälften und genau dazu brauchen wir die Entwicklungsschritte:

- *Finden der Mitte* im dritten Monat
- *Überkreuzen der Mitte* im sechsten Monat

In meiner Shiatsu-Ausbildung in Tokio war ein wichtiger Merksatz: Ki kommt zuerst und Bewegung folgt. Aus unserer Sicht ist Ki der Taktgeber für Entwicklung und Bewegung und Bewegung wiederum regt die Reifung der Meridiane an. Diesen Prozess zu unterstützen, ist das Ziel von Baby-Shiatsu.

UND DAS IST BABY-SHIATSU

Das Konzept Baby-Shiatsu beinhaltet neben den sanften Berührungen aus dem Shiatsu auch Ratschläge für die Eltern, Wissensvermittlung sowie Übungen zur Stärkung des elterlichen Meridiansystems. Baby-Shiatsu kommt als Einzelanleitung wie auch in Eltern-Kind-Gruppen zur Anwendung. Eine besondere Wirkung entfalten die Übungen vor dem Hintergrund, dass Eltern die Möglichkeit haben, das Erleben ihres Kindes direkt positiv zu beeinflussen. Diese besondere Qualität des Miteinanders vermeidet Stress für Eltern und Kind, unterstützt die Babys in der Entwicklung der Selbstregulation und bestärkt Eltern in ihrer Selbstwirksamkeit. Somit ist dieses Konzept auch als Beitrag im Sinne des Kinderschutzes zu verstehen.

Zudem ermöglicht die klare und bestimmte Berührung dem Baby, seine eigene Grenze zu spüren und sich dadurch im eigenen Körper zuhause zu fühlen. Aus dieser Sicherheit heraus kann es die noch fremde Welt erforschen. Eltern sind immer wieder erstaunt, wie sehr ihr Baby diese Art von Berührung liebt und auch eine bestimmte Druckstärke einfordert.

Auch bei Befindlichkeitsstörungen kann die Behandlungsmethode eine Hilfe sein. Oft genügen kleine Anregungen, um den Prozess der Selbstregulation in Gang zu setzen – etwa, wenn das Baby nicht gut schläft, unruhig ist oder Bauchweh hat.

Mit diesen speziellen Berührungstechniken auf Meridianarealen fördert Baby-Shiatsu vom Baby bis zum Erwachsenen eine gesunde Entwicklung.

Karin Kalbantner-Wernicke ist Shiatsu-Therapeutin in Deutschland und Wegbereiterin des BabyShiatsu.



Shiatsu und Kind – ein grosses Arbeitsfeld für Shiatsu-Praktizierende

Karin Kalbantner-Wernicke, Thomas Wernicke

Lange Zeit zählten Babys und Kinder kaum zur Klientel von Shiatsu-Praktizierenden. Es waren nur sehr wenige, die sich auf dieses Feld wagten. Anders in Japan – erste Aufzeichnungen über shiatsu-artige Behandlungsformen bei Babys finden wir bereits in einer Schrift aus dem Anfang des 14. Jahrhunderts. Bei uns im Westen zeichnet sich erst während der letzten Jahre eine zunehmende Hinwendung zur Shiatsu-Behandlung von Babys und Kindern ab – das allerdings mit einem deutlich ansteigenden Interesse.

Doch zunächst möchten wir einige Worte über die Entstehung des Baby- und Kinder-Shiatsu voranstellen: Als wir vor gut 30 Jahren in Japan bei bekannten Shiatsu-Praktikern hospitierten, bei denen Babys und Kinder behandelt wurden, hörten wir immer wieder diesen Satz: «Meine Mutter hat schon auf diese Weise behandelt und es wirkt.» Die meist älteren Frauen wendeten Shiatsu- und Amma-ähnliche Techniken an, konnten aber unsere Fragen, warum die Berührungen Schnupfen lindern, Blähungen lösen und Schlafproblemen entgegenwirken, nicht beantworten.

Also blieb uns westlichen Zuschauern nichts anderes übrig, als genau zu beobachten, Video-Aufzeichnungen zu machen, exakt nachzuahmen und nach eigenen Erklärungen für die Wirkungsweise zu suchen. Für uns war es besonders spannend, zwei Dinge zu beobachten: erstens, was die gemeinsame Schnittstelle aller Behandlerinnen betraf und zweitens, was bei der Durchführung der verschiedenen Behandlungstechniken passierte.

Dass etwas passierte, davon konnten wir uns immer wieder überzeugen. Doch wir wollten auch wissen: warum? Da wir seit nunmehr fast 30 Jahren uns schwer-

punkt-mässig der Behandlung von Kindern jeglicher Altersstufe widmen – vom Neugeborenen bis hin zum Schulkind, suchten wir nach Erklärungen. Dazu kam uns zugute, dass wir «westliches» und «östliches» Hintergrundwissen besitzen.

So formierten sich im Laufe der Jahre unsere Form des Baby- und Kinder-Shiatsu sowie das Shōnishin, die japanische Form der nadellosen Kinderakupunktur, heraus und, in den letzten Jahren, ein Shiatsu für

eine energetische Entwicklung verknüpft ist.

Diese energetische Entwicklung beginnt bereits mit der Konzeption, trotzdem muss man davon ausgehen, dass sich zum Zeitpunkt der Geburt ein Meridiansystem noch nicht vollständig entfaltet hat. Erst mit dem Erreichen der Schulreife hat sich aus energetischer Sicht die vollständige Entfaltung aller zwölf Hauptmeridiane vollzogen. Hier zeigt sich, dass weder im

In den letzten Jahren hat Kinder-Shiatsu in Schulen wie auch in der Lehrerfortbildung mit dem Samurai-Programm Einzug gehalten.

So lassen sich Lernschwierigkeiten, Verhaltensauffälligkeiten, Konzentrationsstörungen u. ä. positiv beeinflussen.

den Einsatz in den Schulen – das Samurai-Programm. Da alle genannten Behandlungsmethoden denselben theoretischen Hintergrund haben, stellen wir diesen hier verkürzt vor.

Theoretischer Hintergrund

Den genannten Behandlungsmethoden ist gemeinsam, dass wir ihnen das sogenannte energetische Entwicklungsmodell zugrunde legen. Dieses Modell vereinigt das Wissen der modernen Neurowissenschaften, der Entwicklungspsychologie und der Entwicklungsphysiologie mit dem Wissen und der Erfahrung der traditionellen chinesischen und japanischen Medizin. Es setzt eine genaue Beobachtungsgabe voraus, wie Kinder sich sowohl motorisch als auch emotional verhalten. Ebenso setzt es Kenntnisse der sensomotorischen Entwicklung voraus, mit der eng

Shiatsu noch in der Akupunktur die Erwachsenenbehandlung eins zu eins auf das Kind übertragen werden kann.

Deshalb haben wir auf der Basis dieses Entwicklungskonzeptes spezielle Beobachtungs- und Befundverfahren entwickelt, aus denen spezifische Behandlungsstrategien ausgewählt werden können. Die Erfahrung hat gezeigt, dass das biologische Alter und das energetische Entwicklungsalter nicht immer deckungsgleich sind und dies zu vielfältigen Problematiken führen kann.

Nach dem Modell der energetischen Entwicklung stellen die Meridiane ein Kommunikationsnetzwerk zwischen dem sich entwickelnden kindlichen Bewusstsein und seiner Aussenwelt dar. Sie sind für die Integration von Reflexen und Reizen gleich-

chermassen zuständig, wie auch für die Entwicklung von Haltung, Bewegung und Persönlichkeits- und Verhaltensmustern eines Kindes. Wie sensibel das Zusammenspiel innerhalb des Kommunikationsnetzwerkes ist, zeigt sich an den vielfältigen Auffälligkeiten, die bei Störungen auftreten können. Diese äussern sich beispielsweise durch Schwierigkeiten im Bindungsaufbau, durch Wahrnehmungsstörungen, durch motorische Auffälligkeiten, aber auch durch Entwicklungsverzögerungen oder Entwicklungsstörungen.

Die grundlegenden Fragen für unsere Arbeit mit Babys und Kindern lauten: «Wie weit ist die energetische Entwicklung des Kindes fortgeschritten?» Und: «Auf welchem Stand befindet sich das Kind in seiner Meridianentwicklung?» Nach Klärung dieser Fragen soll durch Angebote, die dem Entwicklungsstand des Kindes entsprechen, die weitere Entwicklung des Kindes unterstützt werden – sei es mit Baby- oder Kinder-Shiatsu oder mit Shōnishin. Um eine Vorstellung von dem zu bekommen, was man unter Meridianentwicklung verstehen kann, möchten wir auf diese näher eingehen.

Von der Familie zur Wandlungsphase

Zur Ausdifferenzierung der einzelnen Meridiane bedarf es Stimuli, auf die die noch nicht spezifizierten Meridiane auf unterschiedliche Weise reagieren – oder auch nicht reagieren. Erst dann erfolgt eine schrittweise «Meridianreifung». Besonders interessiert, welcher Meridian bzw. welche Meridiane welchen Entwicklungsschritt steuern und was passiert, wenn auf dieser Vernetzungsebene eine Störung auftritt.

In der Zeit von der Geburt bis zur Schulreife lassen sich drei energetische Entwicklungsphasen beobachten, die sich in ihren unterschiedlichen Meridiankonstellationen darstellen: drei Familien, sechs Keiraku, fünf Wandlungsphasen.

Drei Familien

Die erste Entwicklungsphase beginnt mit der Geburt. So arbeiten während des ersten Lebensjahres jeweils vier der späteren

zwölf Hauptmeridiane eng als Gemeinschaft zusammen, so dass insgesamt von drei Gruppen mit jeweils vier noch nicht ausdifferenzierten Meridianen ausgegangen werden kann. Aus dem vorhandenen noch undifferenzierten «Meridianpool» entwickeln sich die aus der TCM bekannten drei Umläufe. Um die enge Vernetzung der jeweils vier Meridiane innerhalb jeder dieser drei Gruppen noch deutlicher zu beschreiben, wurde anstelle der Bezeichnung Umlauf der Begriff Familie gewählt. Zur besseren Unterscheidung, welche der drei Familien im entsprechenden Fall gemeint ist, werden sie nach ihrer Lokalisation am Körper als vordere, hintere und seitliche Familie bezeichnet.

Bereits in dieser frühen Entwicklungsphase werden die Weichen gestellt, wie wir uns später durchs Leben bewegen und durch welche Brille wir die Welt betrachten. Hier wird das Fundament ge-

bildet, auf dem die weitere energetische Entwicklung stattfindet!

Jede dieser drei Familien ist für bestimmte Lebens- und Entwicklungsthemen zuständig. Zum besseren Verständnis bietet die folgende Tabelle (Tab. 1) einen Überblick über die Hauptthemen der drei Familien an. Zu beachten ist, dass die drei Familien zwar separat dargestellt werden, dabei aber nicht übersehen werden darf, dass sie einander bedingen und voneinander abhängig sind.

Sechs Keiraku

Mit fortschreitender Entwicklung kommt das Kleinkind allmählich in die Aufrichtung, es verlässt seine horizontale Vierfüssler-Position und nimmt eine aufrechte Körperhaltung ein. Damit einhergehend findet eine Umstellung der miteinander, innerhalb der entsprechenden Familien kommunizierenden Meridiane statt. Durch die Oben-unten-Verbindung der entsprechenden Yin- bzw. Yang-Meridiane ent-

	Lebensthema	Entwicklungsthema	Sinnessystem
vordere Familie (Lu, Di, Ma, Mi)	<ul style="list-style-type: none"> • Wahrnehmen eigener Grenzen • Selbstsicherheit • Beziehungsfähigkeit 	<ul style="list-style-type: none"> • Finden der Mitte 	<ul style="list-style-type: none"> • taktils System • Geschmacksinn • Geruchssinn
hintere Familie (Ni, He, Dü, Bl)	<ul style="list-style-type: none"> • Abgrenzung nach hinten 	<ul style="list-style-type: none"> • Aufrichtung • In-Bewegungs-Kommen • Sprachentwicklung • Hörwahrnehmung • Urvertrauen 	<ul style="list-style-type: none"> • propriozeptives System (Tiefenwahrnehmung) • Hörsinn
seitliche Familie (Le, Pe, 3E, Gb)	<ul style="list-style-type: none"> • Lernfähigkeit • Entwicklung eines eigenen Willens 	<ul style="list-style-type: none"> • Rotationsfähigkeit • Eroberung des Raumes • Flexibilität und Koordination • Erweiterung in den Raum 	<ul style="list-style-type: none"> • vestibuläres System • Sehsinn

Tab. 1: Hauptthemen und Sinnessysteme der drei Familien



Die Erfahrung hat gezeigt, dass das biologische Alter und das energetische Entwicklungsalter nicht immer deckungsgleich sind und dies zu vielfältigen Problematiken führen kann.

stehen die, in der TCM-Literatur als «sechs Achsen», von uns als «Keiraku» bezeichneten Meridiane. Diese haben sich voll entfaltet, wenn das Kind im Kindergartenalter ist.

Einhergehend mit der Aufrichtung findet eine Ausdehnung des Aktionsradius statt. Beim heranwachsenden Kind führt dies zu einer Erweiterung der motorischen Entwicklung mit den dazugehörigen emotionalen und sozialen Themen. Das Kind ist nun in der Lage, beispielsweise auf einem Bein hüpfend einen Ball zu fangen. Fahrradfahren, Schaukeln und viele andere Bewegungsformen sind motorische Fähigkeiten, deren energetischer Impuls der Keiraku-Konstellation entstammt.

Fünf Wandlungsphasen

Mit Zunahme der motorischen Fertigkeiten und der Entwicklung eines differenzierten emotionalen Ausdrucks wird eine weitere «Paarung» von Meridianen ermöglicht, die mit dem Erreichen der Schulreife einhergeht.

Das Kind ist nun in der Lage, mit seiner Umwelt in Kontakt zu treten, auf seine Umwelt zu reagieren und mit ihr zu kommunizieren. Dies führt dazu, dass es zu einer weiteren Meridianausrichtung innerhalb der drei Familien kommt. Neben der Oben-unten-Verbindung (Keiraku) kommt es zu einer Innen-aussen-Verbindung der Meridiane – den Fünf Wandlungsphasen. Diese Innen-aussen-Verbindung ermöglicht eine zunehmende

Feinabstimmung des emotionalen Ausdrucks, was zu einem individuellen Aktions- und Reaktionsmuster führt.

Jetzt kann davon ausgegangen werden, dass das Meridiansystem sich vollständig entfaltet hat. So haben sich von der Geburt bis zur Schulreife Motorik, Sensorik, Emotion und Energetik Schritt für Schritt entwickelt, wobei der jeweils nächste Entwicklungsschritt sich auf dem vorhergehenden aufgebaut hat.

Die kindliche Entwicklung am Beispiel der vorderen Meridianfamilie

Nach der Geburt wird insbesondere die vordere Meridianfamilie gefordert, da

diese Familie dabei hilft, die Grundbedürfnisse des Kindes zu befriedigen. Dazu gehören die Aufnahme von Nahrung und das Ausscheiden von dem, was der Körper nicht benötigt. Der Säugling ist demnach auf einen kontinuierlichen Zufluss von Nahrung, Liebe und Geborgenheit angewiesen. Dadurch bildet sich die Grundlage für das Urvertrauen, das ihn ein Leben lang trägt. Auch das Thema Mutter-Kind-Bindung entwickelt sich aus dieser Meridianfamilie.

Ein weiterer wichtiger Entwicklungsschritt findet während der ersten drei Monate statt: Das anfänglich asymmetrisch liegende Neugeborene entwickelt im Laufe der ersten Wochen seine Körpermitte. Das zeigt sich darin, dass die Hände sich öffnen und die Arme immer weiter von der Unterlage abgehoben werden können. Schliesslich finden sich im Alter von acht bis zwölf Wochen die Hände in der Mitte über der Brust zum sogenannten Hand-Hand-Kontakt – jetzt hat es eine «Mitte». Eine entsprechende «Kontaktaufnahme» findet an den Beinen statt.

Mit dem Finden seiner Mitte hat es die Voraussetzung geschaffen, auch mit seiner Mitte zu experimentieren: Es liegt sicher und stabil in der Rückenlage und beginnt etwas nach rechts und links zu kippen. Das kann darin enden, dass das Baby zur Seite plumpst und im Anschluss wieder seine Mittellage einnimmt. Auch in der Bauchlage zeigt sich, ob ein Kind seine Mitte gefunden hat.

Gerade das Themenspektrum der vorde- ren Familie findet in der Zusammenarbeit mit Kinderärzten grossen Anklang. Hier gibt es bereits Kooperationsformen, indem Baby-Shiatsu-Kurse in Kinderarztpraxen, Kliniken oder speziellen Einrichtungen stattfinden.

Zusammenfassung der energetischen Entwicklung

- Die energetische Entwicklung verläuft in drei grossen Phasen, die flussend ineinander übergehen.
- Die erste Phase entspricht der Entwicklungsphase der drei Familien. Diese beginnt vor der Geburt und er-

streckt sich bis zum Laufalter.

- Die zweite Phase entspricht der Entwicklungsphase der sechs Keiraku. Diese beginnt mit der Aufrichtung (Laufalter) und geht mit dem Verlassen des Kindergartenalters in die
- dritte Phase, die Entwicklungsphase der Fünf Wandlungsphasen, über. Diese beginnt mit dem Erreichen der Schulreife.

Jede der genannten energetischen und der senso-motorischen Entwicklungsphasen baut auf der vorhergehenden auf und bildet das Fundament für den nächsten Entwicklungsschritt. Insbesondere mit seinen Lebens- und Entwicklungsthemen bleibt jede Entwicklungsphase uns lebenslang erhalten.

Baby- und Kinder-Shiatsu

Baby-Shiatsu ist in erster Linie auf Babys und Kleinkinder in der Altersgruppe bis zu 18 Monate ausgerichtet. Wie bereits beschrieben, wird in dieser Lebensphase die Grundlage für die weitere Meridianentfaltung gelegt. Viele chronische Themen im späteren Leben haben hier ihren Ursprung. Baby-Shiatsu wird sowohl in Einzelarbeit als auch, besonders beliebt, in Eltern-Baby-Kursen angeboten.

Im Vordergrund steht die Förderung einer gesunden kindlichen Entwicklung. Dies gilt sowohl für das Neugeborene, wie auch das 18 Monate alte Kleinkind. Als Behandlungsmethode kann Baby-Shiatsu bei Entwicklungsauffälligkeiten und Entwicklungsverzögerungen erfolgreich eingesetzt werden. Bei älteren Kindern kommt die Weiterentwicklung des Baby-Shiatsu, das Kinder-Shiatsu, mit seinem fortführenden Entwicklungs- und Behandlungskonzept zum Einsatz.

In den letzten Jahren hat Kinder-Shiatsu in Schulen wie auch in der Lehrerfortbildung mit dem Samurai-Programm Einzug gehalten. So lassen sich Lernschwierigkeiten, Verhaltensauffälligkeiten, Konzentrationsstörungen u. ä. positiv beeinflussen, was durch eine Studie in Kooperation mit Studierenden der Steinbeis-Hochschule Berlin, Institut für körperbezogene Therapien (Studiengang: Bachelor of Science «Komplementärtherapie» mit Ver-



Elternkurs



Samurai-Programm

tiefungsrichtung «Shiatsu») zur Zeit wissenschaftlich begleitet wird.

Ob Baby-Shiatsu oder Kinder-Shiatsu, die Behandlung orientiert sich immer an einem Ziel: Babys und Kinder in den anstehenden Entwicklungsschritten zu unterstützen – ohne jedoch auf noch nicht anstehende Entwicklungsschritte vorzugreifen. Unsere Grundeinstellung ist, dass jedes Kind einzigartig und mit ganz besonderen Talenten auf diese Welt gekommen ist.

Das bisher Beschriebene macht deutlich, welch grosses und interessantes Feld die Arbeit mit Babys und Kindern darstellt. Es macht aber auch deutlich, dass für diese Tätigkeit wichtiges zusätzliches Wissen nötig ist. Das Verständnis der kindlichen Entwicklung aus schulmedizinischer Sicht,

wie auch das Verständnis der Meridianentwicklung, bilden die Grundlagen für dieses Berufsbild.

Shiatsu-Praktizierende, die auch Baby-Shiatsu-Behandlungen anbieten, wollen dieses zusätzliche Behandlungsangebot nicht mehr missen. Es macht einfach Freude, mit Babys zu arbeiten, und nicht zuletzt fördert das erweiterte Behandlungsspektrum die Attraktivität einer Shiatsu-Praxis.

Shōnishin – ... da wird nicht gestochen

Kindern, die bereits verschiedene Impfungen und Blutabnahmen hinter sich haben, reicht oft schon der Anblick der Spritze, um lautstarken Protest hervorzurufen. Mit herkömmlicher Nadelakupunktur wird man sie daher kaum zur Kooperation bewegen können.

Bei der japanischen Kinderakupunktur Shōnishin (jap. shōni = Kleinkind und jap. shin = Akupunkturnadel) kommen keine Nadeln zum Einsatz, vielmehr wird ein ganz spezielles Instrument eingesetzt, mit dem sanfte Streichungen, Klopfungen und punktuelle Stimulationen durchgeführt werden – es wird also nicht gestochen! Der dadurch ausgeübte Reiz kann, verglichen mit der Nadelakupunktur bei Erwachsenen, als «homöopathisch» bezeichnet werden. Er ist völlig schmerzfrei und wird von Kindern (wie auch Erwachsenen) als sehr angenehm empfunden. Einmal Erfahrung mit dieser Behandlung gemacht, können Kinder den nächsten Behandlungstermin kaum mehr abwarten.



Haltung des Shōnishin-Instruments

Shiatsu 8/13



Streichbehandlung

Die Tatsache, dass hier eine Akupunktur bei Kindern durchgeführt werden kann, bei der die Kinder nicht gestochen werden, macht diese Therapiemethode gerade bei Shiatsu-Praktizierenden sehr beliebt. Endlich bietet sich ihnen eine Möglichkeit an, ihr Baby-, Kinder- oder Erwachsenen-Shiatsu – falls erforderlich – mit einer nicht-invasiven Form der Akupunktur zu ergänzen.

Das war nicht immer so, denn Shōnishin hat bei uns im Westen erst in den letzten Jahren Fuss gefasst, obwohl diese Behandlungsmethode seit über 250 Jahren in Japan praktiziert wird. Seitdem ist ein stetig wachsendes Interesse an Shōnishin besonders im deutschsprachigen Raum zu verzeichnen. Der Grund dafür liegt in der einfachen und äusserst effektiven Behandlungsweise von Shōnishin. Und an der ausgesprochen guten Compliance seitens der Kinder und Eltern.

Shōnishin wird gezielt eingesetzt, um Babys und Kinder mit Auffälligkeiten, Störungen und Erkrankungen zu unterstützen. Hierunter fallen insbesondere Babys mit Schlaf-, Ess- und Verdauungsstörung sowie Schreibabys, aber auch Kleinkinder und Kinder im (Vor-)Schulalter mit Unruhezuständen, Konzentrationsstörungen, Entwicklungsverzögerungen oder, besonders bei den älteren Kindern, mit Einnässen. Weitere Indikationen zur Behandlung

sind: Bronchitis, Asthma bronchiale, Neurodermitis, Nasennebenhöhlenentzündung, Mittelohrentzündungen sowie Wahrnehmungs-, Gleichgewichts- und Koordinationsstörungen.

Obwohl die Behandlung mit Shōnishin in erster Linie bei Säuglingen und Kindern ihre Anwendung findet, ist diese Behandlungsmethode auch bei sensibel reagierenden Erwachsenen, bei geschwächten Erwachsenen wie auch bei Erwachsenen mit Nadelangst anwendbar.

Behandelt wird, je nach Entwicklungsphase, auf den Arealen der drei Familien, entlang der klassischen Meridiane, auf Reflex- und Organzonen sowie an Akupunkturpunkten. Die reine Behandlungszeit beträgt bei Säuglingen weniger als fünf Minuten und steigert sich mit zunehmendem Alter auf zehn bis fünfzehn Minuten bei Teenagern. Bei funktionellen Beschwerden wird Shōnishin in der Regel ein- bis zweimal pro Woche, in seltenen Fällen auch täglich durchgeführt.

Fazit

Mit Baby- bzw. Kinder-Shiatsu und Shōnishin wird das Behandlungsangebot für Kinder durch zwei sanfte und dennoch sehr effektive Methoden erweitert, die weit mehr als nur Sich-Wohlfühlen vermitteln. Beide Methoden werden in erster Linie zur Entwicklungsunterstützung und zur Förderung einer gesunden kindlichen Entwicklung eingesetzt. Aber sie eignen sich auch – und das gilt speziell für Shōnishin – zur Behandlung von Störungen und Auffälligkeiten. In ihrer vereinfachten Form wird Baby-Shiatsu in Elternkursen den Müttern oder Vätern vermittelt.

Für beide Methoden sind Kenntnisse über die kindliche Entwicklung aus östlicher und westlicher Sicht unabdingbar, um verantwortlich mit Babys und Kindern arbeiten zu können. Dies bestätigen auch unsere KursteilnehmerInnen. ■

Karin Kalbantner-Wernicke, Thomas Wernicke, Kontakt und Ansprechpartner für die Schweiz: Ko Schule für Shiatsu, www.ko-shiatsu.ch