

Kinesiologie in der Geburtshilfe

Von Kinesiologie oder Brain Gym® hat man in Verbindung mit Schule und Lernförderung vielleicht schon einmal gehört. Aber was hat die Kinesiologie für die Geburtshilfe zu bieten?

Ende der 70'er Jahre begründet hat sie ihre Wurzeln in der Chiropraktik und Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM). Herzstück ist der sogenannte Muskeltest, der es ermöglicht, mit dem Körper zu kommunizieren. Einige Muskeln stehen beispielsweise in Relation zu einzelnen Meridianen (Energieleitbahnen der TCM). Ist es im Test schwierig, diese Muskeln zu halten, haben die entsprechenden Meridiane ein Ungleichgewicht. Dies ist die Basis der Kinesiologie-Richtung „Touch for Health“, die natürlich auch entsprechende Ausgleichsmöglichkeiten wie z.B. Reflexpunkte, Muskelmassage oder Akupressur beinhaltet.

Mehr als 40 Jahre weiter lassen sich heute viele Anwendungsbereiche und auch Kinesiologie-Richtungen finden. Unterschieden wird in Deutschland die medizinisch-therapeutische Kinesiologie von der begleitenden (pädagogisch arbeitenden) Kinesiologie. Sie hat Einzug gehalten in unter anderem:¹

- die Medizin als Hilfsmittel zur Diagnostik und zur Förderung des Heilprozesses,
- die Psychologie, was die Kommunikation von Körper und Psyche betrifft (versteckte Glaubensmuster, Altersrückführungen, Traumata, Phobien, Zwänge usw.),

¹ Die Aufzählung ist beispielhaft und erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit!

- die Pädagogik zur Lernförderung und Entwicklungsbegleitung von Kindern und Erwachsenen,
- die Wirtschaft im Rahmen von individuellem Coaching.

In der Geburtshilfe kann die Kinesiologie bereits bei der Empfängnis unterstützen. Hat der Körper die passenden Nährstoffe und Hormone parat und kann sie auch nutzen? Gibt es emotionale, familiäre oder psychische Blockaden, die den Kinderwunsch beeinträchtigen? Sind bewusste oder unbewusste Erlebnisse (Fehlgeburten, schwierige Geburten, die eigene Geburt) noch nicht aufgearbeitet? Die Kinesiologie hilft hier, den Blick in die Zukunft zu richten, Vergangenes zu verarbeiten und die werdenden Eltern ganzheitlich zu unterstützen. Das geschieht z.B. durch Affirmationen, Bachblüten, Visualisierung, Körperübungen oder auch Rollenspiele.



Ist die Schwangerschaft dann eingetreten, begleitet die Kinesiologie bei den typischen Schwangerschaftsbeschwerden wie Rückenschmerzen oder Übelkeit, aber auch bei emotionalen Fallstricken. Ent-

spannungsübungen z.B. aus dem Brain Gym® oder auch ein Meridianausgleich nach dem Touch for Health fördern die Stressreduzierung. Letzteres ist eine leicht zu erlernende Alternative zur Akupunktur, bei der Hände die Aufgabe der Nadeln übernehmen.

Persönlich habe ich während der Zeit meiner Schwangerschaft an meinen Zweifeln gearbeitet, ob ich eine „gute Mutter“ sein werde. Praktisch haben wir u.a. auch getestet, ob die Reflexe meiner Tochter für die Geburt aktiv sind und was mein Körper noch an Vorbereitung für die Geburt wünscht. Für mich ging es z.B. einige Tage vor der Geburt um die Aktivierung des Hormons Prostaglandin und des Satzes „Ich darf loslassen“ über Meridian-Reflexpunkte. Ängste vor der Geburt konnten durch Halten der „Positiven Punkte“ auf den Stirnbeinhöckern weitgehend reduziert und in Kraft und Mut umgewandelt werden.



Hebammen setzen die Kinesiologie in der Geburtsvorbereitung auch ein, um z.B. die Ursachen von vorzeitigen Wehen zu finden und aufzulösen, die Hintergründe von

Steißlagen zu erforschen oder um die passende Behandlung oder Vorgehensweise kinesiologisch auszutesten.

Nach meiner Geburt mit Ausschabung und Bluttransfusion sind meine Kinesiologin und ich mein Geburtserlebnis täglich durchgegangen und haben es balanciert. Tränen flossen immer wieder an anderen Stellen. Ich durfte lernen, dass „ich es wert bin, gerettet zu werden“. Die Heilung des Dammrisses wurde unterstützt durch das Malen imaginärer Achten und das Nachfahren des Zentral- und Gouverneursmeridian. Die Milchbildung wurde durch eine Balance der Milchgänge unterstützt, weil ich aufgrund meiner körperlichen Kraftlosigkeit Angst hatte, ob sie gut verläuft. Meine Tochter hingegen erfreute sich besser Gesundheit und wir haben sie nur hinsichtlich der Verdauungsklappen zwischen Dünn-, Dick- und Mastdarm unterstützt, um Blähungsschmerzen von vornherein zu vermeiden.

Die Kommunikation mit den Kleinsten über den Muskeltest bei den Eltern bietet die Gelegenheit, noch mehr über ihre Bedürfnisse und Verhaltensweisen zu erfahren. Was sind die Gründe für langanhaltendes Schreien? Warum wird so schlecht getrunken? Warum der Brei verweigert? Manchmal soll eine Schlafstätte verändert werden, manchmal kommen unausgesprochene Familienprobleme zur Sprache. Es gäbe hier viele Beispiele, was Säuglinge mit Hilfe des Muskeltests berichten, wünschen und anregen. Oftmals reicht es schon, dass sie gehört werden, wie schon der Name der Kinesiologie-Richtung „Dem Baby das Wort“ andeutet. In einigen Fällen folgt aber auch eine Aktion wie ein Besuch bei Spezialisten (z.B. Osteopathie), etwas aus dem kinesiologischen Balancerepertoire, ein veränderter Speiseplan, ein Ritual.

Aus dem Krankenhaus entlassen hatte ich große Schwierigkeiten, in den neuen Alltag zu finden. Wochenbettdepressionen blieben auch trotz Kinesiologie nicht aus. Ich denke, die Kinesiologie nimmt uns nicht die Hürden, die im Leben zu überwinden sind. Aber sie kann es uns neben anderen Methoden erleichtern, sie zu überwinden. Das direkt nach der Geburt fehlende Bonding haben wir mittlerweile dank Babymassage und viel Hautkontakt beim Stillen nachgeholt. In der Entwicklungskinesiologie nennt man das Verdoppeln eines verpassten oder nicht „natürlich“ durchlebten Entwicklungsschritts.

Fazit: Die Kinesiologie lässt sich gut in das medizinische und naturheilkundliche Wissen der Geburtshilfe integrieren. Fortbildungen und Kinesiologen in Ihrer Nähe lassen sich in Deutschland z.B. über die Deutsche Gesellschaft für Angewandte Kinesiologie finden. Auf die Geburtshilfe spezialisierte Kurse werden u.a. von der Hebammenpraxis 37 (Touch for Health für Hebammen) in Kooperation mit der Praxis Bewegt ins Leben sowie dem Institut für kinesiologische Lernförderung (Entwicklungskinesiologie, Perinataalkinesiologie: Dem Baby das Wort) angeboten.

www.bewegt-ins-leben.de

www.hebammenpraxis37.de

www.ikl-kinesiologie.de