

craniointerview

mit Joachim Lichtenberg



Kinder-Cranio und die Kraft des Bezeugens

Joachim Lichtenberg ist wegen seiner geburtsbezogenen craniosacralen Kinder-Fortbildungen bekannt. Der Psychologe und Körperpsychotherapeut arbeitet seit Ende der 80er Jahre mit Kindern und deren Eltern. In seine Arbeit integriert er die Ansätze von John Upledger, Emmi Pikler und vor allem von Joelle-Aimée Toulouse (ehemals Kubisch), William Emerson und Ray Castellino. Inspiriert hat ihn zudem die Tanzimprovisation und das Body-Mind-Centering. Anke Zillessen sprach mit Joachim über seine Arbeit und wohin sie sich aktuell weiter entwickelt.

? ____ Joachim, seit gut 15 Jahren integrierst du Live-Demonstrationen in deine Kinder-Cranio-Kurse. Kinder sind lebhaft, sie legen sich in der Regel nicht einfach still hin und lassen sich behandeln. Ist es genau das, was dich so an der Arbeit mit ihnen fasziniert?

» ____ **Joachim Lichtenberg:** Ja, das ist eine spannende Herausforderung. Es entspricht der Tanz-Improvisation, wenn wir dem Kind in seinen Bewegungen entsprechen und den jeweils passenden Griff finden. Entscheidend ist auch die Frage: Was zeigt mir das Kind in seinen Bewegungen? Bei allem

geht es um das Verständnis dass das Kind schon alles in sich trägt und dass es um Entfaltung geht. Da sind wir bei der Cranio-Philosophie: Wahrnehmen was ist. Und: Wie können wir dem Gesunden helfen, dass es sich entfaltet? Wie können wir verhindern, dass wir dem im Wege stehen?

? ____ Und dass wir der Entfaltung des Kindes im Wege stehen – als Eltern, als Therapeuten – passiert häufig?

» ____ Sicher, das passiert häufig. TherapeutInnen wollen manchmal zu viel und die Eltern

ermahnen ihre Kinder in der Behandlung viel zu schnell und viel zu oft, ruhig zu sein.

Das erstickt dann sowohl das kreative Spielen als auch den Ausdruck von Gefühlen. Damit die Eltern nicht dauernd eingreifen, möchte ich dafür sorgen, dass sie sich zurücklehnen. Das heißt, es ist von großem Vorteil, die Eltern dabei zu unterstützen durch fünf, sieben oder zehn Minuten Cranio zu mehr Ausgleich zu gelangen. Ich behandle die Eltern daher kurz vor.

? Die Vorbehandlung der Eltern ist demnach deine Spezialität?

» Das Wort „Spezialität“ finde ich nicht so passend, weil ich eher auf Vielfalt setze. Ich würde sagen: Das ist ein wesentliches Merkmal meiner Arbeit. Die Eltern verstehen dann, dass mit sanfter, unscheinbarer Berührung ein rascher Spannungsausgleich und ein tiefes Wohlfühlgefühl möglich werden. Es gelingt ihnen danach auch viel leichter, der Sitzung entspannt und geduldig zu folgen.

Durch meine Frau Ulrike habe ich in den 90ern Emmi Piklers Grundidee kennen gelernt. Bei Besuchen aus dem Freundeskreis ergab es sich, dass sich Kinder unserer Freunde zum ersten Mal alleine drehten oder erfolgreich robbten oder krabbelten weil mein Frau sie mit Pikler-Augen – ohne Berührung – begleitete.

Dabei habe ich diese Kraft erleben können, die das bloße Bezeugen hat.

Dieses Verstehen, was das Kind gerade versucht zu bewältigen – das ist so etwas wie eine Spiegelung und Unterstützung. Das habe ich übernommen. Deswegen ist es bei meinen Kinderbehandlungen so, dass das Kind die Möglichkeit hat, sich viel auf dem Boden zu bewegen – zu krabbeln, zu hüpfen, herumzutollen ...

? Was waren für dich die prägenden Einflüsse aus der Craniosacralen Therapie?

» Ein Schlüsselerlebnis war, als ich 1988 erlebte, wie mein Cranio-Lehrer William Allen, ein Schüler von Viola Frymann, in meiner Praxis den neugeborenen Sohn eines Freundes be-

handelte. Diese Achtsamkeit in der Berührung und Stille hat mich damals sehr berührt und beglückt. Die heilsame Wirkung der Craniosacraltherapie war mir schon vertraut, aber der fast selige Umschwung in der Stimmung des Säuglings ergriff uns damals alle.

Eine große Zuversicht entstand auch, weil unser neugeborener Sohn innerhalb der ersten Wochen sowohl von William Allen als auch von Richard Royster bei uns zuhause behandelt wurde – das waren sehr hilfreiche Weichenstellungen für uns alle.

? Inwiefern Weichenstellungen – wie hast du das damals erlebt?

» Das Wohltuende war das Gefühl, dass jemand Fremdes etwas für dein Kind tut und du dich als Mutter und Vater zurücklehnen kannst. Das Wohltuende war die Entlastung. Was wir auch sehen konnten: Es wurde ein Ebenmaß möglich – also eine Symmetrie auf körperlicher Ebene. Ich bekam damals auch ein Bewusstsein dafür, was die Craniosacrale Methode für die Psyche bedeutet. Ich bin der Überzeugung, dass ein oder zwei Cranio-Behandlungen – gleich am Anfang und wenn sie die Geburt mit einbeziehen – die Bewegungs- und Sprachentwicklung fördern und die Bindung vertiefen. Gemeint ist damit, dass die Eltern den emotionalen Botschaften des Kindes mehr zuhören. Und dadurch das Kind passender begleiten können und schützender und weicher halten. Es ist eher wie ein Tanz, wenn die Eltern ihr Kind halten – mehr Anschmiegen. Das alles sind Dinge, die wir in der Craniosacralen Methode gelernt haben: Halt und Freiheit gleichermaßen zu erleben.

Ab 1996 kam dann der Einfluss von Ray Castellino dazu, er regte mich zur geburtsbezogenen craniosacralen Arbeit an. Das für mich wesentlich Neue war, dass alle im Raum zur eigenen Langsamkeit finden – also innerlich langsam werden.

? Wie können wir das ganz konkret auf unsere Cranio-Behandlungen übertragen?

craniointerview

mit Joachim Lichtenberg

» Um Cranio-Rhythmen von sechs bis acht Pulsationen pro Minute zu spüren, müssen wir innerlich langsamer werden als der eigene Atem. Um noch langsameren Rhythmen Raum zu geben, also der langsamen Mid Tide und der noch langsameren Long Tide, muss ich natürlich noch viel viel langsamer werden. Das gelingt am Besten in der ersten Phase in der ich das Kind beobachte und ihm Raum gebe.

? Das heißt auch, dass dies nicht so gut gelingt, wenn ich gleich aktiv werde und mit den Händen loslege ...?

» Ja, das würde der eigenen Langsamkeit entgegenwirken. Der andere Pol ist paradoxerweise die Schnelligkeit in der Wahrnehmung. Dabei geht es weniger darum, den Cranio-Rhythmus zu spüren, sondern ob das Gewebe freier wird oder nicht. Wesentlich scheint mir das Vertrauen in den ersten Eindruck beim Berühren. Es geht nicht darum, eine vorgegebene Behandlungsfolge abzuarbeiten, sondern darum, dass eine stimmige Begegnung stattfindet, bei der sich zusätzlich etwas im Gewebe ausgleichen kann. Ich erlaube mir, eine gewisse Virtuosität zu entwickeln, also der Langsamkeit auch die Schnelligkeit hinzuzufügen. Es geht mir darum, beide Wahrheiten, beide Pole da sein zu lassen und zu halten.

Die osteopathische Idee, einem Bewegungsverlust im Gewebe wieder Beweglichkeit zu ermöglichen ist nach wie vor gültig. Der therapeutische Umgang mit Säuglingen und anderen Kindern erfordert darüber hinaus aber eben eine besondere Art des Kommunizierens.

? Eine solche Fertigkeit und Kunst scheint mir auch für die Behandlung von Erwachsenen und Jugendlichen sinnvoll und kostbar – gibt es aus deiner Sicht auch etwas ganz Spezifisches für Kinderbehandlungen?

Joachim Lichtenberg: Wir sind noch zarter und noch respektvoller bei der Berührung als wir es eh schon sind. Und mit Kindern gehen wir spielerischer um und improvisieren noch mehr.

? Welche Ressourcen setzt du dabei sonst noch ein?

» Meine Arbeit ähnelt einer non-direktiven Spieltherapie. Wenn ich auf die berühmte einsame Insel käme und ein einziges Spielzeug für meine Arbeit mit Kindern mitnehmen könnte, wäre es das Krokodil. Ich hatte in meiner Praxis schon Kinder mit Sprachverzögerung, die mit der Krokodil-Handpuppe gespielt haben und bald darauf anfangen zu sprechen, als sie das Krokodilmaul auf- und zuklappten. Das Krokodil ermöglicht es, auf der Ebene des Reptilienghirns etwas auszudrücken. Das Kind beißt zum Beispiel meinen Unterarm und gewinnt somit spielerisch Zugang zur eigenen Kraft. Um diese Beobachtung zu verstehen, hilft es an das Wort Articulatio – also: Gelenk – zu denken. Mit dem Auf- und Zuklappen des Krokodil-Kiefergelenks wird das Artikulieren erleichtert ...

Wenn ich deine Ideen und Gedanken höre, dann gewinne ich den Eindruck, dass ein Kinder-Kurs bei dir auch die Arbeit mit Erwachsenen verfeinern würde.

» Ja, das ist mir zunehmend selbst klar geworden. Vor allem im ersten Kinderkurs ist mein Lehrziel zu vermitteln und vorzuleben dem ersten Eindruck beim Berühren zu vertrauen.

? Ist die Berührung – insbesondere bei Kindebehandlungen – nicht auch eine Gratwanderung zwischen hilfreichem Kontakt und „Übergriff“? Nicht alle Kinder lassen sich gerne gleich berühren ...

» Genau das ist die große Herausforderung. Das Kind darf daher meine Hand weg-schieben. Und bevor ich berühre, sage ich so etwas wie: „Ich würde jetzt gerne ...“ und zeige dies gleichzeitig an meinem eigenen Körper. Und das ist ein großer Unterschied zu den eher osteopathisch getönten Vorgehensweisen. Weil ich die Eltern vorbehandle, erhöht sich zudem die Wahrscheinlichkeit enorm, dass das Kind der Berührung zustimmt.

craniointerview

mit Joachim Lichtenberg

? Das heißt, das Kind ist bei der Vorbehandlung der Eltern dabei?

» Ja, manchmal liegt es auf einem Fell am Boden und ich halte auch Blickkontakt zu dem Kind. Oder es ist auf dem Arm des anderen Elternteils. In meinen Kursen sehen die Kurs Teilnehmer dann, dass sich zeitgleich beim Kind ganz viel verändert. Das Kind kommentiert mit seiner Körpersprache unbewusst die Veränderungen bei der Mutter oder beim Vater. Es kommt dann zum Beispiel zur Ruhe oder beginnt sich freier zu bewegen. Ich kommentiere und erläutere das, was ich im Gewebe und in der Atmosphäre wahrnehme – bei den Eltern oder beim Kind. Ich möchte die Selbstwahrnehmung jedes einzelnen in der Familie fördern, denn dann findet Selbstregulation statt.

? Dient das Kommentieren und Erläutern nicht auch der Orientierung – weil es sowohl den Verstand als auch das Körpergefühl anspricht?

» Über die Orientierung hinaus geht es darum, dem Verstand Antworten zu geben, so dass der sich zurücklehnen kann und Selbstregulation geschehen darf.

? Muss ich eigentlich Mutter sein um Kinder behandeln zu können?

» Glücklicherweise nicht! Es genügt, dass wir alle selbst Kind waren. Wenn diese Frage kommt, verweise ich zur Entlastung gerne darauf, dass ich ausgezeichnete und erfolgreiche kinderlose Kinder-Therapeutinnen und -Therapeuten kenne. Und dennoch: Das eigene Vater-Sein hat mir auf jeden Fall für die therapeutische Arbeit geholfen.

? Du entwickelst deine craniosacrale Arbeit und deine Kursangebote ständig weiter – auf welche neuen Themen und Projekte dürfen wir uns freuen?

» Ich bin seit einiger Zeit dabei, Michael Sheas biodynamische Arbeit mit Herz und Gefäßen in meine Kinderbehandlungen zu integrieren. Ich mache beispielsweise berührende Erfahrungen damit, den „Gefäßbaum-Griff“ an Handgelenk und Fußrücken auch bei Säuglingen anzuwenden und bei deren Mutter. Dadurch entsteht noch mehr Herzenswärme, die körperlich für alle erfahrbar wird.

? Danke vielmals, Joachim, für dieses lebendige und anregende Gespräch!

Das Gespräch mit Joachim Lichtenberg führte Anke Zillessen.