

Polarity Arbeit mit Kindern in der Praxis

Die Polarity Arbeit mit Kindern und Jugendlichen ist besonders dankbar. Die meisten sind von Natur aus neugierig und machen begeistert mit. Sie haben in der Regel weniger Vorurteile als Erwachsene und finden es wunderbar, wenn ihre Spontaneität, Spiellust und Lebendigkeit gefragt ist. Immer geht es darum, ihr Selbstbewusstsein, ihre Kraft und ihr Selbstvertrauen zu stärken, damit ihre Vitalität die vorhandenen Stagnationen, Verspannungen und Blockaden beseitigen kann. Gerne stelle ich zwei Beispiele vor:

Fall 1: Eine Mutter kommt mit ihrer siebenjährigen Tochter. L. hat Schwierigkeiten, ausserhalb des Elternhauses zu sprechen, sich in der Schule auszudrücken und zu behaupten. Zudem hat sie Lungenprobleme, die im Spital genauer untersucht werden. Sie braucht regelmässig entsprechende Medikamente. Als ich L. etwas frage, gibt sie keine Antwort und schaut ihre Mutter an. Mit L. arbeite ich sehr spielerisch. Da sie nicht reden möchte, machen wir verschiedene Zeichen ab. Gegen Ende der ersten Behandlung beginnt L. zu sprechen, weil ihr die Zeichen zu anstrengend werden.

Ich frage die Mutter in der zweiten Sitzung, ob sich während der Woche etwas verändert habe. Sie erzählt, dass sie mit L. einen Termin beim Kinderarzt hatte. Sie war sehr erstaunt, dass L. mit ihm sprach und plauderte wie ein Wasserfall. Es war das erste Mal. Mit Ermächtigungsübungen, die Mutter wird einbezogen, stärken wir das Selbstvertrauen. Bei der anschließenden Körperarbeit ist L. sehr präsent. Ihre Körperwahrnehmung ist sehr gut entwickelt und L. teilt ihre Empfindungen mit.

Inzwischen war L. noch zweimal in meiner Praxis. Wir übten zusammen mit Mutter und Schwester einfache, wirkungsvolle Energieübungen ein, die den Selbstaussdruck und den Energiefluss im Herz-/ Lungenbereich fördern. Der Mutter erklärte ich, welche genaueren Wirkungen die Übungen haben. L. führt sie zusammen mit ihrer Mutter als Hausaufgaben aus. Bei der nächsten Sitzung berichtet diese von den grossen Fortschritten. Die Lehrerin äussert sich plötzlich sehr zufrieden über L.s Schulleistungen und L. freut sich über die positiven Rückmeldungen, vor allem die im Rechnen.

Beim letzten Besuch traut sich L., alleine in der Praxis zu bleiben, während die Mutter einen Spaziergang macht. Ich staune und bin gespannt,

wie es bei L. weitergeht... Voraussichtlich können wir die Behandlung nach insgesamt 6 Sitzungen abschliessen.

Fall 2: F., ein 14-jähriger Junge, kam zu mir, weil sich seine Mutter grosse Sorgen um ihn machte. Er hatte keinen Appetit, konnte abends nicht einschlafen und hatte dauernd Bauchweh und Kopfschmerzen. Er war antriebslos und hatte zu nichts Lust. F. sah sehr bedrückt aus, liess Kopf und Schultern hängen und schlug die Augen nieder. Beim ersten Gespräch stellte sich heraus, dass er sehr stark unter schulischem Druck stand. Er machte sich riesige Sorgen um seine Beförderung in der Schule, denn er brachte vor allem in der Mathematik nur schlechte Noten nach Hause.

Zu Beginn der Behandlung ging es darum, seine Ressourcen herauszufinden und eine Vertrauensbasis herzustellen. Es stellte sich heraus, dass er sehr gerne Sport treibt und sehr tierliebend ist. Mit Gleichgewichtsübungen und gezielten Ball- und Jonglierübungen glichen wir das festgestellte Ungleichgewicht zwischen linker und rechter Körperhälfte aus. Tierkarten und ausgewählte Affirmationen dienten als bewusste Stärkung für sein „angeknackstes“ Selbstvertrauen. Mit Körperarbeit lernte er allmählich Stress und Spannungen loszulassen, sich tief zu entspannen und neue Kraft zu schöpfen. Zusammen lernten wir einige Energieübungen, die er zuhause oder in der Schule selbstständig anwenden konnte um sich zu zentrieren, zu entspannen, abzureagieren oder neue Kräfte zu tanken.

Mit der Mutter vereinbarte ich, dass sie die Verantwortung für den Lernerfolg an F. übergibt und sich nach Möglichkeit nicht mehr um F.s Schulleistungen sorgt. F. wurde zusehends fröhlicher und erzählte voller Stolz, wie sich seine Schulleistungen besserten. Sogar in Mathematik brachte er genügende Resultate. Er trieb mehr Sport und verbrachte mehr Zeit mit Tieren und Freunden. Anhand einer Schmerzagenda stellten wir fest, dass die Kopf- und Bauchschmerzen fast vollständig verschwunden waren. Auch seine Einschlafschwierigkeiten und sein Energiemangel hatten sich stark verbessert. Heute ist F. stolzer Mofafahrer und grüsst jedes Mal überschwänglich, wenn er an mir vorbei fährt.

Heinrich Peterhans
www.polaritystetten.ch