

Der beste Patient auf der Welt

BEZIEHUNGSaufbau MIT KINDERN in der Naturheilpraxis  Markus Opalka

KURZ GEFASST

- 1 *Tipps aus dem Erfahrungsschatz eines versierten Kinderosteopathen: Wie begegnet man den kleinen Patienten auf der Beziehungsebene, und wie gewinnt man sie für sich und die Behandlung?*
- 2 *Eltern und Kind als Einheit: Gerade bei Kindern, die noch nicht sprachlich kommunizieren, ist es wichtig, dass der Therapeut die Beziehung zu Eltern und Kind gleichzeitig aufbaut.*
- 3 *Ein guter Ausklang der Behandlung ist bereits der Anfang der nächsten Behandlung, lautet die Devise. Ein Behandlungsabschluss gelingt unter anderem mit Kinderrezepten und kleinen Abschiedsgeschenken.*

Vor einigen Tagen wurde ich mal wieder mit einem besonderen Erlebnis beschenkt. Ich beendete gerade noch meine Dokumentation für einen Patienten und saß hinter dem Schreibtisch. Die Tür ging auf und Karl (Name von der Redaktion geändert), ein 5-jähriger Junge, kam zur Erstkonsultation. Ohne zu zögern, ging er schnurstracks auf mich zu. Ehe ich mich ihm zuwenden konnte, stand er bereits direkt vor meinem Schreibtisch und sagte: „Hallo, Herr Opalka!“ Solch ein gezieltes und selbstsicheres Auftreten erlebe ich in der Altersgruppe wirklich nicht so oft und begrüßte ihn etwas überrascht zurück! Gleichzeitig sagte ich zu der nun eintretenden Mutter, dass ich beeindruckt von Karls offener und mutiger Begrüßung bin. Daraufhin erklärte mir die Mutter, dass sie sich am Tag zuvor mit Karl gemeinsam Fotos von mir und meiner Praxis im Internet angeschaut habe. So konnten sich beide schon ein Bild machen, wer und was sie hier erwartet. Das war für uns alle eine tolle Vorlage für einen gelungenen Beziehungsaufbau.

Normalerweise kommen Kinder im Kindergarten- oder Vorschulalter eher zurückhaltend in die Praxis. Sie bleiben dicht bei der Mama und suchen den sicheren Körperkontakt. Es ist immer hilfreich für die kindlichen Patienten, wenn die Eltern eine alterssprechende Hinführung auf den Besuch in der Praxis machen. Hier kann und darf auch jeder Therapeut eine kleine Vorabinformation bereitstellen, die diese Vorbereitung durch die Eltern vereinfacht. Das können Fotos aus der Praxis, ein persönliches Telefonat oder eben auch gut aufbereitete Flyer sein (siehe Abschnitt „Vor der Behandlung“).

Beziehung ist (fast) alles

Grundvoraussetzung für ein positiv geprägtes Verhältnis zwischen dem Therapeuten und dem kleinen Patienten ist ein gelungener Beziehungsaufbau. Kommunikation, ob verbal oder nonverbal, ist das Werkzeug für einen erfolgreichen Behandlungsverlauf. Um dies zu erreichen, ist es wichtig, sich einige Faktoren sowie mögliche Schwierigkeiten in der gemeinsamen Begegnung bewusst zu machen.

Das Wichtigste bringt der Satz des Psychotherapeuten Paul Watzlawick auf den Punkt: „Sie können nicht *nicht* kommunizieren.“ [1]. Gemeint ist damit, dass wir – selbst wenn wir kein Wort sagen – immer mit Körper, Gestik und Mimik Botschaften an unser Gegenüber senden. Zum Beispiel wenn ein Kind bei der Begrüßung auf den Boden starrt. Dann ist klar: Diese Person möchte (noch) nicht angesprochen werden. Trotz Schweigen ist es eine erste kommunikative Nachricht.

Für den praktischen Zugang zur Beziehungsarbeit möchte ich die chronologische Entwicklung der therapeutischen Beziehung mit Kindern in den Vordergrund stellen. Wichtige Aspekte lassen sich anschaulich in die drei Bereiche vor, während und nach der Behandlung einordnen.

Zudem macht es noch einen Unterschied, ob der kleine Patient selbst schon sprachlich verständlich kommunizieren kann oder ob in erster Linie Mutter/Vater als vermittelnde Beziehungsperson zur Verfügung stehen. Denn dann müssen ad hoc zwei Beziehungen gleichzeitig aufgebaut werden. Zu dem/den Elternteil/en und zum Kind. Und aus meiner Erfahrung ist hier die Gleichzeitigkeit besonders wichtig. Egal ob Neugeborenes oder Kindergartenkind, jedes versichert sich ständig über Blick-, Körper- und Wortkontakt mit der Bezugsperson, ob die eigenen Wahrnehmungen und somit das aktuelle Geschehen sicher und vertrauenswürdig sind. Deshalb sollte die Beziehungsarbeit in alle Richtungen stimmig sein. Das gelingt, je besser die eigene Praxisroutine funktioniert und je mehr Sie mit offenem Herzen und Verstand sich Ihrem Besuch widmen können.

Vor der Behandlung

Eine therapeutische Beziehung beginnt in dem Moment der ersten Kontaktaufnahme. Bin ich persönlich empfohlen worden? Hat man mich im Internet gegoogelt? Ist mein Praxisschild auf der



Abb. 1 In der Praxis ankommen: Eine große alte Schultafel an der Wartezimmerwand lädt Kinder ein, eigene Markierungen zu setzen. Ein spielerischer Akt der selbstständigen Eroberung der Praxis.

Straße gesehen worden? Allein diese unterschiedlichen Zugänge können bereits verschiedene Botschaften transportieren und den Beziehungsaufbau beeinflussen. Wurden Sie wärmstens als Experte empfohlen, präsentieren Sie sich authentisch im Internet, oder sind Sie telefonisch schwer erreichbar? Jedes für sich beeinflusst die Grundhaltung beim Erstkontakt. Und das gilt nicht nur für die Eltern.

Wie man am Eingangsbeispiel mit dem kleinen Karl merkt, können sich auch Kinder direkt an solchen Informationen orientieren. Dieses Erlebnis hat mir nochmal bewusst gemacht, wie wertvoll und wichtig gute Vorabinformationen sind, sei es im Internet oder bei der persönlichen Terminvereinbarung. Jeder Patient, ob groß oder klein möchte bei der ersten Begegnung nicht überrascht werden. Geben Sie also so viel wie möglich im Vorfeld von sich und Ihrer Arbeitsweise preis. Helfen Sie Eltern und Kindern, sich auf die erste Begegnung gut einzustellen. Vergessen Sie nicht: Je sicherer und vertrauter sich Mutter/Vater fühlen, umso einfacher wird der Zugang zum Kind.

Folgende Informationen sind hilfreich:

- Wie läuft eine Behandlung bei Ihnen ab?
- Wie viele Begleitpersonen können/dürfen mit ins Behandlungszimmer?

- Muss das Kind sich ausziehen?
- Sollen Dokumente mitgebracht werden (U-Heft, Fotodokumente, Malbilder)?
- Was ist (nicht) erwünscht (Essen, Handygespräche, Kuschtier, Lieblingsspielzeug)?
- Gibt es Platz für den Kinderwagen? Platz zum Stillen?
- Gibt es mehrere Therapeuten?

Um besser anzukommen, hilft es, wenn die kleinen Patienten zum Termin etwas eher erscheinen. Das bietet eine kleine Zeitspanne für die selbstständige Eroberung der Praxisräumlichkeiten oder des Wartezimmers. Das Kind kann mit allen Sinnen Ihr Praxisrevier erkunden und eventuell schon mit eigenen Markierungen beginnen. Zum Beispiel habe ich im Wartebereich eine große alte Schultafel an der Wand. Sehr oft entdecke ich dann bei der persönlichen Abholung aus dem Wartezimmer schon erste Gemälde oder eigene gelöste Matheaufgaben an der Tafel. Eine gute Gelegenheit, die Kommunikation zu starten.

Die Behandlung beginnt

Ob ein schneller Beziehungsaufbau gelingt oder nicht, entscheidet sich mit den Momenten der ersten Begegnung. Wieso ist das so, und kann man das beeinflussen? Zuerst einmal vertrauen Kinder viel mehr auf ihre innere Wahrnehmung als auf kognitive Fakten. Daher ist Ihre innere Haltung, mit der Sie dem Kind/den Eltern erstmals persönlich begegnen, wichtig. Kinder egal welcher Altersgruppe sind bereits individuelle Persönlichkeiten. Und genau so wollen sie auch wahrgenommen und angesprochen werden. Öffnen Sie sich dem Kind mit dem Bewusstsein, dass Sie es in erster Linie mit einem kleinen Menschen zu tun haben und nicht zum Beispiel mit einer Otitis media. Denn vielleicht entdecken Sie ja auf diese Weise versteckte Potenziale beim Kind, die Sie für die Therapie nutzbar machen können. So zeigen manche Kinder ein großes Fantasievermögen. Sie entdecken eine Kleinigkeit im Wartezimmer und können sofort eine Geschichte dazu erzählen. Andere sind motorisch geschickt und zeigen akrobatische Einlagen. Daran können Sie gut anknüpfen, wenn Sie die Mitarbeit des Kindes brauchen.

Wer fragt, der führt!

„Wer fragt, der führt!“ Diesen Spruch sollten Sie sich im Praxisalltag besonders zu Herzen nehmen. Fragen Sie das Kind und die Eltern, ob sie Lust haben, mit Ihnen in den Praxisraum zu gehen. Leiten Sie Körperkontakte, Untersuchungen oder Behandlungstechniken stets mit Erlaubnisfragen ein. Öffnen Sie dabei Ihr Herz und zeigen Sie ehrliche Gefühle. Und ganz wichtig: Bleiben Sie im Hier und Jetzt. Nehmen Sie Bezug auf Aktualitäten, die dem Kind zugänglich sind. Zum Beispiel:

- Die Schuhe sehen aber bequem aus. Kannst du damit schnell rennen?
- Hast du schon Mittag gegessen? Was gab es denn? Ich liebe auch Nudeln.
- Darf ich mich neben dich/euch setzen?
- Schön, dass du da bist. Ich habe mich auf dich gefreut!



Abb. 2 Die Mäusetür: Sie lädt kleine Entdecker in der Praxis zum haptischen Erkunden, aber auch zum Geschichtenerzählen ein. Was für eine Welt verbirgt sich hinter so einer kleinen Tür?

- Eben im Wartezimmer habe ich mich gar nicht getraut dich anzusprechen. Aber jetzt bin ich mutiger und frage mal. Wie heißt du denn?
- Darf ich mal deinen Bauch abhören? Vielleicht hören wir einen Pups?

Lassen Sie auch Zeit und Raum für verschiedene Kontaktaufnahmen seitens des Kindes. Ein afrikanisches Sprichwort sagt: Gras wächst auch nicht schneller, wenn man daran zieht. Also „ziehen“ Sie das Kind nicht, sondern gehen Sie gemeinsam aufeinander zu. Probieren Sie verschiedene Kontaktebenen aus: Blickkontakte, direkte Ansprache, indirekte Ansprache über die Mutter bis hin zu einfachem Körperkontakt. Ertragen Sie auch kleine Momente der Stille. Oft bringt genau das eine kleine Wendung in Gang.

Die Sinne des Kindes ansprechen

Oder bieten Sie etwas Konkretes aus Ihrem Praxisraum zur Wahrnehmung an. Kinder nutzen ihre Sinne viel bewusster als Erwachsene. Ein Behandlungsraum, in dem es viele sinnliche Anregungen gibt, ist für das Kind sehr einladend und bringt viele neue Ansätze für den Beziehungsaufbau. Zum Beispiel bietet die Aromatherapie hier wunderbare Möglichkeiten. Fragen Sie, ob Sie etwas Duft im Raum versprühen dürfen und bieten dem Kind konkret ein paar Düfte zum Riechen an. Erklären Sie den Zerstäuber und



Abb. 3 Die Knochenkiste: Von welchem Tier stammt welcher Knochen? Das „Knochenraten“ ist ein Spiel, das Kinder von zu Hause eher nicht kennen werden. Die Neugier ist vorprogrammiert!

lassen Sie das Kind seinen Wahlduft versprühen. So kommt der kleine Besucher unkompliziert in die erste eigene Wohltat.

Für die „Haptiker“ unter den Kleinen

Manche Kinder sind viel quirliger und fassen gerne alles an. Dafür braucht es auch Angebote, um eine gemeinsame Ebene zur Kontaktaufnahme zu finden. Über die Jahre haben sich in meiner Praxis viele kleine interessante Gegenstände angesammelt, die das Interesse solcher Kinder weckt: angefangen von einem drei Kilo schweren Medizinball, über Fingerpuppen und eine Mäusetür bis hin zu einer Knochenkiste mit gesammelten Knochen aus Feld und Wald. Ein sehr beliebtes Spiel damit ist das „Knochenraten“. Das Kind bekommt einen Knochen in die Hand und dazu ein paar altersgerechte Tipps, von welchem Tier der Knochen stammen könnte. Das regt die kindliche Fantasie an und erheitert das gemeinsame Zusammenkommen.

Ein offener Raum für Begegnung

Zur Anamnese sitze ich niemals hinter dem Schreibtisch. Das Erkundungsgespräch findet in einem offenen Halbkreis statt. Das Kind sitzt meist auf dem Schoß der Mutter (oder des Vaters) und beäugt die Situation aus sicherer Position. Ich sitze bewusst auf einem Rollhocker gegenüber. Das ermöglicht natürliche Positions- und Distanzwechsel, die ich je nach Stand des Beziehungsaufbaus ad hoc verändern kann. So kann während des Gespräches mit häufigem Hin-und-her-Rollen schon ein Raum für Gewöhnung, Vertrauen sowie erste Körperberührungen entstehen.

Rauf auf die Bank!

Erst nachdem mehr Vertrauen, Nähe und die Erlaubnis zum Anfassen erfolgt sind, können bessere Untersuchungs- und Behandlungspositionen eingenommen werden. Da ich keine höhenver-

stellbare Behandlungsliege benutze, spiele ich auch gerne mit der Eigenkompetenz der Kinder. Ich frage oft, ob sie schon allein auf die Bank klettern können oder noch Hilfe brauchen. Da das bei fast allen Kindern den Wunsch nach Anerkennung der eigenen Fähigkeiten weckt, sind sie kaum davon abzuhalten, allein auf die Bank zu klettern. Das ist dann der gelungene Auftakt in eine neue kooperative Ausgangslage für meine kinderosteopathische Behandlung.

Respekt vor dem Schamgefühl

Es ist bei mir auch selbstverständlich, dass sich kein Kind im Vorfeld entkleidet. Schuhe ja, aber der Rest wird mit der Salamatik (scheibchenweise) erledigt. Nachdem das angekleidete Kind auf der Behandlungsbank erste Untersuchungen und Behandlungen genehmigt und erfahren hat, erfolgt die nötige Entkleidung. Auch hier ist die angebotene Hilfe eine vertrauensbildende Maßnahme und achtet das Schamgefühl des Kindes. Unterschätzen Sie das niemals. Schamgefühle entstehen bei vielen Kindern bereits ab dem Kindergartenalter, teilweise auch schon etwas eher. Ein behutsamer und langsamer Zugang, der die Integrität des Kindes achtet, ist der Schlüssel für den Beziehungserfolg. Selbstverständlich muss im Praxisraum noch eine angenehme wohltemperierte Atmosphäre herrschen.

Das innere Kind als Perspektive

Für die Eltern sollten die aktuellen Untersuchungstechniken erläutert werden. Fragen Sie das Kind um Erlaubnis und erklären Sie den Eltern, was und warum Sie das tun. Um mit dem Kind dabei besser in die Kooperation zu kommen, sollten Sie in der Vorstellungswelt der Kinder agieren. Nicht selten laufen Elefanten über den Rücken der Kinder, um mit etwas Druck die Beweglichkeit der



Abb. 4 Marmelkiste: Kinder lieben kleine Geschenke, zum Beispiel in Form von Murmeln zum Abschluss der Behandlung.

Segmente zu überprüfen. Man kann mit der Gewebsbehandlung gleichzeitig Zahlen, Symbole oder Buchstaben auf den Rücken massieren und erraten lassen. Bei der osteopathischen Behandlung des Bauchraumes trägt das Thema „Pupsen“ oft zur Heiterkeit aller Beteiligten bei. Therapeuten, die selbst Kinder haben, schöpfen hier vielleicht auch aus ihrem eigenen Fundus und Erfahrungsschatz.

Je mehr Sie es schaffen, an die kindliche Welt anzuknüpfen, desto einfacher und spielerischer wird der Beziehungsaufbau gelingen. Und verstellen Sie sich nicht. Kinder sind nicht dumm. Das

Geheimnis einer Beziehungsarbeit ist echte Liebe zu Kindern und authentisch zu bleiben. Umso größer und aktiver Ihr inneres Kind ist, umso besser werden Sie in der Kindertherapie. Kreativität, Intuition und vor allem Improvisation sind hier gute Schlüsselqualitäten.

Nach der Behandlung

Ende gut, Anfang gut! Ein guter Ausklang der Behandlung ist bereits der Anfang der nächsten Behandlung. Holen Sie sich persönliches Feedback, bedanken Sie sich aufrichtig und bestechen Sie ordentlich.

Mit dem Ende der Konsultation frage ich stets das Kind: „War das ok so?“ Eine kleine gemeinsame Rückschau mit dem aktuellen Befinden hilft allen Beteiligten, die Informationen und das Erlebte gut zu verarbeiten. Mit dem Ausblick auf den Therapieplan werden gemeinsame Verbindlichkeiten festgelegt. Dabei ist das Kind stets mit einzubeziehen.


Das „echte Rezept“

Nicht immer brauchen Kinder rezeptierte Heilmittel, sie lieben aber „echte Rezepte“. In meiner Praxis verordne ich gerne zusätzlich handschriftliche Kinderrezepte. Darauf rezeptiere ich Aufgaben, Herausforderungen oder auch Aktivitäten mit den Eltern. Es dient, wenn nötig, dem elterlichen Beziehungsaufbau zu den Kindern oder der Aktivierung versteckter Potenziale. Introvertierten, eher schüchternen Kindern verordne ich sehr gerne „5-mal Klingelmännchen“. Ein Spiel, bei dem das Kind alle Schellen eines Hauseinganges gleichzeitig drückt und dann möglichst schnell und unentdeckt davonrennt. Auch beliebt sind „4-mal Höhle bauen mit Mama“, oder „2-mal Spaßkloppe mit Papa“. Ich bin sicher, dass Ihnen nun viele spannende Dinge aus Ihrer Kindheit einfallen, die man rezeptieren könnte. Und vielleicht haben Sie jetzt auch mal wieder Lust, Ihr inneres Kind mit solchen Aktivitäten zu beleben.

Belohnen und loben Sie!

Natürlich ist es hilfreich, die Mitarbeit des Kindes in materialistischer Form zu würdigen, oder klarer: Bestechen Sie! Kinder lieben Belohnungen und ganz besonders, wenn sie sich diese noch aussuchen dürfen. Daher habe ich eine Musikdose, die voller bunter Murmeln in verschiedenen Größen ist. Hier darf sich nach der Behandlung – egal ob gut oder weniger gut gelungen – das Kind zwei aussuchen. Damit würdige ich jedes individuelle Bemühen zur Kooperation. Bei den einen funktioniert es schneller, bei den anderen eben etwas langsamer. Das wäre auch der passende Moment, um vielleicht eine kleine Bitte oder Gegenleistung einzufordern, nämlich ein selbstgekritzelttes Bild, einen schönen Stein, eine Feder oder Ähnliches zur nächsten Behandlung mitzubringen. Das hält die Beziehung aufrecht und kann beim nächsten Besuch der anknüpfende Aufhänger sein, die Beziehung wieder aufleben zu lassen.

Verabschieden Sie sich persönlich und bedanken Sie sich nochmal für den Besuch und die tolle Mitarbeit. Nicht selten verlassen so täglich mehrere Kinder meine Praxis mit dem Gefühl, der beste Patient auf der Welt gewesen zu sein. ●

 Dieser Artikel ist online zu finden:
<http://dx.doi.org/10.1055/a-1549-0898>

Literatur

- [1] Watzlawick P, Beavin JH, Jackson DD. Menschliche Kommunikation. Bern, Stuttgart, Wien: Huber; 1969,



HP MARKUS OPALKA, M.SC.

Mit der Kombination aus Osteopathie, Gesundheitswissenschaften sowie Naturheilkunde bietet Markus Opalka ein breites Praxiswissen. In seiner Kinderheilpraxis mit dem Schwerpunkt Kinderosteopathie arbeitet er seit über 25 Jahren in einem therapeutischen Netzwerk und ist Mitgründer des Gesundheitsinstituts Kinderwohlsein.

E-Mail: post@kinderheilpraxis.de
Internet: www.kinderwohlsein.de