

Von der Krise in die Prävention

Ressourcen - und Körperorientierte Krisenbegleitung im Zeitraum
Schwangerschaft, Geburt und frühe Kindheit

Paula Diederichs/SchreiBabyAmbulanz Berlin Mitte und Wikk® (Weiterbildungsinstitut für Ressourcen- und Körperorientierte Krisenbegleitung), Sozialraumkonferenz Graz am 26.11.2019

Zitat der Schriftstellerin Suzanne Arms

Immaculate Deception, Immaculate Deception II

- *Wenn wir die Hoffnung haben,*
- *eine gewaltfreie Welt zu schaffen, in der Respekt und Güte*
- *an die Stelle von Angst und Hass treten...*
-
- *Dann müssen wir damit beginnen,*
- *wie wir uns am Anfang des Lebens*
- *behandeln.*
-
- *Denn hier werden*
- *die tiefsten Muster geprägt.*
-
- *Aus diesen Wurzeln*
- *erwachsen Angst und Entfremdung...*
- *...oder Liebe und Vertrauen*

Gliederung

- Prä- und perinatale Prägungen / Körperpsychotherapie nach Reich
- Bindungsforschung
- Die Chance der Krise in den Frühen Hilfen - Prävention
- Finanzielle Sicht
- SchreiBabyAmbulanz
- Situation Berlin Mitte
- Gedanken zum Schluss

Schwangerschaft und Geburt aus der Pränatalen Psychologie

- Während der Schwangerschaft wird das Grundlebenskonzept konzipiert - ein Gefühl dafür, wie der Mensch auf dieser Erde aufgenommen wird
- Grundvertrauen - Grundmisstrauen
- Geburt im Sinne der Transition - Übergangs-Konzept
- Das dem Menschen eigene Verhalten in Veränderungsprozessen

Children of the future

- Körperpsychotherapeutischer Ansatz
- Prozesse des Lebendigen nach Wilhelm und Eva Reich im Rahmen der Frühprävention
- Krisenbegleitung im Sinne der Selbstregulation / das autonome Nervensystem
- Elternkompetenz und Selbstwirksamkeit

Bindungsforschung und Prägung

- Bindung ist das Band was ein Mensch zu einem anderen über Raum und Zeit miteinander verbindet - John Bowlby - Begründer der Bindungstheorie
- Bindungsmuster vererben / prägen sich über Generationen
- Sicherheit und Vertrauen versus Panik, Angst und Gewalt
- Chance dieses Wissens: Die professionellen Helfer können Eltern helfen Bewusstsein darüber zu erlangen und dann ihr Verhalten zu ändern

- Zitat aus Susi Orbachs Buch: „bodies“ Seite 54/55 erschienen Arche-Verlag

Bei einer Untersuchung von Müttern mit einer Postnatalen Depression stellte Professor Viviette Glover von der Imperial College School of Medicine fest, dass Kurse in Baby-Massage sowohl den depressiven Müttern als auch deren Kindern halfen. Indem die Mütter lernten, wie sie ihre Babys liebevoll berühren konnten, wurden sie sensibler für deren Signale, entwickelten mehr Selbstvertrauen im Umgang mit ihnen und fühlten sich selbst besser. Natürlich liegt es auf der Hand, dass eine freundliche, fürsorgliche Umgebung und die Anleitung durch eine warmherzige Kursleiterin einen Kreislauf von positivem Feedback zwischen Müttern und Babys in Gang setzen, aber das Überraschende ist die Erkenntnis, dass der physische Vorgang des Berührens selbst die Ausschüttung eines wichtigen Bindungshormones namens Oxytocin erhöht und so neuronale Reaktionsmuster begründet, die auch potenziell gefährdete Kinder befähigen, auf simple Formen des Tröstens und Beruhigens und auf körperliche Nähe anzusprechen.

Dagegen haben Babys, die übermäßigen oder unaufgelöstem Stress, intermittierenden körperlichen Beziehungen oder Berührungen brutalerer Art ausgesetzt sind, einen niedrigeren Oxytocinspiegel. Statt des Bindungshormones weisen sie einen höheren Spiegel des Stresshormons Cortisol auf. Ein Mensch der regelmäßig mit Cortisol geflutet wird, ist biologisch und psychisch darauf ausgerichtet, Stresssituationen zu suchen. Dieser Effekt kann dauerhaft sein. Ironischerweise erfolgt Stressauflösung bei Menschen mit einem hohen Cortisolspiegel nicht durch weniger sondern durch mehr Stress. Bei erhöhtem Stress werden die körpereigenen Opiate ausgeschüttet. Dann erst setzt Erleichterung durch das körpereigene Narkotisierungssystem ein.

Chance der Frühe Hilfen / von der Krise in die Prävention

- Am Lebensanfang werden Muster geprägt - die Eltern sind sehr motiviert mit ihren Kindern gut zu sein / Annahme: Jede Mutter liebt ihr Kind
- Die Bereitschaft Hilfe anzunehmen ist relativ hoch
- Das Hilfsangebot muss einfühlsam sein, sodass die Eltern sich emotional abgeholt und gut begleitet fühlten

Bedarfslage: Zahlen entnommen aus dem Jahresbericht des Organisation wellcome Berlin 2018

Schwierigkeiten des postnatalen Kindes resultieren oft schon aus schwierigen Schwangerschaften und problematischen Geburten

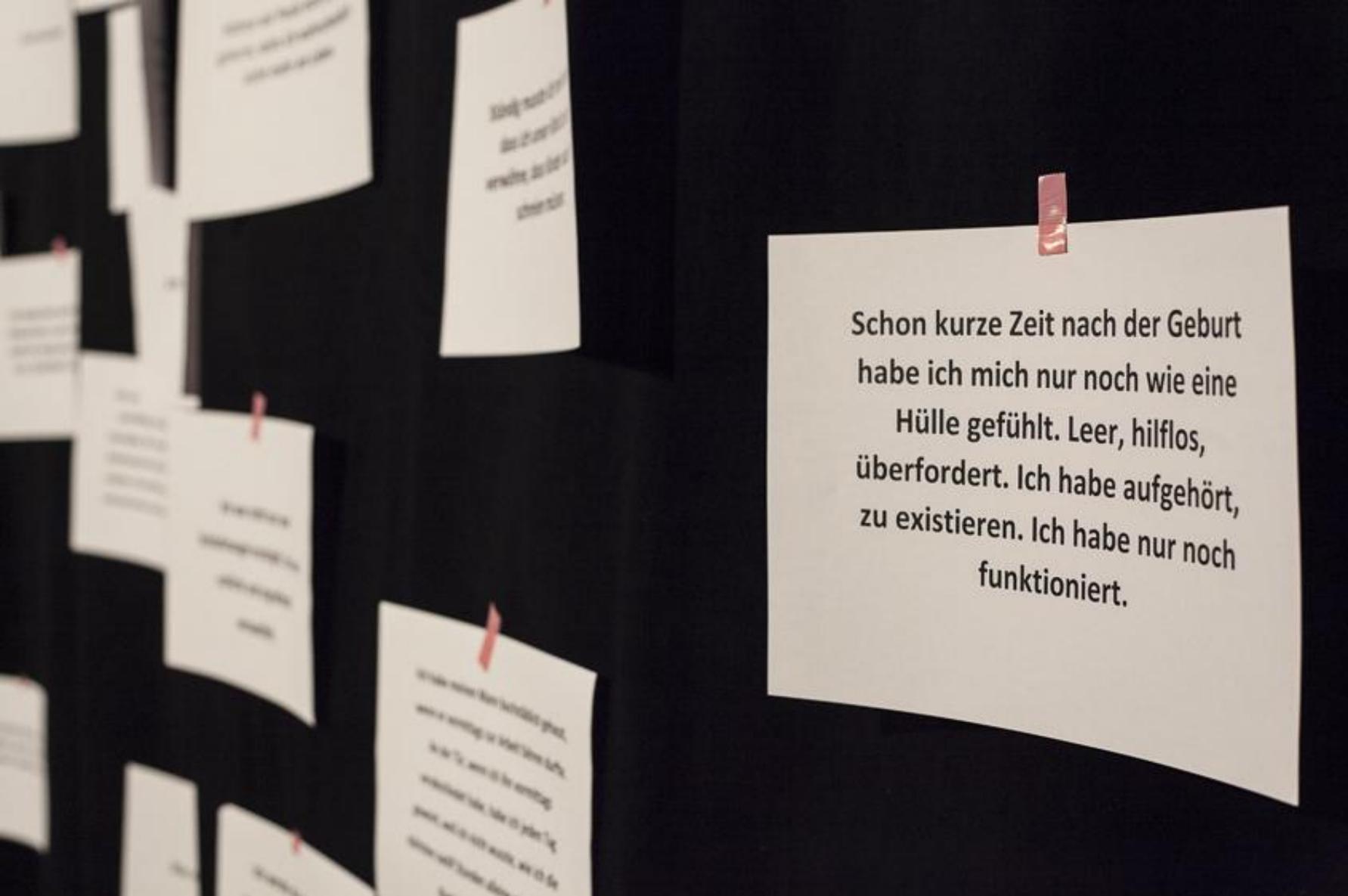
20-25% der Neugeborenen gelten laut Angaben der Deutschen Gesellschaft für Kinder und Jugendpsychiatrie als Schreibabys

Shaken Baby Syndrom

80% der Mütter leiden unter dem Baby-blues und rund 20% zeigen Symptome einer postpartalen Depression (Licht und Schatten - Selbsthilfeorganisation)

45% der Eltern wünschen sich mehr Unterstützung Studie Forca,

Bei 30% der Mütter nimmt das Wohlbefinden ab Geburt substantiell ab, Gefühl des alleingelassen seins, „Haussegen“ hängt schief (Deutsches Wirtschafts- Institut 2018)



Schon kurze Zeit nach der Geburt
habe ich mich nur noch wie eine
Hülle gefühlt. Leer, hilflos,
überfordert. Ich habe aufgehört,
zu existieren. Ich habe nur noch
funktioniert.

Belastungsfaktoren für die Eltern bei Schreibabys

- Bei den Eltern löst das Geschrei einen Adrenalinstoß aus. Das Herz schlägt schneller, der Blutdruck steigt, viele Mütter berichten über Schweißausbrüche. Für die Eltern ist das Stress pur.
- Auch die Lautstärke hat es in sich: Schreiende Babys kommen immerhin auf bis zu 120 Dezibel und sind damit lauter als ein Presslufthammer. → Am Arbeitsplatz wird bereits ab 85 Dezibel auf Hörschutz zurückgegriffen

Wirksamkeit der Frühen Hilfen in Berlin-Mitte

Folie entnommen vom Vortrag von Herrn Tobias Prey: Qualitätsentwicklung,
Planung und Koordination Gesundheitsamt Berlin Mitte



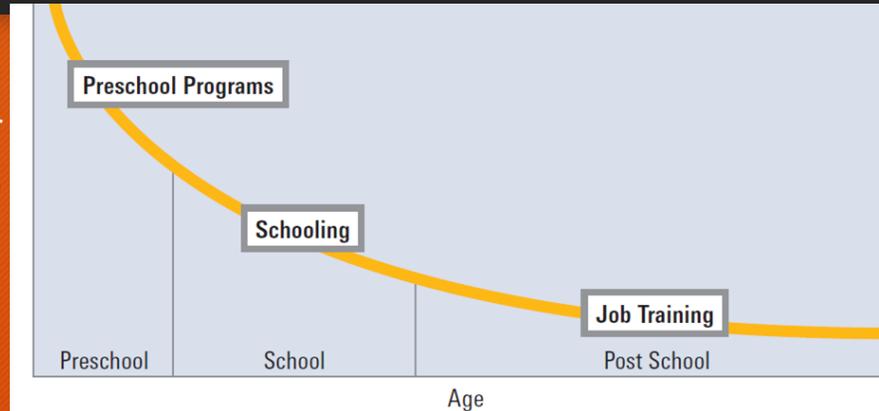
Evaluationsergebnisse 2018



Warum Wirksamkeit untersuchen?

Wirtschaftlichkeit der Frühen Hilfen

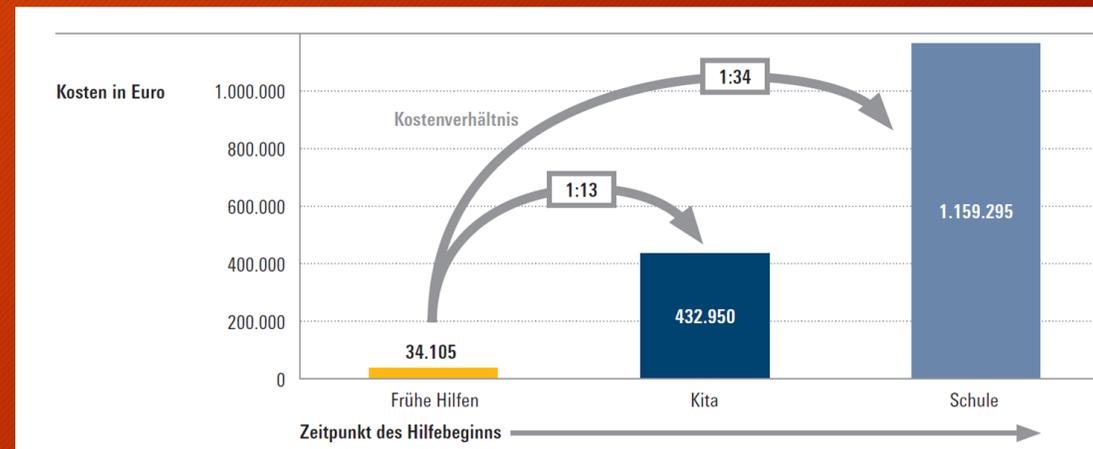
*Rate of
Return to
Investment
in Human
Capital*



Cunha, Heckman, 2007 (zit. nach NZFH)

□ unzureichende Finanzierung der Frühen Hilfen
permanent Verstoß gegen die LHO ? (Grundsatz der Sparsamkeit und Wirtschaftlichkeit)

Kosten im Lebenslauf nach dem Zeitpunkt des Hilfebeginns



Finanzielle Situation Berlin Mitte / Hilfen zur Erziehung und SchreiBabyAmbulanz

- Hilfen zur Erziehung - ca 60 Mil.
- 1 Familie braucht im Durchschnitt ca 12000 Euro im Jahr
- Der komplette Etat 2018 der SchreiBabyAmbulanz im Bezirk 18000€, damit wurden 50 Familien durch die Krisenintervention begleitet
- Aufstockung im nächsten Jahr auf 45 000

Finanzierung Frühe Hilfen versus HzL Berlin Mitte

Zahlen aus Berlin Mitte für das Jahr 2020

Bundesstiftung Frühe Hilfen: neu ab 2020:	300.000 €
Bezirk Zusatzmittel:	75.000 €
Jugendamtsmittel:	40.000 €
Landesmittel für die Aufsuchende Elternhilfe	109.000 €
Gesamt:	524.000 €

Dem gegenüber steht ein Jahresabschluss in Ausgaben der Hilfen zur Erziehung in Mitte mit ca. 62 Millionen €!

Was ist die SchreiBabyAmbulanz?

- Anlaufstelle für (werdende) Eltern in emotionalen Krisensituation im prä- peri- und postnatalen Zeitraum
- Niedrigschwelliges Angebot mit teilweise Hausbesuchen und je nach Krise Erreichbarkeit in 48 Stunden
- Krisenbegleitung erstreckt sich von 1 - 10 Sitzungen
- Verteilung der Hilfesuchenden in der telefonischen Erstabsprache auf die jeweilige Ambulanz in der Nähe der Eltern
- Nach Bedarf Einbindung in die jeweiligen Netzwerke der Bezirke und Nachbarschaftszentren bzw. Stadtteilzentren

Thematik der begleiteten Fällen u. Themen 2018 in Berlin-Mitte durch die SchreiBabyAmbulanz

- 11 Schreibabys mit (sehr) ängstlichen bzw. krisengeschüttelten Mamas
- 10 Fälle schwere bis Extreme Schlafprobleme
- 3 Familien mit Gewaltthematik
- 3 Zwillingfamilien mit dem Thema Schlafen bei den Kindern, zusätzliche unterschiedliche Belastungen der Eltern
- 2 Fälle Aggressionen der größeren Schwester auf das Baby und Probleme der KM sich zu regulieren
- Risiko-Schwangerschaftsbetreuung und erste Zeit mit großen Paarproblemen
- Schreien eines Säuglings, Zwillingsschwester an einem Herzfehler gestorben
- Anlass Schreien - KM erlitt Vergewaltigung und wurde schwanger
- schwerbehinderter Bruder, fetales Alkoholsyndrom
- chronische Schmerzpatientin KM, schwere erste Zeit der Mutterschaft mit leichter Depression
- Prävention vor Schreibabysymptomatik, da die zweite Frühgeburt die Kindsmutter sehr an das Drama des erstgeborenen Schreibaby erinnerte
- Verarbeitung von Geburtstrauma des Erstgeborenen und Fehlgeburt

- Mutter der KM psychisch krank und Stärkung der KM in kompetente Mutterschaft
- Sehr ängstliche Mutter - Stabilisierung der Mutterschaft
- Eine junge Mutter, die im betreuten Wohnen lebt, Thema beim Kind: Einschlafen, Schlafen
- Drohende zweite Frühgeburt und Hilfe der KM mit diesen Ängsten klarzukommen und sich auf eine kompetente Mutterschaft einzustellen
- Psychisch kranke Eltern, Obdachlos mit Schreibaby
- Ablöseprobleme des Zweitgeborenen, verursacht durch die psychische Belastung mit dem Erstgeborenen
- 3 Fälle mit Psychische Erkrankungen/Störungsbilder: rezidive Depression, postpartale Depression, Angststörung - in Kombination mit Zwängen, Panikattacken, Borderline, Burnout, Essstörung, PTBS
- Hochbelastete Studentin im Erasmus Jahr in Berlin, psychische Erkrankung, Vereinsamung, Überforderung und Unsicherheit.
- Begleitung und Stärkung des Kindsvaters
- Eltern die den Anschlag am Breitenbachplatz erlebt haben
- Verunsicherung aufgrund kultureller Unterschiede zwischen dem Herkunftsland und Deutschland im Umgang mit Säuglingen
- Belastung durch die Herkunftsfamilien der Eltern: psychische Erkrankungen, Suizid

Direkte Gefahren bei Nichtbeachtung

- ❑ Die meisten Schreibabyeltern haben Gewaltphantasien
- ❑ Je höher die Belastung und Erschöpfung – desto größer die Gefahr von affektiven Handlungen - Aggressionsausbruch
- ❑ Kinderschutz – Schütteltrauma
- ❑ Statt sicheren Bindungen entstehen Angst-Bindungen
- ❑ Erschöpfung der Eltern – Gefahr bei der Mutter – PPD (Postpartale Depression)

Wo kann der Stress herkommen?

- ❑ In der Selbstbeziehung – alte Ängste
- ❑ Das elterliche Beziehungssystem
- ❑ Zu viele unterschiedliche sich widersprechende professionelle Ratschläge
- ❑ Das familiäre Umfeld und andere Mütter
- ❑ Schwierige Schwangerschaften, Geburten und Wochenbett
- ❑ Finanzielle und andere umweltbedingte Faktoren
- ❑ Keine oder die „falsche“ Unterstützung

Zustand der Eltern

- ❑ Erhöhter Stress und Angst
- ❑ Kaum noch mütterliche und väterliche Sicherheit
- ❑ Kaum oder kein Körpergefühl mehr
- ❑ Kaum Sicherheit und damit keine Erdung und Zentrierung
- ❑ Feinfühligkeit konnte sich nicht einstellen
- ❑ Überlebensmodus ist im Gang – 24 Std. Dienst / Unkündbar / kein Urlaub / immer Bereitschaftsdienst

Zustand des Kindes

Die Selbstregulation des Babys ist entgleist
„Entspannungsblockierung“

- Schreien ohne Ende und Stresshaltung
- Schlafstörung
- Hektisches Trinken

In der Ruhe liegt die Kraft !

- ❑ Raumatmosphäre: ruhig, einladend, Zeit zum „runterkommen“
- ❑ Stärkung, auch wenn die Eltern was nicht schaffen
- ❑ Verstehende, offene und ehrliche Gespräche führen
- ❑ Inneren Stresszustand orten, erkennen und ändern
- ❑ Achtsamkeitsübungen
- ❑ Stärkende Körperarbeit und Massagen für die Mutter und den Vater

Anti-Aggressionsübungen

- Verstehendes Gespräch
- Aggression körperlich abreagieren
- Ruhe und Ressourcen aufbauen
- Konkret durchsprechen, wie die Eltern in Zukunft mit der Wut umgehen können

Kontakt und Körperarbeit mit dem Baby

- ❑ Verstehen, warum das Baby nicht “runterfahren“ kann
- ❑ Ansprache und Körperarbeit mit dem Kind, dabei den Eltern erklären, was ich tue
- ❑ Nicht aushalten, sondern halten
- ❑ Halt & Berührung sind essentiell für Babys
- ❑ Kind in die Geborgenheit bringen

Die Mutter bemuttern!

- Der Mutter helfen, mit ihren anfänglichen Ängsten und Unsicherheiten klar zu kommen „Es ist noch kein Meister vom Himmel gefallen“ Annahme „Jede Mutter liebt ihr Kind“
- Um einen anderen Menschen versorgen zu können, muss die Mutter selbst Kraft haben – deswegen: die Ressourcen der Mutter wieder auffüllen!
- Winnicott: „Mother to be good enough“
- „Es ist nie zu spät“ Aussage von Eva Reich

Die Bronx brennt nicht mehr 2.7.2016 Bericht Deutschlandfunk: Kriminalitätsbekämpfung in New York

- Kleine Vergehen ahnden, um größere Verbrechen zu verhindern und eine präzise Polizei. Damit hat die Stadt New York City Erfolgsgeschichte in der Kriminalitätsbekämpfung geschrieben. Mitte der 80er-Jahre galt die Metropole spätestens nach Einbruch der Dunkelheit als unsicher. Auch wenn die sozialen Probleme weiterhin vorhanden sind - die Bronx oder der Times Square gelten heute als sicher. *Von Georg Schwarte*
- „Im Rahmen der Möglichkeiten“, sagt der Kriminologe Prof. Eric Piza: „Wir haben immer noch Armut, Ungleichheit, aber wir haben jetzt Polizeistrategien gegen Kriminalität, auch ohne diese sozialen Krankheiten heilen zu können. Aber ist die Erfolgsgeschichte übertragbar auf jede andere Stadt. New York hat ein paar Alleinstellungsmerkmale. Die Größe. Bevölkerungsvielfalt. Die Polizeistärke. Zu sagen, wir machen einfach, was New York City gemacht hat und alles ist gut, wäre zu einfach. Aber die Ideen, kleine Vergehen zu ahnden, um größere Verbrechen zu verhindern, diese Ideen sind grundsätzlich übertragbar.“

Deutscher Kriminologe: Christian Pfeiffer

- „Gegen die Gewalt. Warum Liebe und Gerechtigkeit die besten Waffen sind“ (Kösel Verlag) schildert der renommierte Autor den langen Weg zur Ächtung privater Gewalt und weist auf den hell leuchtenden Horizont, der durch die Veränderung aufscheint. Seit in Deutschland das Recht auf gewaltfreie Erziehung Gesetz ist, begehen Kinder und Jugendliche Jahr für Jahr signifikant weniger Straftaten. Nicht nur die Empathie, auch die Statistik weist nach: Erfahren Kinder Respekt vor ihren Rechten, dann erlernen sie selber Respekt und geben diese Haltung weiter.

Friedensarbeit - die Frühen Hilfen

- Frühe Hilfe führt zu einem besseren Verständnis der Bindungsmuster für die Eltern und das ganze Helfersystem
- Die frühen Anbindungen an staatliche Institutionen führt dazu, dass die Eltern auch in späteren Krisensituationen eher wieder Hilfe in Anspruch nehmen
- Gewaltspirale verstehen zu lernen
- Führt letztlich zu mehr Selbstverantwortung und weniger Hilflosigkeit

Vielen Dank für Ihr Zuhören!



Paula Diederichs/SchreiBabyAmbulanz Berlin Mitte und Wikk® (Weiterbildungsinstitut für Ressourcen- und Körperorientierte Krisenbegleitung), Sozialraumkonferenz Graz am 26.11.2019