

Hvad prøver din baby at fortælle dig?

Vi kender alle sammen til behovsgråd, altså at en baby eller et lille barn græder, fordi det har et umiddelbart behov, som det gerne vil have dækket. Det kan f.eks. være sulten, fryse, svede, skal skiftes, er bange, er overstimuleret og så videre.

Men der er også en anden slags gråd, som man i nogle behandlingsformer forholder sig til, som ikke så mange er opmærksomme på - hukommelsesgråd. Hukommelsesgråd er, når en baby eller et lille barn græder, fordi det husker noget, der var ubehageligt, og har behov for at blive hørt i den smerte, frygt eller overvældelse, som den er i kontakt med som en erindring. For de små nye væsner husker ALT!



Af Nicolaj Jespersen

Der er masser af dokumenterede tilfælde af, at selv voksne i regression, hypnose og kropsterapi (som f.eks. Biodynamisk Kranio-Sakral Terapi) kommer i kontakt med traumer helt tilbage fra undfangelsen, tiden som foster i maven og ikke mindst fra fødslen samt den tidlige tid uden sprog.

Når vi taler om at huske fra de helt tidlige perioder, er det ikke en kognitiv hukommelse, men i stedet en sanse- og følelsesmæssig hukommelse. Det er en cellulær hukommelse, en hukommelse, der kan være præget ind i vores nervesystem og vores hormonsystem, som der ved hukommelsesgråd bliver givet udtryk for.

Så forstil dig, at du kommer hjem efter en travl dag og har været udsat for en skræmmende situation og har brug for at fortælle nogen om det. Du er rystet og begynder at fortælle din partner om det, men hver gang du begynder at sige noget, stopper han eller hun noget i munden på dig. Mad, en smøg, et glas vin - alt for ikke at skulle være med det ubehagelige, det vækker i dem. Dette er en tillært mekanisme, og vi gør det også mod os selv, vi behøver ikke vores partner til at bruge mad, sex, internet til at undgå at føle.

Men det er også det, vi mange gange velmenende gør ved babyer og børn. Ikke fordi vi ikke vil lytte, men fordi vi ikke forstår, at de vil fortælle os deres historie.

Så når vi i klinikken ser de små efter tre-fire uger, et halvt år eller som fire-fem årig, kan deres symptomer ofte stamme fra en uhørt historie, som er blevet undertrykt i deres system og derved er blevet til kropslige ubalancer, uro, stress, besvær med at sove, kolik, svært ved at amme osv.

Som kropsbehandler er det meget tit nødvendigt at starte med en fødselshistorie og derfra fornemme, om der er brug for at dykke ned i undfangelse og graviditeten eller tiden lige efter fødslen. På den måde får vi et så præcist billede som muligt af de omstændigheder, som

den lille har været i. Her er det vigtigt at snakke med forældrene om, at det ikke er deres skyld, at de ikke hørte de signaler, for skyld kan nemt komme op i disse situationer. Vi vil som forældre det bedste for vores små, og vi laver alle fejl. Så vi leder som behandler efter svar for at hjælpe den lille og familien med deres relation, og vi forsøger på ingen måde at placere skyld.

Hvis der er noget i denne artikel, der har fanget din interesse, kan du finde mere information på disse hjemmesider:

Min hjemmeside:
www.beingness.dk. Jeg har klinik i København.

Institut for Biodynamisk Kranio-Sakral Terapis hjemmeside, som har en behandlerliste med behandlere i det meste af landet, som arbejder Biodynamisk med Kranio-Sakral Terapi: www.kstinstituttet.dk.

Så gennem samtale begynder vi at nærme os det uforløste, og gennem blid berøring inviteres det til først at få en fornemmelse af at blive mødt for derigennem at kunne skabe forløsning.

Det er ofte forunderligt, at det, der ser ud af så lidt, kan gøre så megen forskel. Men hvis vi går tilbage til historien ovenfor, så er det at blive hørt meget forløsende, og det, der er i de små, er som sagt sans- og følelseshukommelse, og det skal derfor mødes gennem kroppen og ikke gennem snak. Vi kan aktivere det gennem at italesætte det, men mødet sker gennem kroppen og på et nonverbalt niveau.

Når behandleren lægger hænderne meget blidt på, kan det lille menneske få en følt fornemmelse af at blive "hørt", gennem berøring, gennem kroppen. Når vi bliver mødt på denne måde, begynder hele systemet at slappe af, og både den følelsesmæssige belastning, de fysiske spændinger og ubalancer kan slippe deres tag.

Der kan sagtens komme gråd i denne fase, som er forbundet med, at man nu endelig bliver hørt og derfor har behov for at sætte lyd på. Men dette er ofte kortvarigt. Et behandlingsforløb kan være alt fra én behandling (men ofte flere) til et længere behandlingsforløb. Længden afhænger af, hvad der er i spil, og det er vigtigt, at forældrene ved, at der kan være enkelte udslag i de symptomer, som barnet kom med, men det aftager i løbet af en dag eller to.

Mange gange kan der også være behov for, at mor eller far får behandling, da stress i familien også kan være med til at fastholde en lille baby i ubalancer, da babyer og børn regulerer sig selv gennem de voksne og deres nervesystem.

Så derfor er det nødvendigt altid at lytte dybt efter, hvad den lille baby - uden at have et sprog for det - forsøger at fortælle.