

# Herzensarbeit für Mutter und Kind

Emotionelle Erste Hilfe bietet Eltern mit schreienden Babys und Müttern mit Stillproblemen Unterstützung. Edith Müller-Vettiger ist eine Stillberaterin mit dieser Ausbildung im Paracelsus-Spital.

Interview Christa Petrachi

**Edith Müller-Vettiger, Sie sind ausgebildete Krankenschwester und Mutter von drei erwachsenen Kindern. Weshalb haben Sie sich vor 16 Jahren für die Weiterbildung zur Stillberaterin (IBCLC) entschieden?**

Ausschlaggebend für mein Interesse am Stillen sind meine eigenen Stillgeschichten mit meinen Kindern. Bei jedem bin ich auf andere Schwierigkeiten gestossen, und ich hatte viele Fragen, die mir zu dieser Zeit niemand beantworten konnte. Auch bin ich in meinem Umfeld als Krankenschwester immer wieder mit Stillproblemen konfrontiert worden und habe gesehen, dass ungelöste Stillprobleme auch langfristig nachwirken.

**Was hat Ihnen an Ihrer IBCLC-Ausbildung zur Stillberaterin gefehlt, dass Sie sich noch für die Ausbildung in «Emotioneller Erster Hilfe» entschlossen haben?**

Ich bin in meiner Arbeit als Stillberaterin immer wieder auf Problemsi-

tuationen gestossen, die mit den eher technisch orientierten Methoden meiner Ausbildung nicht zu lösen waren. Irgendwann hat man die verschiedenen Stillpositionen erklärt, und die Frau weiss, worauf es ankommt. Wenn es dann trotzdem nicht klappen will, ist der Druck bei den Frauen und die Frustration gross. Erst mit der Emotionellen Ersten Hilfe konnte ich den Frauen helfen, ihren seelischen Druck zu lösen. Die Methode gründet auf körpertherapeutischen Erkenntnissen und arbeitet mit haltgebenden Berührungen sowie der Atmung. Wenn das «Bonding», die erste Bindung nach der Geburt, nicht möglich war, habe ich mit der Emotionellen Ersten Hilfe einen Weg gefunden, die Bindung mit den Frauen nachzuholen. Dies nennt sich «Rebonding».

**Wie sind Sie zu diesem Ausbildungsweg gelangt?**

Vor ein paar Jahren besuchte ich einen Vortrag von Thomas Harms, dem Begründer der Emotionellen Ersten Hilfe, im Kinderspital in Zürich. Harms erklärte, was ein schreiendes Baby bei den Eltern auslösen könne und dass Babys auch einmal weinen dürften. Es hat mich in den Bann gezogen, wie er die Zusammenhänge zwischen Eltern und Babys aufzeigte und erklärte, dass jede Erfahrung eine körperliche Erfahrung ist, die über den Körper angegangen werden kann. Ich fand in dieser Methode viele Antworten auf Fragen, die während meiner Tätigkeit als Stillberaterin auftauchten.

## Was ist Emotionelle Erste Hilfe?

Die Emotionelle Erste Hilfe (EEH) fördert und unterstützt eine liebevolle Eltern-Kind-Bindung. Sie wird zur Krisen-Intervention bei Eltern, Säuglingen und Kleinkindern eingesetzt.

Die Emotionelle Erste Hilfe ist eine bindungs- und körperorientierte Kurzzeit-Therapie für Eltern, Babys und Kleinkinder in emotionalen Krisen nach der Geburt. Der Ansatz hat seine Wurzeln in der modernen Körperpsychotherapie sowie den Erkenntnissen der Gehirn-, Säuglings- und Bindungsforschung. Auf dieser Grundlage wurde die EEH in den 90er Jahren von dem Psychologen und Körperpsychotherapeuten Thomas Harms entwickelt. EEH orientiert sich am Prozess und dient der Frühprävention. Sie beinhaltet therapeutische Gespräche, haltgebende Berührungen und Massa-

gen. Sie wirkt herzstärkend und fördert die Intuition. Im Zuge dieser Herzstärkung wird die körperliche Ausdruckssprache von Mutter und Kind weicher und koordinierter. Das Baby beginnt neues Interesse an der Welt zu entwickeln.

Die Begleitung der Eltern ist ein weiterer Schwerpunkt der Emotionellen Ersten Hilfe. Hier wird gemeinsam mit den Eltern erforscht, wie sie den emotionalen Kontakt zum Säugling regulieren, das heisst aufrecht erhalten oder abbrechen. In behutsamen Schritten lernen die Eltern innere Barrieren abzubauen und neue Erfahrungen mit sich und dem Baby zuzulassen. (cpe)

Weitere Informationen findet man auf [www.eeh-schweiz.ch](http://www.eeh-schweiz.ch) oder bei Edith Müller-Vettiger, Speerstrasse 48, 8805 Richterswil.