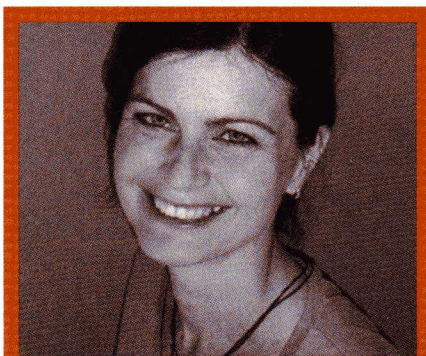


«Ich lerne von jedem Eltern-Kind-Paar, das ich begleite!»

INTERVIEW • Barbara Walcher begleitet als Beraterin für Emotionelle Erste Hilfe Eltern und Kinder in Krisensituationen. Sie ist ausserdem Stillberaterin IBCLC und steht dem Verein der Südtiroler Still- und Laktationsberaterinnen VSLS als Präsidentin vor. Mit ihrer Familie lebt Barbara Walcher in Sterzing (IT).



Barbara Walcher • ist Beraterin für Emotionelle Erste Hilfe und Stillberaterin IBCLC in freier Praxis.

Was ist Emotionelle Erste Hilfe (EEH)?

Die EEH bietet Hilfe in akuten Krisensituationen. Sie setzt überall dort an, wo Eltern und Kinder Belastendes erleben oder sich in einer Situation gefangen finden. Eltern kommen vor allem bei Still-, Trink- und Schlafkrisen zu mir, mit Kindern, die viel weinen oder in sonstigen belastenden Situationen, wenn Eltern sich überfordert fühlen oder das Gefühl haben, irgendetwas «passt nicht» in ihrem Erleben mit dem Kind. Neben der Einzelbegleitung kann die EEH aber auch sehr gut im Gruppenkontext eingesetzt werden zur Bindungsförderung von Eltern-Kind-Paaren.

Wie bist du zur EEH gekommen?

In meiner Arbeit als Kinderkrankenpflegerin und Stillberaterin bin ich immer wieder an Grenzen gestossen. Hinter vielen Problemen, sei es beim Schlafen, Stillen oder anhaltendem kindlichem Weinen, stand oft etwas ganz anderes, für das mein fachtechnisches Wissen nicht ausreichte. Ich wusste, da benötige ich noch ein Werkzeug für meine Arbeit. Vor etwa zehn Jahren drückte mir eine liebe Freundin einen Flyer von einer Fortbildung in die Hand, mit den Worten: «Das ist etwas für dich!». So hat die EEH eigentlich mich gefunden und es begann meine Ausbildung bei Thomas Harms, Körperpsychotherapeut und Begründer der EEH. Fachberatung für EEH ist eine Zusatzqualifikation basierend auf einer mehrjährigen Ausbildung. EEH-BeraterInnen kommen dabei aus unterschiedlichen Bereichen: zum Beispiel Fachkräfte aus verschiedenen Gesundheitsberufen, Eltern-Kind-Gruppenleiter, Pädagogen, Psychologen, Psychotherapeuten.

In welchen Lebensphasen betreust du Eltern und Kinder?

Im Prinzip ist die EEH ein Modell, das in vielen Lebensphasen eingesetzt werden kann, von der Geburts- bis hin zur Kranken- und Sterbebegleitung. Der momentane Schwerpunkt der EEH liegt in der achtsamen Betreuung von Eltern-Kind-Paaren rund um die Zeit von Schwangerschaft und Geburt bis hinein in die ersten Lebensjahre der Kinder. Gerade in der Zeit um die Geburt und im frühen Wochenbett ist der Zugang über EEH zu den Frauen aufgrund der hormonell bedingt erhöhten Sensibilität besonders geeignet.

Sind Mütter rund um die Geburt demnach auch verletzlicher?

Ich begleite immer wieder Frauen nach traumatischen Geburtserfahrungen, Fehl- oder Totgeburten. Es macht mich traurig zu sehen, dass Frauen gerade in der Phase der Geburt, wenn sie einen sicheren Raum und Halt bräuchten, um sich fallen lassen zu können, nicht wirklich gesehen werden. Entscheidungen werden ihnen übergestülpt, sie selber nicht nach ihren Bedürfnissen gefragt. Dabei tragen Frauen viele Ressourcen in sich. Die Kunst liegt darin, der Mutter zu ermöglichen, diese zu entfalten, indem einer der anwesenden Begleiter, egal ob Partner, Hebamme, Pflegepersonal oder Arzt, sich wirklich auf sie einlässt und die Frau mit ihren Bedürfnissen sieht und für sie da ist. Dieses Gesehen- und Gehörtwerden kann auch schwierige Geburtserfahrungen kompensieren, ohne dass diese traumatisierend erlebt werden.

Das soll keine Anklage sein. In der Begleitung von Gebärenden, Wöchnerinnen und Babys gibt es eine ganz eigene Dy-

