

## Das innere Kind

### Kraftquelle oder emotionaler Zerstörer

Aus unserer jahrelangen Erfahrung wissen wir, wie essentiell die Arbeit mit dem inneren Kind zur Heilung beiträgt. Jeder von uns trägt ein inneres Kind in sich, mehr oder weniger heil, mehr oder weniger verletzt. Es ist und bleibt die Tatsache, dass es uns alle in unseren Beziehungen, unseren Entscheidungen und unsere Art zu leben immens beeinflusst.

### Das innere Kind als die Wurzel unseres Seins

Ein neues Leben entsteht, mit der Verschmelzung von Eizelle und Samen. Bereits ab diesem Zeitpunkt beginnen unsere Prägungen, die ersten Anlagen dafür, wie wir unser späteres Leben bewältigen oder leben.

Der Verlauf der Schwangerschaft hat unmittelbaren Einfluss auf das heranwachsende Leben. Körperliche und seelische Einflüsse der Mutter werden eins zu eins auf das kleine Wesen übertragen.

Demnach bedeutet eine glückliche Mutter ein emotional kraftvolles Baby. Ist die Mutter jedoch emotional belastet oder gestresst, scheidet sie das Stresshormon Adrenalin aus, das über die Nabelschnur direkt zum Baby gelangt und dort massive Ängste auslöst.

### Der Einfluss der Geburt

Von ebenso essentieller Bedeutung ist der Ablauf des Geburtsvorganges. Das Befinden der Mutter, der Geburtsvorgang an und für sich, sowie die Rahmenbedingungen im Gebärsaal, sind ausschlaggebend für das Ankommen des neuen Menschleins und für seine spätere Entwicklung.

Lösungsorientiert oder problemorientiert?

### Die Prägephasen

Es gibt vier Prägephasen:

0-3 Jahre / 3-6 Jahre / 6-12 Jahre / 12- 18 Jahre

Da die ersten drei Lebensjahre die einschneidendsten und bleibendsten sind, gehen wir auf diese näher ein.

Zu Beginn seines Lebens unterscheidet das Kind noch nicht zwischen sich selbst und anderen, es nimmt sich noch nicht als eigenständiges Wesen wahr. Die stärkste Verbindung hat es im Normalfall zur Mutter. Es ist sozusagen eine Fortsetzung der Schwangerschaft, die Gefühle der Mutter sind die Gefühle des Babys. Hinzu kommt, dass es noch keine Sprache kennt und das bewusste Denken noch nicht ausgeprägt ist, so dass alle äußeren Einflüsse, positiv oder negativ, direkt auf der emotionalen Ebene landen. Jegliches Gefühl, jeder Eindruck, jede Erfahrung wird unmittelbar in der Zelle und somit auch im Unterbewusstsein (Limbisches System ) gespeichert.

Dadurch entstehen unsere Muster, Glaubenssätze und Prägungen, Vermeider, Ängste, Sorgen, Zweifel, letztendlich unsere gesamten Überlebensstrategien.