

Emotionelle Erst Hilfe

Ein Angebot von Heidi Roth



Erste zertifizierte Beraterin im Rhein-Main Gebiet

Eine sanfte Geburt und glückliche Kleinkindzeit, so sehen Elternwünsche aus. Für viele aber leider nur ein Mythos, denn sie haben mit Überlastungen und Bindungsproblemen zu kämpfen. Hier setzt die Emotionelle Erste Hilfe (EEH) an, ein körperorientiertes Verfahren, das der Psychologe Thomas Harms entwickelte. In Frankfurt ist Heidi Roth in 2008 die erste zertifizierte Fachberaterin im Rhein-Main Gebiet. Weitere Berater sind aber in Ausbildung und lassen EEH bereits in ihre Arbeit in der Region einfließen.

Emotionelle Erste Hilfe wird in Krisenintervention und Prävention eingesetzt und ist aus der langjährigen Erfahrung von Thomas Harms in der Schreiambulanz-Arbeit gewachsen. In dem Verfahren hat der Bremer Psychologe Erkenntnisse der körperorientierten Psychotherapie und der modernen Gehirn- und Bindungsforschung zusammen geführt. In seinem Zentrum für Primäre Prävention und Körpertherapie engagiert er sich für die Fachberaterausbildung.

Was leistet Emotionelle Erste Hilfe?

Heidi Roth fördert durch EEH einen liebevollen Dialog zwischen Kind und Eltern. Körperentspannung ist dabei ein wichtiges Thema. Der gespannte Körper eines Schreibabys lässt nachempfinden, dass Kontakt hier schwerfällt. Dem Kind Entspannung zu schenken, ist aber nur ein Schritt, auch die Eltern lernen Angst und Stress zu überwinden. So können sie ihrem belasteten Baby offener begegnen und Vertrauen vermitteln. Dazu helfen Anleitungen für Körperberührungen und Atemtechniken und die Beschäftigung mit der Familiensituation. So werden Kreisläufe unterbrochen, die Kontakt und Bindung schwächen.

Die Erkenntnisse der EEH setzt Heidi Roth auch in ihren Elternkindgruppen ein. Der feinfühlig Dialog zwischen Säugling und Eltern als Basis für Bindung ist ein wichtiges Ziel. Dabei ist ihr Vorgehen bewusst niedrigschwellig, denn die Eltern sollen aus eigener Anschauung lernen. Ein weitergehender Ansatz ist Psychotherapie für stark belastete Eltern und Klein(st)kinder. Um das Potential der EEH hierfür zu nutzen, ist Heidi Roth in Ausbildung zur Heilpraktikerin.

Infos oder Anfragen zu Beratungen oder Elterngruppen:

Familienzentrum Frankfurt-Offenbach - Bismarckstraße 27 – Tel. 069-78 75 28.
Mail und Web: heidi@elternhalt.de - www.beratungszentrum-frankfurt.de.

© copyright Heidi Roth, Frank Otte

Familienzentrum Frankfurt-Offenbach
Für Schwangerschaft, Kind und Paarbeziehung