

Newsletter

Okt. - Dezember 2014
Ausgabe 4 / 4

Editorial

Auffälliges und
schwieriges Verhalten im
Kindesalter

Inhalt

Mein Kind ist über- lebendig – Ein Fall für die Homöopathie?

Einstieg	Seite 1
Verhaltensregeln	Seite 2
Ernährung	Seite 2



PRAXIS FÜR KLASSISCHE HOMÖOPATHIE

PETRA BARTHOLET MEIER
DIPL. HOMÖOPATHIN SHS

Heiligbergstrasse 20
8450 Andelfingen
Tel. 052 317 01 25
PRAXIS@HOMOEOPATHIE-ANDELFINGEN.CH
WWW.HOMOEOPATHIE-ANDELFINGEN.CH



PRAXIS FÜR KLASSISCHE HOMÖOPATHIE

PETRA BARTHOLET MEIER

DIPL. HOMÖOPATHIN SHS

Auffälliges und schwieriges Verhalten im Kindesalter

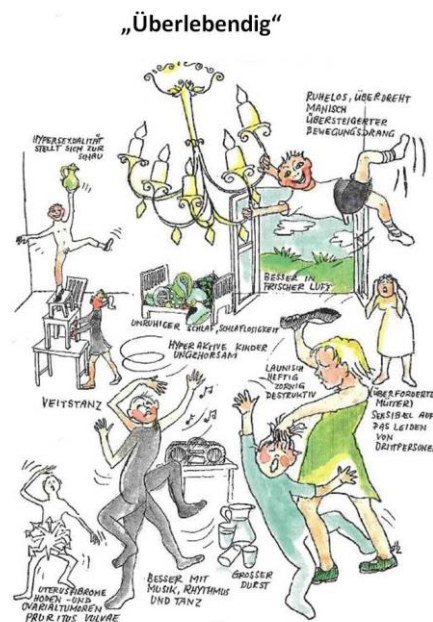
Mein Kind ist überlebendig – Ein Fall für die Homöopathie?

Im Leben eines Kindes und der Eltern ist der Eintritt in den Kindergarten und die Schule ein grosser Schritt. In diesem letzten Newsletter des Jahres 2014 möchte ich Ihnen besonders wertvolle Massnahmen im Rahmen von auffälligem und schwierigem Verhalten des Kindes in dieser bedeutenden Entwicklungsphase mit auf den Weg geben.

Als Quelle dient das Fachbuch **Naturheilpraxis Heute** von Elvira Bierbach, Bielefeld, Verlag Elsevier Urban & Fischer.

Mein Kind ist überlebendig – Ein Fall für die Homöopathie?

Sprühende Energie, voller Ideen und Tatendrang, offen auf alles Lebendige rundherum, aktiv und impulsiv. Ist ein Kind mit diesen besonderen Kräften ausgestattet so nahm man bisher an, und oft auch zu schnell, es handle sich um einen Mangel von Botenstoffen im Gehirn. Neue Ansätze sprechen jedoch vielmehr davon, dass es sich um eine spezielle Art handelt, sein Gehirn zu nutzen. So gibt es Kinder, die wacher, aufgeweckter, neugieriger und leichter stimulierbar sind als andere und bei denen diese Bereiche im Gehirn besonders gut ausgebaut sind. Als Folge werden neue Reize noch leichter aufgenommen, weitergeleitet und auch wieder gesucht.



(Bild: Dr. med. Susanne Häring Zimmerli, Homöopathische Arzneimittel – Typen; Band I, Verlag Müller & Steinicke München)



PRAXIS FÜR KLASSISCHE HOMÖOPATHIE

PETRA BARTHOLET MEIER

DIPL. HOMÖOPATHIN SHS

Für das Kind jedoch wird es zunehmend schwieriger seine Kräfte einzuteilen und zu kanalisieren und muss deshalb vom unmittelbaren Umfeld unterstützt werden.

Es gibt sehr gute **Massnahmen** die den permanenten Überstimulierungen entgegenwirken:

1. Verhaltensregeln für den Alltag

- Bringen Sie Ordnung und Struktur in den Tagesablauf.
- Vermeiden Sie Reizüberflutungen, Spannungen und Angstzustände (*Computergames, TV, etc.*).
- Sorgen Sie für geregelten und genügend Schlaf.
- Setzen Sie klare Regeln und fordern Sie diese beharrlich ein.
- Fördern Sie kreative Beschäftigungen und lösungsorientiertes Handeln.
- Sorgen Sie für aktiven Sport und körperliche Anstrengungen an der frischen Luft.
- Schenken Sie Ihrem Kind vorbehaltlose Liebe, Ihren absoluten Glauben in es und Ihre kostbare Zeit!

2. Gesunde Ernährung mit Vollwertkost

- **Vermeiden Sie** Zucker und Phosphor sowie künstliche Farb- und Geschmacksträger! Also z.B. Nutella, Suggar Buffs, Wurstwaren, Schmelzkäse,

Fertigpizza, Limonade, Süssigkeiten. All diese sofortigen Energiespender verstärken die Hyperaktivität. Denn sie sind so schnell verbrennt wie sie zugeführt worden sind und schreien nach mehr! Das Absinken des Blutzuckerspiegels bewirkt Konzentrationsschwäche und ruft grosse Unruhe hervor.

- **Verwenden Sie** viel Rohkost, Ballaststoffe und wenig tierisches Eiweiss. Also viel Gemüse, Früchte, Kartoffeln, Reis, Getreide, Weizenkeime, Milch, Nüsse und Fisch. Auch genügend Magnesium, Zink, Eisen, Vitamin-B und Kalzium. Pflanzliche Omega-3-Fettsäuren vor allem in Leinsamen- und Rapsöl oder in Lachs und Sardinen.

Die Crux mit dem schnellen Glücksgefühl herbeigeführt mit Zucker und/oder Computergames, TV, ist, dass die Kinder es verpassen, zu lernen, wie sie selbst etwas erarbeiten, erleben und entdecken können. Sie sind schnell unmotiviert und gelangweilt, wenn sie kein emotionales Fastfood bekommen.

Eine homöopathische Behandlung stärkt die Konzentrationsfähigkeit und fördert die Selbständigkeit des Kindes.

Treten in dieser schwierigen Entwicklungsphase Verhaltensauffälligkeiten auf, ist immer auch zu prüfen, **WAS** oder **WER Ursache** oder **Auslöser** für die Probleme des Kindes sein können.

Bedenken Sie auch, dass die Kinder keine „kleine Erwachsene“ sind – sie sind und sollen Kinder bleiben dürfen!

< Herzlichst Petra Bartholet Meier >>

