

Inhaltsverzeichnis

	Geleitwort	V	3	Baby- und Kinder-Shiatsu	37
I	Theoretischer Teil	1	3.1	Baby-Shiatsu	37
1	Einführung	3	3.1.1	Wie alles begann	37
			3.1.2	Grundlagen von Baby-Shiatsu	39
			3.1.3	Ein starker Start ins Leben	41
			3.2	Kinder-Shiatsu	44
2	Allgemeine Einführung		4	Die Entwicklung des Kindes ...	47
	in Shiatsu	5	4.1	Die motorische Entwicklung:	
2.1	Die Wurzeln von Shiatsu	6		Der Schlüssel zur Fortbewegung ..	50
2.2	Die Meridiane – Wege des		4.1.1	Wenn die Bewegung	
	Energieflusses	6		nicht klappt	50
2.3	Meridianfunktionen	7	4.1.2	Bewegung und neuronale	
2.3.1	Magen-Meridian	8		Entwicklung	51
2.3.2	Milz-Meridian	9	4.1.3	Meilensteine	51
2.3.3	Lungen-Meridian	10	4.1.4	Grenzsteine	54
2.3.4	Dickdarm-Meridian	11	4.2	Die sensorische Entwicklung:	
2.3.5	Leber-Meridian	12		Der Schlüssel zur Wahrnehmung ..	59
2.3.6	Gallenblasen-Meridian	13	4.2.1	Geburtsstunde der Sinne ist	
2.3.7	Perikard-Meridian	14		der erste „Herzschlag“	59
2.3.8	Dreifacher-Erwärmer-		4.2.2	Wechselspiel Sensorik-Motorik	60
	Meridian	15	4.3	Die energetische Entwicklung:	
2.3.9	Herz-Meridian	16		Der Schlüssel zum Baby-Shiatsu ..	60
2.3.10	Dünndarm-Meridian	17	4.3.1	Die drei Familien	61
2.3.11	Blasen-Meridian	18	4.3.2	Die sechs <i>keiraku</i>	66
2.3.12	Nieren-Meridian	19	4.3.3	Die Fünf Wandlungsphasen	74
2.4	<i>Ki</i>	21	4.4	Fazit	83
2.4.1	Ein bisschen Japanisch	21			
2.4.2	<i>Ki</i> ist das Leben	23			
2.4.3	Folgen eines gestörten		5	Die vordere Meridianfamilie ...	89
	<i>ki</i> -Flusses	24	5.1	Verwandtschaftsverhältnisse	89
2.5	Yin und Yang	25	5.2	Die vordere Familie als Taktgeber	
2.5.1	Balance und Rhythmus	25		für die motorische Entwicklung ...	90
2.5.2	Eins plus eins macht eins	26	5.2.1	Erste Eigenwahrnehmung	90
2.5.3	Wenn Gleichgewicht		5.2.2	Die Mitte finden	90
	ungleich wird	28	5.2.3	Eigene Begrenzung erfahren	91
2.6	Die Phasen des Lebens	29	5.3	Die vordere Familie als	
2.6.1	Kontinuierlicher Wandel	30		Taktgeber für die	
2.6.2	Wandlungsphase Holz	32		Grundbedürfnisse	92
2.6.3	Wandlungsphase Feuer	32	5.3.1	Bindungsaufbau	93
2.6.4	Wandlungsphase Erde	33	5.3.2	Lernfähigkeit und	
2.6.5	Wandlungsphase Metall	33		Beziehungsfähigkeit	94
2.6.6	Wandlungsphase Wasser	34	5.4	Die Sinne der vorderen Familie ...	96

5.4.1	Der Tastsinn	97	7.3.5	Planer und Strategie	123
5.4.2	Der Geschmackssinn	98	7.4	Die Sinne der seitlichen Familie ...	124
5.4.3	Der Geruchssinn	98	7.4.1	Der Gleichgewichtssinn	124
5.4.4	Der Lebenssinn	99	7.4.2	Das visuelle System	125
5.5	Die vordere Familie ist allen Wesen gemeinsam	101	II	Praktischer Teil	129
6	Die hintere Meridianfamilie ...	103	8	Einführung in die praktische Arbeit	131
6.1	Verwandtschaftsverhältnisse	103	8.1	Den Raum schaffen	131
6.2	Die hintere Familie als Taktgeber für die motorische Entwicklung ...	104	8.2	Vor der Behandlung	132
6.2.1	An Höhe gewinnen	104	8.2.1	Wann Baby- oder Kinder-Shiatsu nicht durchgeführt werden sollte ...	133
6.2.2	In Bewegung kommen	104	8.2.2	Wie zeigt ein Baby, dass es eine Pause braucht oder genug hat	134
6.2.3	Fort-Schritt und Rück-Halt	105	8.3	Shiatsu-Grundtechniken	134
6.2.4	Vom Vierbeiner zur Selbst-Ständigkeit	105	8.3.1	Der Vierfüßlerstand	135
6.3	Innere Stimme	106	8.3.2	Handballendruck	136
6.3.1	„Inner drive“	107	8.3.3	Dehnen des Rückens	136
6.3.2	Warnsysteme	108	8.3.4	Schütteln	137
6.4	Die Sinne der hinteren Familie ...	109	8.3.5	Daumendruck	138
6.4.1	Kommunikation	109	8.4	Schlussbemerkung	138
6.4.2	Sprechen	109			
6.4.3	Hören	110	9	Praxis vordere Familie	141
6.4.4	Tiefenwahrnehmung	112	9.1	Shiatsu-Behandlung der vorderen Familie für Babys	141
6.5	Stabilität und Vitalität	113	9.1.1	Vorbereitung	142
6.6	Quelle der Lebenskraft	113	9.1.2	Durchführung	143
7	Die seitliche Meridianfamilie ..	117	9.1.3	Spiele und Angebote zur Unterstützung der vorderen Familie	153
7.1	Verwandtschaftsverhältnisse	117	9.2	Shiatsu-Behandlung der vorderen Familie für größere Kinder	159
7.2	Die seitliche Familie als Taktgeber der Motorik	118	9.2.1	Vorbereitung	159
7.2.1	Mobil werden	118	9.2.2	Durchführung	161
7.2.2	Rumpelstilzchen	118	9.2.3	Ablaufvorschlag bei Einzelbehandlung der Armmeridiane	165
7.2.3	Wenn Raum zur Entfaltung und Erprobung fehlt	119	9.2.4	Spielangebote zur Unterstützung der vorderen Familie	169
7.2.4	Auseinandersetzung mit dem „Du“ und der Welt	120	9.3	Übungen zur Unterstützung der vorderen Familie für Erwachsene	172
7.3	Die seitliche Familie als Taktgeber des sozialen Miteinanders	121	9.3.1	Mit der Mitte in Kontakt sein	173
7.3.1	Entwicklungspotenzial des Dreifacher-Erwärmer-Meridians ...	121	9.3.2	Dufritual	174
7.3.2	Entwicklungspotenzial des Leber-Meridians	121	9.3.3	Sauerstoffdusche	174
7.3.3	Machtloser General	122			
7.3.4	Der Abenteurer	123			

X Inhaltsverzeichnis

9.3.4	Raum schaffen	175	11.3	Übungen zur Unterstützung der seitlichen Familie für Erwachsene	236
9.3.5	Keiraku Cho Sei (Meridiandehnübungen)	176	11.3.1	Schwingen um die Mitte	236
10	Praxis hintere Familie	181	11.3.2	Dehnung aller Meridiane der seitlichen Familie	237
10.1	Shiatsu-Behandlung der hinteren Familie für Babys	181	11.3.3	Keiraku-Cho-Sei (Meridianaktivierungsübung)	238
10.1.1	Vorbereitung	181	11.3.4	Die Acht	239
10.1.2	Durchführung	182	11.3.5	Der Wutzettel	240
10.1.3	Spiele und Angebote zur Unterstützung der hinteren Familie	187	11.3.6	Wie eine Wildgans fliegen	241
10.2	Shiatsu-Behandlung der hinteren Familie für größere Kinder	193	11.3.7	Die sportliche Variante	242
10.2.1	Vorbereitung	193	12	Beobachtung und Behandlung	243
10.2.2	Durchführung	193	12.1	Babys	243
10.2.3	Spielangebote zur Unterstützung der hinteren Familie	200	12.1.1	Beobachtung	243
10.3	Übungen zur Unterstützung der hinteren Familie für Erwachsene ..	207	12.1.2	Einschränkungen für die Behandlung mit Baby-Shiatsu	248
10.3.1	Die Wurzeln stärken	207	12.1.3	Behandlung von Babys	250
10.3.2	Sehnsucht nach Ruhe	208	12.2	Beobachtung und Behandlung größerer Kinder	251
10.3.3	Keiraku-Cho-Sei (Meridianaktivierungsübung)	208	12.2.1	Beobachtungshilfen	251
10.3.4	Der Drache dreht das Lebensrad ...	210	12.2.2	Behandlung	262
10.3.5	Das <i>ki</i> schaukeln	211	13	Eine Baby-Shiatsu- Gruppenstunde	265
10.3.6	Die Nieren stärken	212	14	Baby-Shiatsu für den Hausgebrauch	275
10.3.7	Die sportliche Variante	213	15	Do In	293
11	Praxis seitliche Familie	215	16	Sōtai	299
11.1	Shiatsu-Behandlung der seitlichen Familie für Babys	215	17	Shōnishin – Akupunktur, die Kinder lieben	313
11.1.1	Vorbereitung	215		Literatur	319
11.1.2	Durchführung	215		Register	320
11.1.3	Angebote zur Unterstützung der seitlichen Familie	221			
11.2	Shiatsu-Behandlung der seitlichen Familie für größere Kinder	226			
11.2.1	Vorbereitung	227			
11.2.2	Durchführung	227			
11.2.3	Spielangebote zur Unterstützung der seitlichen Familie	232			