

Bachblüten

Bei Lernschwierigkeiten / Konzentrationsstörungen

Chestnut Bud: Basis-Blüte, die beim Lernen unterstützt, gegen Vergesslichkeit hilft. Sie kann kombiniert werden mit

Agrimony: leicht ablenkbar, der PausencLOWN, verbirgt seine wahren Gefühle, geheimer Kummer

Cerato: Unsicherheit – das Kind ersetzt bei den Hausaufgaben Richtiges durch Falsches

Clematis: verträumt, mit den Gedanken in der Zukunft (ADS)

Larch: wenn dem Kind das Vertrauen in die eigene Leistung fehlt, gegen Minderwertigkeitsgefühl, gegen Antriebsschwäche

Impatiens: Unruhe und Flüchtigkeitsfehler

Scleranthus: bei Sprunghaftigkeit und Ablenkbarkeit, auch bei muskulären Koordinationsstörungen

Bei Prüfungsängsten:

Elm + Larch: zur Stärkung des Vertrauens in die eigene Leistung

Gentian: gegen die negative Erwartungshaltung (nach Misserfolgen) und gegen schnelles Aufgeben

Mimulus: gegen die Angst zu versagen (ggf. + Rock Water bei sehr ehrgeizigen Kindern, die alles perfekt machen wollen).

Für unruhige, aggressive Kinder

Cherry Plum: unkontrolliert, aggressiv, bei extremen inneren Spannungen, kurz vorm Durchdrehen, Folge von unterdrückten Gefühlen

Heather: will Aufmerksamkeit auf sich ziehen, immer im Mittelpunkt stehen, kann sich nicht einordnen

Impatiens: innere Unruhe, Ungeduld, Hektik

Holly: bei starker Aggressivität, Wut[-anfällen], Neid und auch bei Eifersucht. Je nach Ursache kann noch Larch (gegen Minderwertigkeitsgefühl) oder Star of Bethlehem (bei seelischen Verletzungen, Trost gegen Frustration) gegeben werden.

In Extremsituationen können **Rescue-Tropfen** gegeben werden. Dann alle 5-10 Minuten 2-3 Tropfen auf die Zunge geben. Die gibt es auch als Kaubonbons in der Apotheke (z.B. bei Prüfungsangst, weil es unauffälliger ist, wenn ein Kind einen Bonbon lutscht). Darin sind Cherry Plum, Clematis, Impatiens, Rock Rose (gegen Panik) und Star of Bethlehem enthalten.

Ansonsten muss man sehen, was bei dem Kind im Vordergrund steht, welche Gründe für das Verhalten bestehen. Man kann sich Mischungen von drei bis sechs Blüten in der Apotheke mischen lassen. Davon dann 2-3 Mal täglich 5 Tropfen nehmen.

Literatur zu den Bach Blüten:

1. Das neue Bach-Blüten-Buch von Dr. med. Götz Blome, Herman Bauer Verlag
2. Bach-Blüten für Kinder von Sigrid Schmidt, von GU

Kommentiert [UG1]: Zahlen würde ich einheitlich ausschreiben oder nicht