

# Das ist Bess

*Eine Geschichte über  
Elternschaft, Ausgeglichenheit  
und sensorische  
Unterempfindlichkeit.*

*Illustrated by Jacinta Read*

Das ist Bess. Sie ist 35 Jahre und medizinisch-technische Assistentin. Bess mag gutes Essen und Live-Volksmusik. Sie ist seit 14 Jahren mit ihrem Partner zusammen und sie haben zwei Kinder.

Bess fand es einfach und problemlos ihr ältestes Kind (7 Jahre alt) aufzuziehen. Ihr zweites Kind ist drei Jahre alt und das Verhältnis zu ihm ist nicht ganz einfach. Bess hat oft das Gefühl, dass sie ein Baby hat, das häufig von 0 auf 100 geht, und zu schnell und zu lange weint.

Bess trifft sich meistens gerne einmal in der Woche mit anderen Müttern zum Kaffeetrinken, obwohl sie das Gefühl hat, dass sie oft nicht mitbekommt worum es geht, und häufig als letzte über einen Witz lacht.



Bess genießt ihren Latte und spricht gerne mit ihrer Freundin. Die Geräuschkulisse ist gross, aber das stört sie überhaupt nicht. Eine Freundin bemerkt: "Bess ich bewundere dich sehr. Wie machst du das?"



Bess ist verwirrt. Sie ignoriert das Schreien ihres Sohnes nicht absichtlich. Sie scheint immer die letzte zu sein, die bemerkt, dass das Kind, das weint, ihr kleiner Junge ist. Es ist furchtbar, wenn dies im Beisein anderer Leute passiert.

Eine andere Mutter, die Bess nicht so gut kennt, sagt: "Sie scheinen das Geschrei ihres Kindes ausblenden zu können, ohne das es Ihnen etwas ausmacht." Bess ist sich nicht sicher, ob sie dies als Kompliment oder Kritik verstehen soll. Das nette Kaffeetrinken ist für sie auf einmal ganz unangenehm geworden. So etwas passiert auch öfters, wenn sie bei ihrer Schwester zu Besuch ist.

Familienangehörige kritisieren Bess häufig dafür, dass sie ihr Kind ignoriert, beziehungsweise ihm nicht genug Aufmerksamkeit schenkt und ichbezogen ist.



Bess findet es furchtbar, dass ihr jüngstes Kind sich so häufig aufregt und die Unterstellung, dass sie das Schreien ihres Kindes absichtlich ignoriert, verletzt sie.

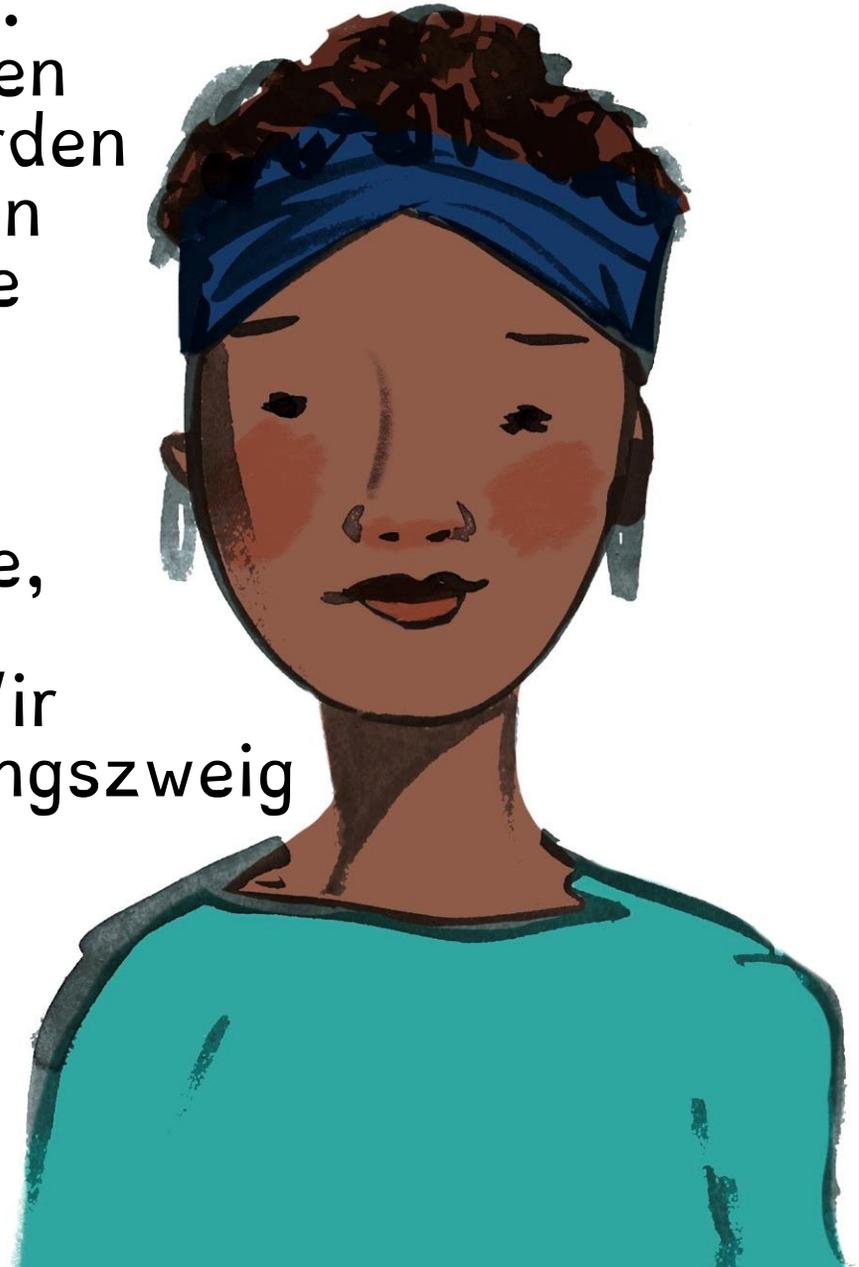


Sie liebt ihre Kinder.

Sie sehnt sich nach einem friedlichen Leben und fühlt sich schuldig, dass sie die tägliche Routine, die sie vor der Geburt ihres zweiten Kindes hatte, vermisst.

Als sie nur mit ihrem Partner und dem ältesten Kind zusammenlebte, schien alles so reibungslos zu verlaufen. Äusserlich hat sie ein gutes Leben, warum findet sie denn alles so schwierig?

Sensorische Verarbeitungsstörungen behindern den Aufbau zwischenmenschlicher Beziehungen ein Leben lang. Aus Kindern mit sensorischen Verarbeitungsstörungen werden Erwachsene mit sensorischen Verarbeitungsstörungen. Die Nachfrage nach dem weitgefächerten Behandlungsangebot für Erwachsene und Jugendliche, welches das STAR Institut anbietet, ist sehr gross.. Wir haben mit diesem Behandlungszweig begonnen, weil wir immer wieder von Eltern hörten, dass sie dies brauchen.



Im Jahr 2011 wurde in einer Studie der Zusammenhang zwischen sensorischer Verarbeitung und Angstsymptomen bei Erwachsenen untersucht. Sie zeigte, dass bei Erwachsenen ein Zusammenhang zwischen Angstsymptomen und sensorischer Überbeziehungsweise Unterempfindlichkeit besteht.

Eine Studie aus dem Jahr 2020, die im Journal of Mental Health Counseling veröffentlicht wurde, zeigt, wie wichtig es ist, das Vorliegen einer sensorischen Verarbeitungsstörung zu erkennen, um eine erfolgreiche psychische Behandlung zu ermöglichen.

# *Sensorische Gesundheit unterstützt gesunde zwischenmenschliche Beziehungen.*

Bess beginnt über Bemerkungen nachzudenken, die andere Menschen über sie gemacht haben, seit sie in der 5. Klasse war – dass sie wenig Energie hat, dass sie nicht mitbekommt was gerade passiert, und manchmal auch, dass sie depressiv zu sein scheint. Bess beschließt einen Therapeuten aufzusuchen. Nach zwei Sitzungen schlägt der Therapeut vor, die Möglichkeit in Betracht zu ziehen, dass die Art und Weise, wie sie auf ihre Umwelt und zwischenmenschliche Beziehungen reagiert, sich von anderen unterscheidet.

Bess entdeckt, dass sie sensorisch unterempfindlich ist – was bedeutet, dass sie sensorische Empfindungen erst dann registriert, wenn sie sehr intensiv sind. Bess ist unterempfindlich für Ton-, Bild- und Berührungsempfindungen. Sie erkennt, dass die Art und Weise, wie sie die Bewegung ihres Körpers und dessen Stellungen verarbeitet eine ihrer Stärken ist, und sie hat ein “Aha !“ Erlebnis, als sie sich daran erinnert, wie gut sie sich fühlte, als sie zwei- oder dreimal pro Woche tanzte.

Bess fängt wieder mit dem Tanzen an und entwickelt einen sensorischen Lebensstil, der ihr Nervensystem stimuliert. Sie findet, dass sie ihrer Umwelt gegenüber aufmerksamer geworden ist und offener für alle ihre mitmenschlichen Beziehungen. Auch ihre Arbeitskollegen bemerken und kommentieren ihr verändertes Verhalten. Bess und ihr jüngstes Kind kommen einander näher und lernen, miteinander zu spielen und zu kommunizieren.



Kommt Ihnen Bess's Geschichte bekannt vor?

Wenn Sie eine Begutachtung Ihrer sensorischen Integration und Verarbeitung benötigen, wenden Sie sich bitte an Ihre örtliche sensorisch ausgerichtete Ergotherapiepraxis oder setzen Sie sich mit uns am STAR Institut in Verbindung. Wir helfen Ihnen gerne weiter. Es gibt immer mehr Fachkräfte, die sich darauf spezialisiert haben, Erwachsenen mit diesen Problemen zu helfen.

# Sensorische Gesundheit verändert Leben



Nicht erkannte Probleme in der sensorischen Integration und Verarbeitung beeinträchtigten Bess' s Fähigkeit ihr Leben zu genießen und zu ihrem jüngsten Kind eine enge Beziehung aufzubauen. Wenn sie gewusst hätte, dass die von ihrem Körper bevorzugten sensorischen Reize, einen so grossen Einfluss auf ihre Fähigkeit haben, sich auf ihre Umwelt einzustellen, dann hätte sie von sich aus einen gesunden sensorischen Lebensstil pflegen können. Sensorische Verarbeitung ist mehr als die "fünf Sinne", von denen wir in der Grundschule lernen. Wir sind der Meinung, dass es an der Zeit ist, dass die ganze Welt versteht, welchen starken Einfluss die sensorische Gesundheit auf das psychische Wohlbefinden hat.

Am STAR Institut ist jeder Monat, ein Monat des sensorischen Bewusstseins, aber der Oktober ist deshalb etwas Besonderes, weil wir dann die ganze Welt an unserer Leidenschaft teilnehmen lassen wollen.

In diesem Jahr erzählen wir die Geschichten von fünf Personen, die uns sehr am Herzen liegen. Jeder Person stellt eine andere Situation dar, die aufzeigt, wie sich Unterschiede in der sensorischen Integration und Verarbeitung auf die Gesundheit und das Wohlbefinden auswirken. Die beschriebenen Personen repräsentieren verschiedene Lebensabschnitte, Lebensumstände und familiäre Verhältnisse, haben jedoch eines gemeinsam: sie entdecken wie die Kraft der sensorischen Verarbeitung ihr Leben zum Besseren verändert. Diese Geschichten basieren auf wirklichen Begebenheiten, wirklichen Geschichten und wirklichen Menschen.

Bitte helfen Sie uns, mehr zu tun! In diesem Jahr sammeln wir Spenden für unsere Bildungs- und Anwaltschaftsarbeit. Bislang haben wir im Jahr 2020 kostenlose und “zahle was du kannst” Workshops für Eltern durchgeführt, an Schulen angeschlossene Ergotherapeuten sowie Lehrer ausgebildet und vieles andere mehr. Mit ihren Spenden wollen wir Schulbehörden, Strafverfolgungsbehörden, mehr Familien und Einzelpersonen sowie Ärzte und Pädagogen unterstützen. Ihre Spenden werden sofort verwendet..

Gib ein wenig, hilf viel.



Scan to donate \$5 today!



© STAR Institute for Sensory Processing  
6911 South Yosemite Street  
Centennial, Co, 80122  
United States of America

[www.spdstar.org](http://www.spdstar.org)

STAR Institute is a 501(c)3 Non-Profit

*Transforming health and wellness through the sensory domain*