

VORGEBURTLICHE BINDUNGSFÖRDERUNG



Was ist die vorgeburtliche Bindungsförderung?

In der vorgeburtlichen Bindungsförderung sind Sie eingeladen, in eine tiefe Beziehung zu Ihrem noch nicht geborenen Kind zu treten. Sie nehmen Kontakt zu Ihrem Baby auf und festigen so Ihre Bindung zu ihm. Damit steigern Sie das bewusste Erleben Ihrer Schwangerschaft und erleichtern sich und Ihrem Kind die Geburt und sein nachfolgendes Leben.

Das ungeborene Kind erlebt sich durch diesen direkten Kontakt in seiner Persönlichkeit von Anfang an wahrgenommen und geachtet. Durch das Nachspüren und Reagieren der Schwangeren auf die Gefühle und Wahrnehmung des Kindes entsteht „ein sicherer Raum“, in dem das Kind ein starkes Gefühl von Selbstwert und Selbstbewusstsein entwickeln kann. Dadurch wird auch in entscheidender Weise die Reifung des Gehirns und dessen Funktionsweise angeregt.

Für wen eignet sich die vorgeburtliche Bindungsförderung?

Die vorgeburtliche Bindungsförderung eignet sich grundsätzlich für jede Schwangere. Sie empfiehlt sich besonders dann, wenn Sie sich durch Ihre jetzige oder vorhergehende Schwangerschaft belastet fühlen oder gefühlt haben. Ängste in Bezug auf die aktuelle Schwangerschaft oder Geburt, frühere Schwangerschaftsabbrüche, Fehlgeburten, Kaiserschnitt oder Frühgeburten beeinflussen unmittelbar Ihr heranwachsendes Kind im Mutterleib. In der vorgeburtlichen Bindungsförderung erhalten Sie Raum und Gelegenheit, diese und andere Erfahrungen zu verarbeiten und zu integrieren.

Wie läuft die vorgeburtliche Bindungsförderung ab?

Die Begegnung mit Ihrem ungeborenen Kind steht im Mittelpunkt unserer Stunden. Wöchentlich finden ein bis zwei Sitzungen in meiner privaten Praxis in Markkleeberg statt. Es empfiehlt sich ein Beginn um die 20. SSW. Die Kommunikation mit Ihrem Baby kann auf verschiedenen Ebenen stattfinden. Am häufigsten tauschen sich Mutter und Kind auf einer bildhaften Ebene oder in Form von Dialogen aus. Auf der physischen Ebene reagiert das Baby auf Ihre inneren Bilder mit körperlichen Bewegungen.

Vorteile der vorgeburtlichen Bindungsförderung (Bindungsanalyse nach Raffai)

- ✓ Mutter und Kind wachsen im Verlauf zu einem guten Team zusammen und erleben bei der Geburt weniger Ängste und Schmerzen
- ✓ die Geburt wird natürlicher und kürzer
- ✓ die Notwendigkeit für geburtshilfliche Eingriffe nimmt deutlich ab
- ✓ Kaiserschnittentbindungen waren in weniger als 12% der Schwangerschaften nötig
- ✓ Frühgeburten sind in weniger als 1% der Fälle aufgetreten
- ✓ deutliche Verminderung geburtstraumatischer Erfahrungen für Mutter/Baby
- ✓ die geringere Geburtsbelastung zeigt sich durch viel selteneres Schreien
- ✓ nach der Geburt wenden sich die Babys neugierig der Welt zu, sind emotional stabil, sozial kompetent und haben vollen Zugang zu ihrer persönlichen Begabung
- ✓ ein zeitigerer stabiler Schlaf-Wach-Rhythmus
- ✓ die Verständigung mit den Babys nach der Geburt ist einfacher und der Umgang mit ihnen gelingt „vollständig intuitiv“
- ✓ bei weltweit mehr als 8000 Fällen ist nahezu keine postpartale Depression aufgetreten

In der 37. SSW beginnt die Abschlussphase, mit der Sie sich und Ihr Baby auf den Abschied von der Schwangerschaft und den Übergang in unsere Welt vorbereiten. Diese bedeutsame Phase trägt dazu bei, dass Ihr Kind nicht nur psychisch, sondern auch physisch geboren wird, damit es mit all seinen Sinnen voll und ganz hier sein kann. Der Geburtsvorgang wird schließlich in einer Art Generalprobe mehrmals durchgespielt und das Baby auf die medizinischen Vorgänge nach der Geburt vorbereitet. Wenn das Baby dann bereit ist, setzt es die Geburt in Gang.

Über mich

- geboren und aufgewachsen in Leipzig und Quedlinburg/Harz
- Studium der Humanmedizin und Approbation als Ärztin
- seit 2009 Forschung zu den Themen Schwangerschaft, Geburt, vorgeburtliche Mutter-Kind-Bindung, Geburtstraumata, Stillen
- seit 2012 ärztliche Tätigkeit/Weiterbildung zum Facharzt Psychosomatik und Psychotherapie
- Mutter von drei Kindern

Nehmen Sie gerne Kontakt zu mir auf: info@bindungsanalyse-leipzig.de



Judith Klimke, Ärztin