

DIE ENTSTEHUNG DER BINDUNGSANALYSE

Die Geschichte der Bindungsanalyse nahm ihren Anfang in den frühen 60er Jahren, als Jenő Raffai in Budapest mit jugendlichen analytische Grundlagenforschung betrieb. Aus diesem Forschungsansatz entwickelte sich als wichtigste Neuerung die Bindungsanalyse. Raffai hat in Ungarn seit etwa 15 Jahren die Bindungsanalyse bei mehr als 2200 Schwangeren angewendet und ihre Ergebnisse ausgewertet. Es zeigte sich dabei, dass diese Methode sehr tief greifende Wirkungen auf die Schwangerschaft, die Geburt und die gesunde Persönlichkeitsentwicklung des Kindes hat.

Die Bindungsanalyse ist keine Psychotherapie im engeren Sinn. Die Schwangere findet einen besseren Kontakt zu ihrem Körper, ihrer Seele und dadurch wird die Bindung zu dem noch nicht geborenen Kind in ihrer Gebärmutter gefördert.



DIE HÄUFIGSTEN ERFAHRUNGEN

Mutter und Baby wachsen zu einem guten Team zusammen und erleben unter der Geburt wesentlich weniger Ängste und Schmerzen.

- Die Geburt wird natürlicher und kürzer.
- Die Notwendigkeit für geburtshilfliche Eingriffe nimmt deutlich ab.
- Kaiserschnitt-Entbindungen waren nach den Bindungsanalysen von Raffai in weniger als sechs Prozent der Schwangerschaften nötig.
- Die geringere Geburtsbelastung zeigt sich in einem natürlich-runden Kopf und durch selteneres Schreien.
- Nach der Geburt wenden sich die Babys neugierig der Welt zu, sind emotional stabil, sozial kompetent und haben vollen Zugang zu ihren persönlichen Begabungen.
- Tagsüber schlafen diese Babys seltener, nachts dafür länger, nach wenigen Wochen bereits 6 – 8 Stunden.
- Die Verständigung mit den Babys nach der Geburt ist viel einfacher und der Umgang mit ihnen gelingt „vollständig intuitiv“.
- Bei den 2200 Bindungsanalysen von Raffai ist keine postpartale Depression aufgetreten, die Frühgeburtsrate lag bei 0,2 Prozent.



MUTTER-KIND-BINDUNGSANALYSE

FÖRDERUNG DER VORGEBURTLICHEN
MUTTER-KIND-BEZIEHUNG

WAS IST DIE MUTTER- KIND- BINDUNGSANALYSE?

In der Mutter-Kind-Bindungsanalyse sind Sie eingeladen, in eine tiefe Beziehung zu Ihrem noch nicht geborenen Kind zu treten. Sie nehmen direkten 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.

WAS HAT DAS BABY DAVON?

Das noch nicht geborene Kind erlebt sich durch die Bindungsanalyse 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 MUTTER-KIND-BINDUNGSANALYSE?

Die Bindungsanalyse 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 Bindungsanalyse erhalten Sie Raum und Gelegenheit, diese und andere Erfahrungen zu verarbeiten und zu integrieren.

Bei unerfülltem Kinderwunsch kann die Mutter-Kind-Bindungsanalyse dazu beitragen, eventuelle psychische Hintergründe und Blockaden zu erkennen und zu verstehen und aufzulösen.

WIE FUNKTIONIERT DIE BINDUNGSANALYSE?

Die Begegnung mit Ihrem ungeborenen Kind steht im Mittelpunkt der Bindungsanalyse. Wöchentlich finden ein bis zwei Sitzungen in der Praxis statt. Insgesamt werden im allgemeinen 20 bis 30 Sitzungen benötigt.

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.

„DIE GENERALPROBE“

In der Abschlussphase bereiten Sie und Ihr Baby sich auf den Abschied von der Schwangerschaft und den Übergang in unsere Welt vor. Diese Phase beginnt normalerweise in der 37. Schwangerschaftswoche und endet etwa zehn Tage vor dem errechneten Geburtstermin. In der sehr bedeutsamen Abschlussphase geht es vor allem um Loslösung und Übergang, damit Sie sich nach der Geburt wieder neu begegnen können. Die Bindungsanalyse trägt dazu bei, dass Ihr Kind nicht nur physisch, sondern auch psychisch geboren wird, damit es mit all seinen Sinnen voll und ganz hier sein kann.

Am Ende der letzten Phase der Bindungsanalyse wird der Geburtsvorgang selbst mehrmals in einer Art Generalprobe durchgespielt und das Baby auf die medizinischen Vorgänge nach der Geburt vorbereitet. Auf diese Weise können geburtstraumatische Erfahrungen deutlich vermindert, möglicherweise sogar ganz vermieden werden. Innere Hemmnisse oder Blockaden der Schwangeren können rechtzeitig erkannt und besprochen werden. Wenn das Baby dann bereit ist, setzt es die Geburt in Gang.

