

Förderung der vorgeburtlichen Mutter-Kind- Vater Beziehung (Bindungsanalyse BA)

In der Mutter -Kind-Vater- Bindungsanalyse werden Sie unterstützt, während der Schwangerschaft eine emotionale Beziehung zu ihrem Baby in Ihrem Körper aufzunehmen. Dadurch erlebt sich das Kind von Anfang an als wahrgenommen, gesehen, gehört und geliebt. So kann eine sichere Bindung zwischen Mutter, Kind und Vater entstehen. Als werdende Mutter können Sie in sich die Bewegungen, Gefühle und Wahrnehmungen des Kindes erspüren. Indem Sie auf diese Empfindungen antworten, kann Ihr Kind selbst ein Gefühl für seine eigenen Körpergrenzen und sein Sein entwickeln. Auch dem Vater kann auf intuitive Weise eine Verbindung zum Ungeborenen gelingen.

Für wen eignet sich die Bindungsanalyse?

Die Bindungsanalyse eignet sich für jede schwangere Frau, die Interesse und Freude daran hat, im emotionalen Kontakt mit Ihrem Kind zu sein. Auch der Vater des Kindes kann teilnehmen.

Die Bindungsanalyse unterstützt auch jene werdenden Eltern, die sich durch die jetzige oder eine frühere Schwangerschaft belastet fühlen. Denn diese Form der Schwangerschaftsbegleitung schafft einen geschützten Raum, um Unsicherheiten, Ängste und belastenden Vorerfahrungen zu besprechen.

Wie läuft die Bindungsanalyse ab?

In der Regel kann in der 20. Schwangerschaftswoche, auch früher je nach Vorgeschichte, mit den Babystunden begonnen werden.

Im Mittelpunkt der Bindungsanalyse stehen 2-3 wöchentliche Babystunden.

In den ersten Sitzungen werden wichtige Ereignisse im Leben der schwangeren Frau und Ihres Partners besprochen. Dazu gehören auch die Bedingungen im sozialen Umfeld und im alltäglichen Leben. Durch die Craniosacral Therapie wird die Schwangere in den Entspannungszustand begleitet.

Die Körperempfindungen in diesem Zustand ermöglichen es der Mama, sich mit Ihrem Kind auf einen Austausch einzulassen. Der Kontakt zwischen Mama und dem Kind ermöglicht einen lebendigen Umgang mit:

- den Körperbewegungen des Kindes
- Den inneren Bildern, die während der Babystunde entstehenden
- Den gesprochenen und stillen Dialogen zwischen Mutter-Baby-Vater

Abschlussphase

Die Abschlussphase beginnt in der 35. – 36. Schwangerschaftswoche und endet 8 Tage vor dem errechneten Geburtstermin.

Die Mutter und das Baby beginnen sich von der gemeinsamen Zeit der Schwangerschaft zu verabschieden. Das Baby wird auf den Übergang in die äussere Welt eingestimmt.

In dieser Abschiedsphase geht es vor allem um eine behutsame Loslösung. Dazu werden Texte angeboten, die den Spannungsbogen der Geburtserfahrung zwischen Freude und Angst zu bewältigen helfen.

Als Geburtsgeschenk erhalten die Eltern mit dem Baby von mir die Möglichkeit nach der Geburt Ihre Erfahrungen rund um die Geburt zuteilen.

Quellenangabe: Flyer Bindungsanalyse.de, Ergänzungen; Edith Travaini-Zellweger