

## Erfahrungen

„Die Bindungsanalyse hat mir Vertrauen gegeben, dass die Zeit bis zur Geburt und die Geburt selbst ohne Komplikationen verlaufen werden. Nach jeder Babystunde war ich fröhlich und bestärkt.“ (Rita)



„Mein erstes Kind kam zu früh auf die Welt. Das hatte mich sehr verunsichert. In der zweiten Schwangerschaft hat mir die Bindungsanalyse geholfen, die negativen Erfahrungen zu verarbeiten und sorgenfrei auf die Geburt und die Zeit danach zu blicken. Ich hatte das Gefühl, das Kind schon vor der Geburt sehr gut zu kennen, was uns den Start enorm erleichtert hat.“ (Mareike)



„Die Bindungsanalyse hat mir in erster Linie Zugang zu meinem ungeborenen Kind sowie zu meinem Körper geboten. In einer Phase mit sehr viel negativem Einfluss und Ängsten habe ich durch die Bindungsanalyse auf einer positiven Ebene kommunizieren können. Ich konnte die Situation und mich selbst neu sortieren und so auf eine gesunde und harmonische Geburt sowie das Wochenbett hinarbeiten. Es hat funktioniert.“ (Anna)



### Marina Kuss

- Geburtsvorbereiterin (GfG)
- Hebamme
- Prenatal Bonding Therapeutin
- Systemische Therapeutin und Familientherapeutin (SG, DGSG)
- Heilpraktikerin für Psychotherapie
- Yogalehrerin (BYV)
- Baby-Traumatherapie Fortbildung

### Mitgliedschaften

- Beratungsnetzwerk Kinderwunsch Deutschlands (BKID)
- Internationale Gesellschaft für prä- und perinatale Psychologie und Medizin (ISPPM)
- Deutsche Gesellschaft für Systemische Therapie, Beratung und Familientherapie (DGST)
- Deutscher Hebammenverband (DHV)



Die Oase

Die Oase  
Boppstraße 46 (HH)  
55118 Mainz  
www.die-oase-mainz.de



Die Hebammerei  
Parkstraße 101  
65191 Wiesbaden  
www.hebammewiesbaden.de

Kontakt: sys-kuss@gmx.de • Tel. 0163-73 23 883

# Vorgeburtliche Bindungsförderung

## Prenatal Bonding



Die Bindungserfahrungen des Kindes  
in der Schwangerschaft  
sind ganz entscheidend für sein späteres Leben.



## Was bedeutet vorgeburtliche Bindungsförderung?

Kinder nehmen ihre Umwelt schon im Mutterleib wahr. Sie reagieren nicht nur auf Geräusche, Bewegungen oder Licht. Die feinen Antennen der Ungeborenen bemerken auch, ob sich die Mutter auf das Kind freut, oder auch, ob sie von Sorgen, Ängsten und Zweifeln geplagt wird.

Die vorgeburtliche Bindungsförderung bietet die Möglichkeit, dass Mutter und Kind sich schon vor der Geburt auf eine sehr tiefgreifende Weise kennenlernen können. Untersuchungen belegen, dass dadurch die Geburt komplikationsloser verläuft und der Start in das Leben insgesamt besser gelingt.

Schon als Embryo gut gebunden zu werden, bildet die Grundlage für eine seelisch und körperlich stabile Gesundheit im Erwachsenenalter. Wer als Baby vor und nach der Geburt Schutz, Geborgenheit, das Gefühl von Sicherheit und ganz allgemein Fürsorge und Zuneigung erfahren hat, wird später als Erwachsener zu stabilen, harmonischen und friedfertigen Beziehungen befähigt sein.

Literaturempfehlung: Mit Deiner Liebe wächst meine Seele – von Christa Balkenhol und Christine Karrasch



## Für wen ist Prenatal Bonding geeignet?

- für jede Schwangere – der Kontakt zum Baby ist essentiell!
- nach einer vorherigen dramatischen Geburt
- wenn früher Wochenbettdepressionen aufgetreten sind
- nach einer Fehlgeburt oder Totgeburt
- bei großer Angst vor der Geburt
- als Vorbereitung des Babys auf einen Kaiserschnitt
- als Begleitung nach einer künstlichen Befruchtung
- während einer langen Kinderwunschphase/-behandlung



## Welche Auswirkungen hat die vorgeburtliche Bindungsförderung für die werdende Mutter?

Prenatal Bonding fördert das positive Erleben der Mutter während der Schwangerschaft, der Geburt und in der Stillzeit. Die Anzahl an Frühgeburten, Kaiserschnitten und Wochenbettdepressionen nimmt stark ab. Die Geburten verlaufen in der Regel leichter, schneller und weniger schmerzhaft.



## Worin liegen die Vorteile für das Baby?

Durch die Bindung, die das ungeborene Kind bereits im Mutterleib erlebt, entwickelt es ein starkes Selbstvertrauen. Es ist nach der Geburt wach, neugierig und unbefangen im Bezug auf andere Menschen.

- die Babys unterliegen viel geringeren geburtstraumatischen Belastungen
- Bauchkoliken und Schreiattacken treten deutlich seltener auf
- die Neugeborenen schlafen schneller durch und wirken insgesamt viel ausgeglichener und in sich ruhender
- die Babys weisen eine stärkere Sozialkompetenz auf
- die psychomotorische Entwicklung schreitet schneller voran

## Unerfüllter Kinderwunsch

Der Weg zum eigenen Kind ist für einige Paare mit großem Druck und Ängsten verbunden. Stress und belastende Gefühle, sowohl bei der Frau, als auch beim Mann, können sich blockierend auf eine Schwangerschaft auswirken. Neben medizinischen Behandlungen gehört die behutsame seelische Begleitung unbedingt zu einer erfolgreichen Therapie. Die Chancen auf ein Wunschkind steigen, wenn seelische Probleme gelöst werden können. Bei unerfülltem Kinderwunsch ist die Bindungsanalyse der erfolgsversprechendste nicht-medizinische Weg.



## Entstehung der Bindungsanalyse

Sie wurde von Dr. Jenő Raffai entwickelt – einem bekannten ungarischen Psychoanalytiker – und ist eine revolutionäre Methode der Begleitung von Schwangeren während der neun Monate ihrer Schwangerschaft.