

## POSITIVE ERFAHRUNGEN

Das ungeborene Kind fühlt sich wahrgenommen und entwickelt ein gesundes Selbstbewusstsein.

Mutter und Kind wachsen zu einem gesunden Team zusammen und erleben während dem Geburtsvorgang weniger Ängste und Schmerzen.

Die Geburt wird natürlicher und kürzer.

Es sind weniger medizinische Eingriffe nötig (z.B. Anästhesie, Kaiserschnitt, Forceps).

Es sind geringere Geburtsbelastungen für Mutter und Kind zu verzeichnen: Selteneres Schreien der Babys, seltene Fälle von postpartalen Depressionen.

Die Babys sind neugieriger und wachsender, emotional stabil, sozial kompetent und ihre motorischen Fertigkeiten entwickeln sich schneller.

Nachts schlafen die Babys schneller durch.

Die Kommunikation mit dem Baby verläuft viel einfacher, die Mutter hat den Eindruck sich "blind" mit dem Kind zu verstehen.

In den Bindungsanalysen von Raffai waren Kaiserschnittsentbindungen in weniger als 6% nötig, in 2200 Bindungsanalysen ist keine postpartale Depression aufgetreten und die Frühgeburtsrate lag bei 0,2%.

## DIE THERAPEUTINNEN

### **Seven Lizzie**

*Diplompsychologin und Psychotherapeutin*

Zusatzausbildung in der Bindungsanalyse bei Dr Raffai und Dr Janus.

Mutter von 2 Söhnen. Hat die Bindungsanalyse mit ihren beiden Söhnen gemacht.

**Praxis : 14, rue Henri Kirpach L-8237 Mamer**

**GSM : 621 784 233**

### **Gaspard Rebecca**

*Diplompsychologin und Psychotherapeutin*

Zusatzausbildung in der Bindungsanalyse bei Dr Raffai und Dr Janus.

**Praxis : 119, rue de l'Alzette L-4011 Esch-sur-Alzette**

**E-Mail : [contactpsychologue@pt.lu](mailto:contactpsychologue@pt.lu)**

**GSM : 691 250 222**



# MUTTER KIND BINDUNGSANALYSE

FÖRDERUNG DER VORGEBURTLICHEN  
MUTTER-KIND-BEZIEHUNG

## WAS IST DIE MUTTER-KIND BINDUNGSANALYSE ?

Die Mutter nimmt Kontakt zu ihrem ungeborenen Kind auf und festigt so die Bindung zu ihm. Dieser Kontakt findet in Form von Bildern, Dialogen und körperlichen Bewegungen seitens des Babys statt.

Durch die regelmäßigen Begegnungen mit ihrem ungeborenen Kind, ist die Mutter in der Lage ihre eigenen Gefühle bewusster wahrzunehmen und angemessen auf die Signale ihres Babys zu reagieren.

Auf diese Weise fördert sie den gesunden Verlauf von Schwangerschaft, Geburt und die Persönlichkeitsentwicklung des Kindes. Die Bindungsanalyse bietet Raum und Gelegenheit mögliche emotionalen Blockaden zu verarbeiten und aufzulösen.

Die Methode wurde von den zwei ungarischen Psychoanalytikern G. Hidas und J. Raffai entwickelt. Sie hat ihre Wurzeln in der Psychoanalyse und schliesst neueste Kenntnisse der Pränatalpsychologie mit ein.

## FÜR WEN EIGNET ES SICH ?

Grundsätzlich für alle Schwangere, die an einer Kontaktaufnahme zur Förderung der Bindung mit ihrem Kind interessiert sind.

Bei Ängsten in Bezug auf die aktuelle Schwangerschaft oder Geburt.

Bei Risikoschwangerschaften (z.B. innere Blutungen, oft es Erbrechen, Frühgeburts-tendenzen, künstliche Befruchtung).

Bei früheren belasteten Erfahrungen (z.B. Schwangerschaftsabbrüche, Fehlgeburten, Frühgeburten oder Kaiserschnitt), denn diese erschweren den Zugang zum Kind und beeinflussen seine gesunde Entwicklung.

Bei Verlusterfahrungen während der Schwangerschaft und bei unerfülltem Kinderwunsch kann die Bindungsanalyse helfen psychische Blockaden aufzulösen.

Die Bindungsanalyse bezieht auch die Väter mit ein.

## RAHMENBEDINGUNGEN

Man beginnt um die 20 Schwangerschaftswoche und die Sitzungen zur Kontaktaufnahme finden 1mal wöchentlich bis zur 37. Schwangerschaftswoche statt.

Ab der 37. Schwangerschaftswoche beginnt die Intensivphase in der in 1 bis 2 wöchentlichen Sitzungen die Geburt vorbereitet wird.

In dieser Phase spielt man den Geburtsvorgang mehrmals durch und das Kind wird auf das Leben außerhalb der Gebärmutter vorbereitet.

Auf diese Weise werden geburtstraumatische Erfahrungen deutlich vermindert. Diese Endphase endet etwa 10 Tage vor dem errechneten Geburtstermin.