

## **Vorgeburtliche Bindung und Bindungsanalyse**

*Dr. Birte Aßmann, Humanbiologin und Heilpraktikerin*

Wann fängt Bindung an? Die Bedeutung der ersten Lebensstunde ist für das "bonding" wohlbekannt. Wird das Neugeborene der Mutter gleich nach der Geburt in ihre Arme und an ihr Herz gelegt, so können in dieser heiligen Stunde wunderbare Bindungserlebnisse geschehen.

Seit einiger Zeit sind Stimmen aus verschiedenen Richtungen über die Bedeutung der vorgeburtlichen Zeit zu hören. Epigenetik, Medizin und Psychologie berichten von Einflüssen der Schwangerschaft auf die kindlichen Entwicklungsbedingungen und die Eltern-Kind-Bindung.

Viele Schwangere wissen um den Zeitpunkt der Empfängnis, weil "es auf einmal da war". Sie streicheln ihren Bauch und warten auf Antwort, erzählen ihrem Baby im Bauch Geschichten und hören ihm zu und erahnen den Charakter ihres Babys. Sie sind in Beziehung zueinander.

Die Bindungsanalyse ist eine Begleitung während der Schwangerschaft, bei der Bindung, Kommunikation und Liebe zwischen Eltern und Kind wachsen können. Sie schenkt Vertrauen, Zuversicht und Kraft auch schwierige Lebensumstände zu meistern. Sie ist eine Möglichkeit Ängste abzubauen und frühere Erlebnisse zu verarbeiten. Sie kann den Weg für die Geburt und die Zeit des Wochenbetts ebnen und die pränatale Bindung, als Vorläufer für die postnatale Bindung, positiv beeinflussen.

Der Workshop gestaltet sich aus Grundlagen der pränatalen Bindung, dem Ablauf einer Bindungsanalyse, ein, zwei Fallvignetten, Indikationen und Erfolgen und Raum für ihre Fragen.