

## **EEH® -emotionelle erste Hilfe**

Im Rahmen der frühen Hilfen

Manchmal gestaltet sich eine Schwangerschaft ganz anders als erwartet: Vielleicht gibt es belastende Vorerfahrungen, ist die werdende Mutter als Risikopatientin eingestuft oder fühlt sich von den Fragen der Pränatal Diagnostik unter Druck. Manchmal nahm die Geburt nicht den geplanten Verlauf: zu früh, zu schnell, mit vielen Interventionen oder einer anschließenden Trennung von Mutter und Kind. Gründe, auch mit dem gewünschten Baby nicht gut in Bindung zu kommen, sind vielfältig. Einiges braucht einfach Zeit, in anderen Fällen braucht es „hands on“ Angebote.

Die Emotionelle Erste Hilfe ist ein körperorientierter Beratungsansatz, der eine liebevolle Eltern–Kind– Bindung schon in der Schwangerschaft, der Geburt und in der Zeit danach unterstützt. Anhand von gezielten Gesprächen, Halt gebenden Berührungen und Wahrnehmungsübungen will die Emotionelle Erste Hilfe den Kreislauf aus Angst, Anspannung und Verunsicherung frühzeitig durchbrechen. Die Nähe zum Kind wird dadurch spürbar gestärkt. Ein feinfühlig und liebevoller Dialog ist dann leichter möglich – auch in diesen schwierigen Momenten.

In diesem Workshop werden Hintergründe möglicher Bindungsprobleme beleuchtet, Interventionsmöglichkeiten erläutert und speziell die Angebote, die im Rahmen der emotionellen ersten Hilfe eingesetzt werden, benannt. Eine kleine Übung und Zeit für Fragen und Austausch runden den Workshop ab.

Martina Kewel, Dipl. Sozialpädagogin und EEH Therapeutin/ HP (Psych)  
[www.babymoon-praxis.de](http://www.babymoon-praxis.de)