

„Mit deiner Liebe wächst meine Seele“ – ein Buch von den Herausgeberinnen Christa Balkenhol und Christine Karrasch

In diesem Buch wird eine neuartige Methode der Schwangerschaftsbegleitung, die sogenannte Bindungsanalyse, anhand von zahlreichen Praxisbeispielen beschrieben. Gleichzeitig erfährt der Leser sehr anschaulich wie wichtig und prägend die Zeit der Schwangerschaft für das werdende Kind ist.

Die Fallgeschichten handeln von schwangeren Frauen in verschiedenen, teils herausfordernden Lebenssituationen. Es war beeindruckend zu erfahren wie es dem Kind und den Eltern im Laufe der Schwangerschaft bis nach der Geburt ergangen ist. Die Mütter kommen teilweise selbst zu Wort und berichten über ihre Erfahrungen mit der Bindungsanalyse, die in mehreren, meist wöchentlichen Sitzungen stattfindet: „Bindungsanalyse ist deutlich mehr als nur ‚schöne Sitzungen mit dem Ungeborenen‘. Sie öffnete mir als Mutter den Weg zu dem Abschnitt meines Lebens, in dem ich selbst noch nicht geboren war und heilt viele Wunden auf sanfte Weise.“ Dieses Zitat einer Mutter beschreibt ihre Erfahrung mit dieser besonderen Form der Schwangerschaftsbegleitung.

Die wichtigsten Aufgaben in der Begleitung sind die Bindungsfähigkeit zu stärken, eventuelle Defizite herauszufinden und ihre Ursachen zu suchen, die nicht selten in der eigenen vorgeburtlichen Zeit liegen. Schließlich wird die Schwangere behutsam angeleitet Kontakt zu ihrem ungeborenen Kind aufzunehmen. Dies passiert in den sogenannten „Babystunden“. Hier kommt es zu einem inneren Dialog zwischen der Mutter und ihrem Baby, der auf einer sehr tiefen emotionalen Ebene stattfindet.

Einige Wochen vor der Geburt werden Mutter und Kind auf die bevorstehende körperliche Trennung und den Ablauf der Geburt vorbereitet. Höchst interessant ist die Tatsache, dass es bei den begleiteten Frauen kaum zu Frühgeburten kommt und meist eine leichtere und schnellere, natürliche Geburt erlebt wird.

Das Buch umfasst auch Themen wie die Wichtigkeit der vorgeburtlichen Bindung, mütterlicher Stress und ihre Auswirkung auf das Ungeborene sowie die Vaterrolle während der Schwangerschaft. Auch die Bedeutung des Kaiserschnitts für das Baby, die Reproduktionsmedizin und das Trauma des alleingeborenen Zwillings werden eingehend behandelt. Ein Kapitel befasst sich speziell mit Schwangeren, die selbst frühe Erfahrungen sexueller Gewalt erlitten haben. Wissenschaftlich untermauert finden sich auch Beiträge über Spiegelneurone, Epigenetik und die pränatale Bindungsentwicklung aus Sicht der Gehirnforschung. Weitergehende Informationen wie Ausbildungsmöglichkeiten, Kontaktdaten und ausführliche Literaturempfehlungen befinden sich im Anhang des Buches.

Ziel der Herausgeberinnen Christa Balkenhol und Christine Karrasch sowie den acht Ko-Autorinnen ist es die revolutionäre Methode der Bindungsanalyse einer breiteren Öffentlichkeit bekannt zu machen. Kurzgehaltene theoretische Inhalte wechseln sich mit dazu passenden Fallgeschichten ab. Das macht das Buch leicht leserlich, fesselnd und abwechslungsreich. Es enthält für werdende Eltern wichtige Informationen über das Leben und Erleben im Mutterleib und bietet wertvollen Anstoß für jene Menschen, die Mütter in der Schwangerschaft begleiten.

Buchtitel: Mit deiner Liebe wächst meine Seele

Leben und Erleben im Mutterleib: Die Methode der vorgeburtlichen Bindungsförderung in Praxis und Theorie

Herausgeberinnen: Christa Balkenhol und Christine Karrasch

Einklang Verlag, 2017

ISBN: 978-3-946315-08-7

Preis: 16,50 (D) bzw. Euro bzw. als eBook 9,99 Euro

Verein Heilkreis

Autorin: Stefanie Scharfmüller

www.babyfluestern.net