

Sie haben Fragen? Rufen Sie gerne an.  
Ich freue mich auf Sie!

Die Mutter-Kind-Bindungsanalyse ist eine moderne Methode, mit der Sie bereits in der Schwangerschaft direkten Kontakt zu Ihrem Baby aufnehmen und so Ihre liebevolle Bindung von Anfang an festigen.

Damit steigern Sie das bewusste Erleben Ihrer Schwangerschaft und erleichtern sich und Ihrem Kind die Geburt und sein nachfolgendes Leben.



*»Bereits während der Schwangerschaft für sichere Bindung zu sorgen ist das größte Geschenk, das Sie Ihrem Kind und sich machen können.«*

*Uta Siebert*

#### **Uta Siebert**

Mutter-Kind-Bindungsanalyse n. Hidas/ Raffai  
Pränatal und tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie  
Bindungspsychotherapie n. Prof. Dr. med. Karl Heinz Brisch  
Mediation, Einzel- und Team-Supervision und Beratung  
Systemisch-strategisch orientiertes Life und Business Coaching

#### **Kontakt**

Privatpraxis für Psychotherapie, Beratung, Mediation,  
Supervision, Coaching und Mutter-Kind-Bindungsanalyse

Werinherstraße 46  
81541 München

Mobil: 0151-257 807 63  
mail@coachingcouch.de  
www.coachingcouch.de

# Mutter-Kind- Bindungsanalyse



## Wie funktioniert die MKBA?

Die Begegnung mit Ihrem ungeborenen Kind steht im Mittelpunkt der Bindungsanalyse. Wöchentlich finden ein bis zwei Sitzungen in meiner Praxis statt. Insgesamt plant man 20 – 30 Sitzungen für eine Bindungsanalyse ein.

Die Kommunikation mit Ihrem Baby kann auf verschiedenen Ebenen stattfinden. Am häufigsten tauschen sich Mutter und Kind auf einer bildhaften Ebene oder in Form von mentalen Dialogen aus. Auf der körperlichen Ebene reagiert das Baby auf Ihre inneren Bilder mit spürbaren Bewegungen.

In der Abschlussphase, der Generalprobe, bereiten Sie und Ihr Baby sich auf den Abschied von der Schwangerschaft und den Übergang in unsere Welt vor. Dabei wird der Geburtsvorgang selbst mehrmals durchgespielt und das Baby auf die medizinischen Vorgänge vorbereitet.

Die Geburt wird natürlicher, kürzer und die Notwendigkeit für geburtshilfliche Eingriffe nimmt deutlich ab. Mutter und Baby wachsen durch die Bindungsanalyse zu einem guten Team zusammen und erleben unter der Geburt wesentlich weniger Ängste und Schmerzen. Auf diese Weise können geburtstraumatische Erfahrungen deutlich vermindert werden.



## Für wen eignet sich die MKBA?

Die Bindungsanalyse eignet sich grundsätzlich für jede schwangere Frau. Sie empfiehlt sich besonders dann, wenn Sie sich durch Ihre jetzige oder vorhergehende Schwangerschaft belastet fühlen oder gefühlt haben.

Ängste in Bezug auf die aktuelle Schwangerschaft oder Geburt, frühere Schwangerschaftsabbrüche, Fehlgeburten, Kaiserschnitt oder Frühgeburten beeinflussen unmittelbar Ihr heranwachsendes Kind im Mutterleib. In der Bindungsanalyse erhalten Sie Raum und Gelegenheit, diese und andere Erfahrungen zu verarbeiten und zu integrieren. Bei unerfülltem Kinderwunsch kann die Bindungsanalyse dazu beitragen, eventuelle psychische Hintergründe und Blockaden zu erkennen, zu verstehen und aufzulösen.

Weitere Vorteile sind:

- Eine postpartale Depression (Baby-Blues) tritt so gut wie nie auf (unter 1%, im Vergleich zu durchschnittlich 19%).
- Die Kaiserschnitttrate ist auffallend niedrig.
- Die Frühgeburtlichkeit liegt bei nur 0,2% im Vergleich zu den üblichen 9,2%.
- Die Rate der Schreibabys liegt bei 0% (Durchschnitt 20%).



## Wie profitieren Babys davon?

Das noch nicht geborene Kind erlebt sich durch die Bindungsanalyse in seiner Persönlichkeit von Anfang an wahrgenommen und geachtet. Durch das Nachspüren und Reagieren der Mutter auf die Gefühle und Wahrnehmungen des Kindes entsteht ein »sicherer Raum«, in dem das Kind ein starkes Gefühl von Selbstwert und Selbstbewusstsein entwickeln kann. Dadurch wird auch in entscheidender Weise die Reifung des Gehirns und dessen Funktionsweise angeregt.

Erwiesenermaßen weisen die mit der Bindungsanalyse begleiteten Babys weniger Kopfverformungen durch die Geburt auf, da sie einer viel geringeren geburtstraumatischen Belastung unterliegen. Etwaige Verformungen bilden sich schneller zurück. Bauchkoliken, Schreiattecken und Schlafstörungen treten deutlich seltener auf. Die Babys schlafen schnell die Nacht durch und wirken insgesamt viel ausgeglichener und in sich ruhender. Ihre psychomotorische Entwicklung schreitet schneller voran und sie weisen tatsächlich eine stärkere Sozialkompetenz auf.

Durch die sichere Bindung, die das vorgeburtliche Kind bereits im Mutterleib erlebt hat, wendet es sich nach der Geburt neugierig der Welt zu, ist emotional stabil, sozial kompetent und hat vollen Zugang zu seinen persönlichen Begabungen.

