

Katholische Hochschule Nordrhein-Westfalen
- Abteilung Aachen -

*Masterthesis im postgradualen Masterstudiengang
Ehe -, Familien- und Lebensberatung | Master of Counseling*

**Auf den Anfang kommt es an.
Auswirkungen der pränatalen Bindungsarbeit
nach Raffai und Hidas auf die Paarbeziehung
der werdenden und jungen Eltern.**

vorgelegt von

Magdalena Hochweis-Müller

Matr.-Nr.: 524965

*Bodenschwinghstraße 85 | 76185 Karlsruhe
hochweis.mueller@online.de*

Karlsruhe, den 17.11.2024

Erstleser: Prof. Dr. Rainer Krockauer

Zweitleser: Prof. Dr. Silvia Hamacher

*Nicht müde werden
sondern dem Wunder
leise
wie einem Vogel
die Hand hinhalten.*

HILDE DOMIN

Inhaltsverzeichnis

1	Einleitung	4
2	Entwicklungspsychologischer Hintergrund zum Übergang von der Partnerschaft zur Elternschaft	6
2.1	Zentrale Begriffe	6
2.2	Bindungstheorie	9
2.3	Paarbeziehung als Bindungsbeziehung	9
2.4	Familiengründung: Themen im Übergang zur Elternschaft bzw. Erweiterung der Familie	12
2.4.1	Familien heute und früher	12
2.4.2	Phasenmodell des Übergangs in Schwangerschaft und erstem Lebensjahr. 12	
2.4.3	Veränderungen in der Paarbeziehung, die durch die Elternschaft ausgelöst werden.	14
3	Theoretischer Hintergrund zur Bindungsanalyse nach Raffai und Hidas	16
3.1	Die Anfänge der prä - und perinatalen Psychologie	16
3.2	Geschichte und Einordnung der Bindungsanalyse in die prä - und perinatale Psychologie	17
3.3	Das Konzept der Bindungsanalyse	18
3.4	Bindungsanalyse zwischen Mutter Kind als ein präventiver Behandlungsweg	19
3.5	Ablauf und Setting der Bindungsanalyse	21
3.5.1	Anamnese	22
3.5.2	Babystunden	23
3.5.3	Ablösungsphase	24
3.5.4	Nachgespräch und Evaluation	25
3.6	Aktueller Forschungsstand zur Bindungsanalyse nach Raffai und Hidas ..	25
3.7	Erkenntnisse und Erfahrungen von Jenö Raffai selbst	26
3.8	Zwei Begleitstudien zur Bindungsanalyse von Anne Görtz-Schroth	27
3.9	Masterthesis von Brunhild Schmid	28
3.10	Forschungsbericht des <i>Österreichischen Instituts für Familienforschung</i> zur vorgeburtlichen Beziehungsförderung	28
3.11	Bachelorarbeit von Stefanie Roos	29
3.12	Masterthesis von Bettina Duessmann	30
3.13	Zusammenfassung der Studienlage und Forschungsfrage	31
4	Empirischer Teil	33
4.1	Forschungsfrage und Ziel der Studie	33
4.2	Das Forschungsdesign und Begründung der Methode	33
4.3	Methodisches Vorgehen	34
4.3.1	Interviewleitfaden	34
4.3.2	Einverständnis-Erklärung und Datenschutz	35
4.3.3	Die Auswahl der Expertinnen	35
4.3.4	Die Expertinnen	36
4.3.5	Durchführung der Interviews	36
4.3.6	Auswertung der Daten	37
4.3.7	Die Verarbeitung der Daten	37

4.3.8 Die Ergebnisse.....	38
4.3.8.1 Kommunikation und Streitverhalten:.....	39
4.3.8.1.1 Häufigkeit und Regelmäßigkeit des Austausches.....	40
4.3.8.1.2 Offenheit und Interesse für die Meinung des anderen.....	40
4.3.8.1.3 Raum für Klärungen.....	41
4.3.8.2 Paardynamik	42
4.3.8.2.1 Unbewusste Konflikte	42
4.3.8.2.2 Bedürfnisse der Schwangeren.....	43
4.3.8.2.3 Reaktion der werdenden Väter auf die Schwangerschaft.....	43
4.3.8.2.4 Zeigen gegenseitigen Vertrauens.....	44
4.3.8.3 Umgang mit stressigen Situationen.....	44
4.3.8.3.1 Arbeit mit den Herkunftssystemen der werdenden Eltern.....	45
4.3.8.3.2 Stressbelastung der werdenden Mutter	46
4.3.8.3.3 Stressbelastung des werdenden Vaters	47
4.3.8.3.4 Stressbelastung des Paares.....	48
4.3.8.3.5 Kind als Stressfaktor.....	48
4.3.8.4 Ankommen in der Elternrolle und der familiären Triade.....	49
4.3.8.4.1 Allgemeine Wirkfaktoren.....	49
4.3.8.4.2 Beziehungsdauer, Lebensplanung und Erwünschtheit des Kindes ...	50
4.3.8.4.3 Psychische Gesundheit des werdenden Elternpaares.....	50
4.3.8.4.4 Die vertikalen Beziehungen in der Familie.....	51
4.3.8.4.5 Einüben der Elternrolle in der Schwangerschaft.....	52
4.3.8.4.6 Entstehung der Triade durch Ritualisierung.....	52
5 Zusammenfassung	54
6 Fazit.....	58
7 Limitationen	59
Abbildungsverzeichnis.....	60
Literaturverzeichnis	61

1 Einleitung

„Denn eine Schwangerschaft ist nicht nur eine Sache der Vorsorgeuntersuchungen, sondern das damit verbundene Elternwerden ist ein tiefgreifender Individuationsprozess für die werdende Mutter und den werdenden Vater“ (Janus 2024:237).

Dieser Reifungsprozess beider Partner im Übergang vom Paar zur Familie birgt häufig Konfliktpotential (Meisenzahl et al. 2021:175). Als Ursache hierfür sind neben Stress auch bevorstehende Rollenveränderungen und die damit einhergehenden individuellen und kollektiven Erwartungen zu nennen (vgl. ebd.). Die beiden Entwickler der pränatalen Bindungsförderung 'Bindungsanalyse', Jenő Raffai und György Hidas, haben dies in ihrem Buch *Nabelschnur der Seele* wie folgt ausgedrückt:

„In der Zeit, während ein Kind erwartet und geboren wird, verdichten sich die wichtigsten Themen des menschlichen Lebens und der Gesellschaft, während dies die tiefste und intimste Angelegenheit zweier Menschen ist.“ (Hidas& Raffai 2006:17).

Dass die Familiengründung als eine normative Krise zu den herausfordernden Themen in Therapie und Beratung gehört, zeigt die große Anzahl der wissenschaftlichen Untersuchungen und Veröffentlichungen dazu (vgl. Brisch 2012, Bodenmann 2013, Cierpka 2012, Fthenakis et al. 2002, Hantel-Quitmann 2016, Jungbauer 2022, Roesler 2018). Der Psychoanalytiker und Familientherapeut Manfred Cierpka und seine Kollegen (2012) nähern sich diesem Thema in ihrem *Handbuch der Familiendiagnostik* entwicklungsorientiert. Ihre Aufmerksamkeit liegt ebenfalls auf der besonderen Rolle von Schwangerschaft und Geburt, die ein wesentliches Fundament für eine stabile Partnerschaft und einen guten Familienstart bildet (Cierpka et al. 2012:117).

In der Schwangerschaft entsteht bei der Schwangeren, sowohl durch ihre hormonelle Situation als auch durch die existentielle Herausforderung, Mutter zu werden, eine große Offenheit für Veränderungen, durch die ihr oft große Entwicklungssprünge möglich sind (vgl. Hörndler 2014:308). Deshalb sind Entwicklungen möglich, „die im 'normalen' Leben nicht so schnell und so leicht vollzogen werden können“ (ebd.). Auch das Vater werden stellt eine existentielle Herausforderung für den Mann dar und ist ebenso mit hormonellen Veränderungen verbunden (vgl. Edelstein et al. 2014 zit. n. Aßmann 2017b:55). Daher kann bei werdenden Vätern eine ähnliche Offenheit und Bereitschaft für Wandlung ver-

mutet werden, die zudem mit einer größeren Feinfühligkeit und Bindungsbereitschaft einhergehen (vgl. ebd.). Die Schwangerschaft als besondere Zeit des Paares ermöglicht diesem, sich der anstehenden Entwicklungsthemen nicht nur im Hinblick auf das erwartete Kind, sondern auch im Hinblick auf die gemeinsame Paarbeziehung bewusst zu werden.

Hier setzt meine Forschungsfrage an: Hat die Bindungsanalyse nach Raffai und Hidas als eine bindungsfördernde Arbeit mit Schwangeren Auswirkungen auf deren Paarbeziehung, und wenn ja: welche? Um diese Frage beantworten zu können, soll die Methode der Bindungsanalyse nach Raffai und Hidas vorgestellt werden. Da John Bowlbys Bindungstheorie eine wichtige Grundlage der Bindungsanalyse bildet, soll diese ebenfalls dargestellt werden. Die Konzeptualisierung von Paarbeziehungen als Bindungsbeziehungen wird in einem weiteren Schritt dargestellt. Die Erweiterung des entwicklungspsychologischen Blicks der Bindungsanalyse nach Raffai und Hidas auf die pränatale Zeit und die dort bereits bestätigten positiven Auswirkungen auf die Mutter-Kind-Bindung bilden einen weiteren Abschnitt der Arbeit. Mit dem Elternwerden des Paares und der Transition vom Paar zur Familie schließt sich der Kreis. Die inneren Arbeitsmodelle der beiden jungen Elternteile, die bereits in der Kindheit angelegt wurden, werden in der normativen Krise des Elternwerdens aktiviert, wodurch die Herausforderung der Familiengründung je nach innerem Arbeitsmodell besser oder schlechter gemeistert werden kann. Da die inneren Arbeitsmodelle bis ins hohe Alter modifizierbar sind, können Eltern, die mit Bindungsanalyse begleitet werden, davon profitieren. Dies soll in der vorgelegten Arbeit mithilfe einer Forschungsarbeit dargestellt werden.

Hinzuzufügen ist, dass aus Gründen der besseren Lesbarkeit auf die gleichzeitige Verwendung der Sprachformen männlich, weiblich und divers (m/w/d) verzichtet wird. Sämtliche Personenbezeichnungen gelten gleichermaßen für alle Geschlechter.

2 Entwicklungspsychologischer Hintergrund zum Übergang von der Partnerschaft zur Elternschaft

"Für die Paarbeziehung bringt keine Phase im Familienlebenszyklus so viele Veränderungen mit sich wie die Geburt des ersten Kindes" (Frevert et al. 2008:180).

Auf die Erläuterung wesentlicher Begrifflichkeiten zu Beginn dieses Kapitels folgen die Vorstellung der Bindungstheorie und das Einordnen der Paarbeziehung als einer Bindungsbeziehung. Danach werden die durch die Elternschaft ausgelösten Veränderungen in der Paarbeziehung dargestellt.

2.1 Zentrale Begriffe

Containment

„In der Psychologie bezieht sich der Begriff Containment – auch Haltefähigkeit oder Beherrschung – auf einen ursprünglich psychotherapeutischen Ansatz, der darauf abzielt, schwierige Emotionen, Gedanken oder Erfahrungen sicher und unterstützend zu bewältigen. In der Psychologie bezeichnet Containment jenen Vorgang, in dem eine Person (Container) die Emotionen oder Affekte einer anderen Person (Containend) aufnehmen, verarbeiten und auf eine Weise zurückgeben kann, die für den Containend erträglich ist. Das Konzept des Containments wurde ursprünglich von dem britischen Psychoanalytiker Wilfred R. Bion (2001) entwickelt, nach dem Containment eine grundlegende Funktion der Mutter-Kind-Beziehung darstellt, denn diese nimmt die Gefühle ihres Kindes auf, ohne sich von ihnen überwältigen zu lassen, verarbeitet sie dann innerlich und gibt sie dem Kind in einer Weise zurück, die es verstehen und bewältigen kann“ (Stangl, 2024).

Differenzierung (Selbst – Objekt)

„Gesunderweise kann jemand deutlich erleben, dass er selbst der eine ist und sein Gegenüber der andere. Die klar abgegrenzte Alterität, die einer für den anderen hat, macht es notwendig, sich durch Mitteilungen, seien es sprachliche oder affektive, zu verständigen. Nur so kann der eine dem anderen vermitteln, wer er ist und was er will und es kommt ein Aushandlungsprozess zustande, der z.B. auf Distanzierung und Abgrenzung oder auf Annäherung und Verbundenheit hinausläuft. Die fehlende Fähigkeit zur Selbst-Objekt-Differenzierung

hat gravierende Folgen für das Erleben des Selbst und für die Gestaltung der Beziehungen“ (Rudolf 2020:124).

Krise

„Krise ist durch den Verlust des seelischen Gleichgewichts gekennzeichnet, wenn ein Mensch mit Ereignissen oder Lebensumständen konfrontiert wird, die er im Augenblick nicht bewältigen kann, da sie seine bisherigen Problemlösungsfähigkeiten übersteigen“ (Cullberg 2008:17).

Mentalisieren

“Mentalisieren bezeichnet die imaginative Fähigkeit, eine möglichst angemessene Vorstellung von inneren Zuständen wie Gefühlen, Gedanken, Absichten und Motiven bei sich selbst und bei anderen zu entwickeln, um damit verbales wie nonverbales menschliches Verhalten zu interpretieren. Als explizites Mentalisieren bezeichnet es zudem die nachdenkliche, revisionsbereite Beschäftigung mit diesen Vorstellungen von inneren Zuständen, also eine Auseinandersetzung mit dem unmittelbaren Mentalisieren auf Metaebene” (Rottländer 2020:21).

Paarbeziehung

Um den Begriff der Paarbeziehung zu erklären, bietet sich folgende Definition der Zweierbeziehung nach Lenz an: „Unter einer Zweierbeziehung soll ein Strukturtypus persönlicher Beziehung zwischen Personen unterschiedlichen oder gleichen Geschlechts verstanden werden, der sich durch einen hohen Grad an Verbindlichkeit (Exklusivität) auszeichnet, ein gesteigertes Maß an Zuwendung aufweist und die Praxis sexueller Interaktion einschließt bzw. eingeschlossen hat“ (Lenz 1998:45).

Partnerschaft: “Die »Merkmalsträger« von Partnerschaften sind nicht Individuen, sondern Dyaden” (Grau & Bierhoff 2003:15). Neben den von außen beobachtbaren Verhaltensmustern werden persönliche Beziehungen - wie etwa Partnerschaften - wesentlich dadurch bestimmt, wie von beiden Beziehungspartnern die Paarbeziehung mental repräsentiert wird (vgl. ebd.). Beziehungsrepräsentationen, die sich als Beziehungsschemata beschreiben lassen, bestehen aus folgenden drei Elementen:

1. dem Bild vom Partner in der Beziehung
 2. dem Bild der eigenen Person in der Beziehung und
 3. dem Bild von der Interaktion zwischen beiden Beziehungspartnern
- (Baldwin zit. n. Grau & Bierhoff 2003:15).

Prävention

„Prävention bezeichnet eine bestimmte Perspektive, die einen Zusammenhang zwischen gegenwärtigen Maßnahmen und dem Nichtauftreten eines zukünftigen Problems beobachtet“ (Hafen 2023:368).

Ritual

„[...] Ritual kennzeichnet eine Handlungspraxis nach festgelegter Ordnung [...] Aus systemischer Sicht bezeichnet ein Ritual eine Folge von ausdrucksvollen und standardisierten individuellen oder kollektiven Verhaltensweisen und dient der kognitiv-emotionalen und sozialen Stabilisierung in instabilen Lebenssituationen. Systemtheoretisch handelt es sich bei einem Ritual um einen Ordnungs-Übergang, d.h. ein System wandelt seinen Zustand in eine neue Ordnung“ (Vogt 2023:398).

Stress

„Unter Stress wird die starke Beanspruchung eines Organismus durch innere oder äußere Reize verstanden. Die evolutionär betrachtet lebenswichtige Aktivierung des Organismus in Bedrohungssituationen ist heutzutage häufig mit negativen Auswirkungen für Körper und Psyche verbunden. Da Stress durch die Interaktion einer Person mit ihrer Umwelt entsteht, können Präventionsmaßnahmen sowohl auf Individualebene als auch auf struktureller und gesellschaftlicher Ebene ansetzen“ (Ernst et al. 2022).

Stressbewältigung (Coping)

„Als Coping werden alle kognitiven und verhaltensbezogene Anstrengungen des Organismus bezeichnet, die die vom Stressor ausgehende Bedrohung zu reduzieren und das eigenen Gleichgewicht wiederherzustellen“ (Ernst et al. 2022).

Triade

„Als 'Triade' wird in der Familienpsychologie das Beziehungssystem zwischen drei Personen bezeichnet. Dazu gehört die erste Triade im Leben aus Vater, Mutter und Kind, aber auch andere familiäre Beziehungen oder Beziehungen zwischen drei Personen“ (Eickhorst & Cierpka 2023:494). In einem Dreieck führen dabei positive Beziehungen zwischen Dyaden, also Vater-Mutter, Mutter-Kind und Vater-Kind zu einem gut funktionierenden Beziehungsgefüge (vgl. ebd.).

Weitere zentrale Begriffe werden direkt im Text der Masterthesis erläutert.

2.2 Bindungstheorie

“Die Bindungstheorie gehört heute zu den durch empirische, insbesondere prospektive Längsschnittstudien am besten fundierten Theorien über die psychische Entwicklung des Menschen” (Brisch 2006:35). Sie betrachtet die Persönlichkeits- und Beziehungsentwicklung hauptsächlich aus tiefenpsychologischer Sicht (vgl. Birnbaum 2012:23). Am Anfang, in den 1950er Jahren, stand die Mutter-Kind-Beziehung im Mittelpunkt der Bindungsforschung (vgl. ebd.). Ihr Entwickler, der britische Psychoanalytiker John Bowlby hat seine evolutionsbiologisch begründete und verhaltensbiologisch ausgerichtete Bindungstheorie mit Hilfe der Studien der in Uganda und den USA forschenden Entwicklungspsychologin Mary Ainsworth empirisch belegen können (vgl. Grossmann & Grossmann 2019:17). In seiner Theorie betrachtet Bowlby Mutter und Säugling als Teilnehmer in einem sich wechselseitig bedingenden und selbstregulierenden System (vgl. Brisch 2006:35). Das Wechselspiel zwischen kindlichen Ausdrucksbewegungen und der mehr oder weniger feinfühlig mütterlichen Reaktion auf das kindliche Verhalten führt zu spezifischen Bindungsmustern zwischen Mutter und Kind (vgl. Grossmann & Grossmann 2019:17). Als klassische Bindungskategorien wurden zunächst die Kategorien sicher / unsicher-vermeidend und unsicher-ambivalent eingeführt. Später wurde dann noch die Kategorie der Desorganisation hinzugefügt (vgl. ebd.). Mit dieser Kategorisierung kann beschrieben werden, ob die Mutter als Bindungsperson dem Kind als sichere Basis zur Verfügung steht. Davon abhängig ist es dem Kind mehr oder eher weniger möglich, sich sicher zu fühlen und zu explorieren, d.h. eine fremde Welt zu erforschen (vgl. ebd.). Mit der Entwicklung des sogenannten ‘Fremde – Situation - Tests‘ gelang es Mary Ainsworth, die Bindungsmuster von einjährigen Kindern zu ihren Müttern zu beschreiben und die Bindungssicherheit der Kinder zuverlässig festzustellen (vgl. ebd.). Mit zeitlichem Abstand zum Ursprung der bindungstheoretischen Forschung von Bowlby und Ainsworth kann heute festgestellt werden, dass beiden Forschern ein ethologischer Zugang zur Persönlichkeitsentwicklung des Menschen geglückt ist (vgl. ebd.). Daher soll im nächsten Abschnitt auf die Paarbeziehung als Bindungsbeziehung eingegangen werden.

2.3 Paarbeziehung als Bindungsbeziehung

Der Psychologe Christian Roesler beschreibt in dem Lehrbuch *Paarprobleme und Paartherapie* (2018), dass die Bindungstheorie für das Gebiet der Eltern-Kind-Beziehung sehr gut erforscht und empirisch belegt ist (vgl. ebd.:126). Sie wird zudem in der therapeutischen Beziehung und vielen anderen Bereichen der Psychologie angewandt (vgl. ebd.). Inzwischen hat sich die Bindungsforschung zu einem komplexen Arbeitsfeld entwickelt und bezieht dabei zunehmend Bindungen im Erwachsenenalter, insbesondere Paarbeziehungen mit ein (vgl. Birnbaum 2012:23). Die Entwicklungspsychologen Grossmann & Grossmann beschreiben, dass sicher gebundene Erwachsene im Bindungsinterview (Adult Attachment Interview) über eine sichere Bindungsrepräsentation von sich verfügen und dadurch ebenfalls sichere innere Arbeitsmodelle sowohl von sich als auch von anderen haben (vgl. Grossmann & Grossmann 2019: 27). Dadurch ist es ihnen möglich, sich in die Lage einer anderen Person hineinzusetzen und deren Bedürfnisse nachzuvollziehen (vgl. ebd.). Gleichzeitig werden sowohl eigene Bindungsbedürfnisse als auch Explorationsbedürfnisse wertgeschätzt und zugelassen (vgl. ebd.). Hilfe annehmen zu können und Hilfe zu geben gelingt sicher Gebundenen ebenfalls gut (vgl. ebd.). All die oben genannten Punkte werden bei Menschen mit unsicheren Arbeitsmodellen weniger oder gar nicht erreicht, wodurch sie in ihrem Leben immer wieder aufs Neue Begrenzungen erfahren (vgl. ebd.). Auch die Psychologin Kirsten von Sydow beschreibt (2017) dass erwachsene Paarbeziehungen aus wissenschaftlicher Sicht als Bindungsbeziehungen zu deuten sind (vgl. ebd.:87).

„Sowohl zwischen Mutter (Vater) und Kind als auch zwischen den Liebespartnern ist intimer Körperkontakt bedeutsam, eine Trennung löste intensive Trauer aus und gute Beziehungserfahrungen haben jeweils positive Auswirkungen auf die seelische und körperliche Gesundheit. Aus soziobiologischer Perspektive bietet die langfristige Bindung an einen Partner reproduktive Vorteile, da sie dem verbesserten Schutz von Nachkommen dient“ (vgl. ebd.).

Da die Emotionsregulation bei Menschen grundsätzlich dyadisch begründet ist, kann von einem gemeinsamen emotionalen Regulationssystem in Paarbeziehungen ausgegangen werden (vgl. Roesler 2018:127). Empirisch wird eine enge Korrelation zwischen der Bindungserfahrung in der Herkunftsfamilie und der Bindungsfähigkeit der Partner in einer Paarbeziehung belegt (vgl. Roesler 2018:125). Dabei zeigt sich, dass eine sichere Bindungsrepräsentation förderlich für langfristige Partnerschaften ist (vgl. ebd.: 126). Ob-

wohl auch Partnerschaften mit unsicheren Arbeitsmodellen zeitlich stabil sein können, werden Aggression und Gewalt in Paarbeziehungen konsistent mit Bindungsunsicherheit verknüpft (vgl. ebd.). Anders als das asymmetrische Beziehungsgefüge zwischen Eltern und Kind zeichnet sich die Paarbeziehung durch Symmetrie aus, d.h. beide Partner dienen einander gegenseitig „als Quelle der Sicherheit für die emotionalen Bedürfnisse des Anderen“ (Berlin Cassidy 1999 zit. n. Stöcker et al. 2003:146). Um bindungsrelevante Themen im Hinblick auf Erfahrungen in der Partnerschaft abzubilden, wurde ein sogenanntes Partnerschaftsrepräsentationsinterviews entwickelt, das die mentale Repräsentation von Partnerschaft abbildet (vgl. Grossmann & Grossmann 2019: 28). Dabei betrachtet die Bindungstheorie das Entstehen intimer Partnerschaften als eine Entwicklungsaufgabe zweier Individuen, deren romantische Liebe einen Bindungsprozess darstellt (vgl. Stöcker et al. 2003:159). Dieser Prozess ist abhängig von den individuell unterschiedlichen Bindungsgeschichten beider Partner zu ihren früheren Bezugspersonen der Kindheit (vgl. ebd.). Damit lässt sich erklären, weshalb auch im Erwachsenenalter das Bindungssystem durch Angst auslösende, herausfordernde oder konflikthafte Interventionen aktiviert werden kann (vgl. ebd.). Es wird aus dem gleichen Grund und mit demselben Ziel wie in der Kindheit aktiviert, d.h. aus dem Bedürfnis heraus, die Nähe zum Bindungspartner aufrecht zu halten (vgl. ebd.). Das dabei gezeigte Verhaltensrepertoire ist abhängig von der selbst erfahrenen Bindungssicherheit, da erst sichere internale Arbeitsmodelle eine kognitive Auseinandersetzung mit den eigenen Emotionen auf der Metaebene ermöglichen und dadurch eine konstruktive Konfliktregulation beim Paar begünstigen (vgl. ebd.: 160). Der wissenschaftliche Ansatz der Bindungstheorie hat somit einerseits dazu beigetragen, das Entstehen negativer Paardynamiken besser zu verstehen, und andererseits aufgezeigt, wie diesen begegnet werden kann (vgl. ebd.). Bereits während eines verbindlichen Zusammenlebens als Paar - noch ohne Kinder – werden einige wesentliche Entwicklungsschritte von beiden Partnern gefordert. So sind beispielsweise die Themen 'gemeinsame Wertvorstellungen', 'Distanz, Intimität und Nähe', 'Beziehung zu den Herkunftsfamilien' Herausforderungen, die sich einem jungen Paar stellen und gemeinsam zur Zufriedenheit beider zu entwickeln sind (vgl. Frevert et al. 2008:178). Welche Herausforderungen sich einem Paar bei der Familiengründung stellen, ist Thema des folgenden Kapitels.

2.4 Familiengründung: Themen im Übergang zur Elternschaft bzw. Erweiterung der Familie

„Nahezu alle Lebensbereiche, alle Beziehungen gestalten sich neu, wenn Paare ein Kind erwarten. Mann und Frau betreten Neuland, wenn sie Eltern werden“ (Tillmetz & Themessel 2013:12)

Dieses Zitat lässt erahnen, welche großen Veränderungen mit der Gründung einer Familie einhergehen. Bevor auf die Paarbeziehung im Übergang zur Elternschaft bzw. Erweiterung der Familie eingegangen wird, sollen im nächsten Abschnitt die Aufgaben der Familie früher und heute einander gegenübergestellt werden.

2.4.1 Familien heute und früher

Zunächst ist herauszustellen, dass im Gegensatz zu den eher pragmatischen und der Existenzsicherung dienenden Aufgaben der Familie in früheren Zeiten, die Funktion der Familie im 21. Jahrhundert stärker psychosozialer Natur ist (vgl. Bodenmann 2013:84). Folglich ist die Beziehungsgestaltung der einzelnen Familienmitglieder zueinander ins Zentrum der Familie gerückt, und dadurch wird in ihr verstärkt auf Bindung, Erziehung und Emotionsregulation fokussiert (vgl. Bodenmann 2013:81). Das zeigt sich auch darin, dass körperliche, emotionale und kognitive Intimität sowie gemeinsame Ziele, Solidarität und Fürsorge familiäre Beziehungen prägen (vgl. ebd). Der Funktionswandel der Familie im Laufe der Geschichte ist daher auch mit vielen neuen Herausforderungen für die Paarbeziehung bei Gründung einer Familie verbunden. Da bereits während der Schwangerschaft die Bewältigung des Übergangs zur Elternschaft einsetzt, sollen zur Veranschaulichung der dabei ablaufenden psychologischen Prozesse die einzelnen Phasen der Familiengründung mit Beginn der Schwangerschaft bis zum ersten Lebensjahr des Kindes im Folgenden skizziert werden.

2.4.2 Phasenmodell des Übergangs in Schwangerschaft und erstem Lebensjahr.

Da die Veränderungen im Übergang zur Elternschaft mit Beginn der Schwangerschaft einsetzen und eng mit dem biologischen Prozess von Schwangerschaft, Geburt und erstem Lebensjahr des Kindes verknüpft sind, lassen sie sich gut in einem Modell darstellen. Ein solches Phasenmodell wird 1988 von

der Familienpsychologin Gabriele Gloger-Tippelt aufgestellt (vgl. Hantel-Quitmann 2016:74). Sie unterteilt das Modell in zwei Zeiträume: einen intrauterinen Zeitraum vom Beginn der Schwangerschaft bis zur Geburt des Kindes und einen extrauterinen Zeitraum ab Geburt des Kindes bis zu dessen erstem Lebensjahr (vgl. ebd.). Diese werden wiederum in vier vorgeburtliche und drei nachgeburtliche Abschnitte unterteilt (vgl. ebd.).

Intra-uteriner Zeitraum:

Die Frühschwangerschaft (circa bis zur 12. Schwangerschaftswoche (SSW)) stellt eine *Phase der Verunsicherung und Ambivalenz* dar (vgl. Gloger-Tippelt 2005 zit. n. Jungbauer 2022:50f).

Von der 12. SSW bis zur 20. SSW findet eine psychische und physische Gewöhnung an die Schwangerschaft statt, sodass von einer *Anpassungsphase* gesprochen wird (vgl. ebd.).

Die *Konkretisierungsphase* von der 20. bis zur 32. SSW wird häufig als die schönste Phase der Schwangerschaft bezeichnet (vgl. ebd.). In dieser Zeit werden die Kindsbewegungen deutlich wahrgenommen, was dazu führt, dass die Vorstellung des Mutter - / Vater - / Elternseins zunehmend vorweggenommen wird und in das Selbstkonzept der werdenden Eltern integriert wird (vgl. ebd.).

Die letzte Schwangerschaftsphase von der 32. SSW bis zum Geburtstermin wird als *Antizipations – und Vorbereitungsphase* bezeichnet (vgl. ebd.). In diesem Zeitraum nehmen die körperlichen und psychischen Beschwerden der Schwangeren zu und das Paar erlebt den Alltag stark von dem bevorstehenden Ereignis der Geburt geprägt, da nun konkrete Vorbereitungen für die Ankunft des neuen Familienmitglieds zu erledigen sind (vgl. ebd.).

Extra-uteriner Zeitraum:

Mit der Geburt des Kindes und in den ersten zwei Monaten danach spricht man von der *Überwältigungsphase* (vgl. ebd.). Trotz intensiver Glücksgefühle in den Baby- Flitterwochen erleben die meisten Eltern eine Zeit großer physischer und psychischer Erschöpfung, da der Alltag mit Baby sehr viele Anforderungen an sie stellt und sie wenig Zeit zur Erholung haben (vgl. ebd.). In dieser Zeit sind unterschiedlich stark ausgeprägte Stimmungskrisen sowohl bei den Müttern als auch bei den Vätern beobachtbar.

Die Zeit bis zum 6. Lebensmonat des Kindes wird von Gloger-Tippelt als die Phase der *Umorientierung* bezeichnet. Hier etablieren sich neue Routinen der

Pflege und Versorgung im Familienalltag (vgl. ebd.). Vom 7. Lebensmonat an bis zum ersten Geburtstag des Kindes spricht man von der *Gewöhnungsphase* (vgl. ebd.). Die Eltern sind in der Regel vertraut mit der neuen Situation und es gelingt ihnen gut, die Elternrolle stabil in ihr Selbstkonzept und die Partnerschaft zu integrieren (vgl. ebd.).

2.4.3 Veränderungen in der Partnerschaft, die durch die Elternschaft ausgelöst werden.

Bereits 1992 beschreibt das US-amerikanische Psychologenehepaar Carolyn und Philip Cowan in seinem Buch *'Wenn Partner Eltern werden: Die große Lebensveränderung für Paare* fünf Ebenen der Veränderungen beider Partner beim Übergang zur Elternschaft. So werden die Veränderungen auf der individuellen Ebene, auf der Paar- und Beziehungsebene, der Eltern-Kind Ebene, der Ebene der Herkunftsfamilien und zuletzt der Ebene der sozialen und ökonomischen Randbedingungen aufgelistet (vgl. Eckert, 1999:137).

Auch in der 2002 veröffentlichten großen Familienstudie *Paare werden Eltern. Die Ergebnisse der LBS - Familien – Studie*, einer empirischen Untersuchung zum Übergang vom Paar zur Familie des Anthropologen und Entwicklungspsychologen Wassilios Fthenakis und seinen Kollegen, werden drei gewichtige Aspekte der Familiengründung in den Blick genommen (vgl. Fthenakis et al. 2002). Diese drei Perspektiven beziehen sich dabei auf

- die Bewältigung kritischer Ereignisse und Übergänge:
Hier ist die Fragestellung der Studie, wie es dem Paar nach Geburt eines Kindes gelingt, diese normative Krise zu meistern und in der Elternrolle anzukommen (vgl. ebd.:17).
- die Personenwahrnehmung und soziale Kognition:
Hier ist die Fragestellung, wie beide Partner ihre Beziehung erleben und welches Bild sie voneinander haben (vgl. ebd.).
- die kulturellen und sozialen Kontexte der Entwicklung:
Hier gibt es unterschiedliche Fragestellungen:
u.a. welchen Einfluss die Veränderung der Frauen - und Mutterrolle bzw. der Männer – und Vaterrolle auf die Partnerschaft haben? Wie der Umgang mit Stress gelingt, der durch die Gleichzeitigkeit von Kindern, Karriere, Bildung, Partnerschaft und Selbstverwirklichung entsteht? Und

welchen Einfluss die neuen Medien dabei auf die zeitlichen Ressourcen junger Familien haben? (vgl. Hantel-Quitmann 2013:71).

Fthenakis resümiert, dass all diese Kontextfaktoren die Entwicklung prägen, „indem sie Ressourcen bereitstellen, Handlungsspielräume vorgeben und bestimmte Anforderungen definieren“ (Fthenakis 2002:18).

Abschließend soll der Aachener Entwicklungs- und Familienpsychologen Johannes Jungbauer zu Veränderungen in der Paarbeziehung durch die Elternschaft zitiert werden. In dem Lehrbuch *Familienpsychologie kompakt* (2022) stellt er heraus, dass als erstes die strukturelle Erweiterung von der Dyade des Paares zur Triade der Familie zu nennen ist, da sie sowohl verbindend als auch trennend zugleich sein kann (vgl. ebd.:52). Das hat große Auswirkungen auf die Rollenfindung der Partner, auf ihr Verhalten und die gemeinsame Kommunikation (vgl. ebd.:51). Diese Veränderungen fordern die jungen Eltern heraus, ein neues familiäres Gleichgewicht zu suchen. Dies ist umso mehr notwendig, als die Geburt des Kindes häufig zu einer Verschlechterung der Paarbeziehung durch:

- eine Verstärkung der geschlechtsspezifischen Arbeitsteilung
- eine Veränderung des Selbstbildes
- eine Veränderung der Paarkommunikation
- einer Beeinträchtigung von Sexualität und Nähe und
- einer Abnahme der Partnerschaftszufriedenheit führt (vgl. ebd.:53).

Gleichwohl die wissenschaftlichen Befunde zu individuellen Einschränkungen und zur Erosion der Partnerschaftsqualität durch die Geburt eines Kindes ernüchternd sind, beschreibt er neben den Entwicklungsrisiken beim Übergang vom Paar zur Familie ebenso die Entwicklungschancen der Familiengründung. Diese sollen im Folgenden ebenfalls benannt werden:

- eine Förderung der individuellen Persönlichkeitsentwicklung
- ein Erfahren von Sinnhaftigkeit im Leben mit Kindern
- ein Gefühl der Zugehörigkeit als Chance für die die Partnerschaft
- eine Stärkung des Zusammenhalts der Generationen (vgl. ebd.:55f).

Nachdem die Veränderungen eines Paares beim Übergang zur Elternschaft aufgezeigt wurden, soll im nächsten Kapitel auf die Bindungsarbeit nach Raffai und Hidas eingegangen werden.

3 Theoretischer Hintergrund zur Bindungsanalyse nach Raffai und Hidas

„Die Gebärmutter ist die erste Schule des Lebens und wir alle haben sie besucht“ (Chamberlain 1990).

Über lange Zeit wurde die Bedeutsamkeit der vorgeburtlichen Zeit weder in der Medizin noch in der Gesellschaft anerkannt. Durch eine wachsende Anzahl von Forschungsergebnissen, insbesondere aus der Psycho-Neuro-Endokrino-Immunologie (PNEI) wurden zwischenzeitlich viele der Thesen und Erkenntnisse der prä - und perinatalen Psychologie bestätigt (vgl. Duesmann 2021:12). Im folgenden Kapitel sollen die Anfänge dieser Psychologierichtung beschrieben und die Bindungsanalyse, als Teil der prä – und perinatalen Psychologie vorgestellt werden.

3.1 Die Anfänge der prä - und perinatalen Psychologie

Noch bis in die späten 1980er-Jahre wurden Babys ohne Narkose operiert, da man davon überzeugt war, dass Neugeborene keine Schmerzen empfinden können, da ihre Nerven noch nicht genug ausgereift seien und ihr Schreien, Weinen oder Abwehrbewegungen bloße Reflexe seien. (vgl. Sanides 1991) Dass Ungeborene und Säuglinge keine »Reflexwesen« sind, ist heute unumstritten. Ein kurzer geschichtlicher Überblick soll den Weg dahin nachzeichnen. Der Wandel von einer rein biologischen bzw. medizinischen Sicht hin zu einer „psychologischen Perspektive“ (Janus 2000:9) zeichnete sich im öffentlichen Bewusstsein erst Ende der 70er bzw. Anfang der 80er Jahre ab. Beispielhaft hierfür stehen die Veröffentlichungen der beiden Bücher: *Geburt ohne Gewalt* des französischen Geburtshelfers Frederick Leboyer und *Das Seelenleben des Ungeborenen* des kanadischen Psychiaters Thomas Verny. (vgl. ebd.). Die Psychoanalytiker Otto Rank und Gustav Hans Graber hatten bereits 1924 – also fast 50 Jahre zuvor und abseits des damaligen psychologischen Konsens - mit ihren Büchern *Das Trauma der Geburt* und *Die Ambivalenz des Kindes* eine Denk- und Praxisgeschichte der pränatalen Psychologie begründet (Evertz et al. 2014: Vorwort). Die Fülle der Beobachtungen führte zu einem neuen Forschungsfeld und so wurde auf Initiative Grabers 1971 die *Internationale Studiengemeinschaft für Pränatale Psychologie* in Wien gegründet (vgl. ISPPM

2024). Seit 2010 hat sie ihren Sitz in Deutschland trägt den Namen *International Society for Pre- and Perinatal Psychology and Medicine* (ISPPM e.V.) (vgl. ebd.). Wie die Bindungsanalyse in die Geschichte der prä- und perinatalen Psychologie einzuordnen ist, soll im Folgenden dargestellt werden.

3.2 Geschichte und Einordnung der Bindungsanalyse in die prä - und perinatale Psychologie

Die Bindungsarbeit nach Raffai und Hidas ist eine noch junge Methode. Sie wurde als Mutter-Kind-Bindungsanalyse in den frühen 1990 Jahren von den beiden Psychoanalytikern Jenő Raffai (1954 - 2015) und György Hidas (1925 - 2012) in Ungarn entwickelt. Jenő Raffai beobachtete in seiner stationären Arbeit mit schizophrenen Jugendlichen, dass bei seinen Patienten eine besondere Situation ihrer Psychodynamik vorlag (vgl. Schroth 2014:549f). So stellte er „einen Mangel an persönlichen inneren Grenzen zwischen den Patienten und ihren Müttern in der frühen Entwicklung“ fest (ebd.). Diese frühe Entwicklungsphase konnte von Raffai später auf die Zeit der Schwangerschaft eingrenzt werden (vgl. ebd.). Wenn die inneren Grenzen zwischen Mutter und Fetus unklar waren, bewirkte es beim Kind – dem späteren Patienten - eine Konfusion der Realitätswahrnehmung hinsichtlich der Zuordnung seiner Handlungsmotive, sodass es nur ein WIR und kein ICH oder DU gab (vgl. ebd.). Was sich häufig in einer stark abhängigen und ambivalenten Beziehung des Patienten zu seiner Mutter zeigte (vgl. Schroth 2015a). Gemeinsam mit seinem Lehranalytiker Hidas hatte Raffai zunächst den Plan, eine entsprechende Therapie für die psychotisch Erkrankten an einer Klinik anzubieten (vgl. Blazy 2012:128). Dieses Vorhaben scheiterte jedoch an der damit verbundenen finanziellen Herausforderung (vgl. ebd.). „Nun, jede schwangere Mutter trägt ihr Kind in sich, da braucht es kein ganzes Krankenhaus“ (ebd.). Durch diesen Gedanken wurde eine »sozusagen kopernikanische Wende« möglich, weg von der Therapie hin zur Prävention (vgl. ebd.). So entstand die Idee, einen präventiven Behandlungsweg für Schwangere zu entwickeln, der es der werdenden Mutter und dem noch Ungeborenen ermöglichte, späteren psychotischen Wahrnehmungsstörungen vorzubeugen. Die hierfür notwendige Fähigkeit war, „diese inneren Grenzen der Persönlichkeiten klar wahrzunehmen und zu differenzieren“

(Schroth 2014:549). Aus diesem Forschungsansatz entwickelte sich die Bindungsanalyse. Mit Unterstützung des Heidelberger Psychoanalytikers Ludwig Janus starteten 2004 erste Ausbildungskurse in Deutschland (vgl. Götz-Schroth 2019:7).

2020 wurde dann ein eigener Verein für diese Form der pränatalen Bindungsförderung gegründet. Auf seiner Webseite beschreibt der *Verein für Bindungsanalyse e.V.* seine Ziele hinsichtlich der Familien. So sollen die werdenden Eltern in der Schwangerschaft emotionale Unterstützung erhalten und chronischer Stress, Angst und Depressionen in der Schwangerschaft verhindert oder zumindest vermindert werden. Ein weiteres Ziel des Vereins nimmt die Kinder in Blick und strebt die „Frühprävention seelischer und körperlicher Erkrankungen durch Bindungsstörungen mit Hilfe der Bindungsanalyse“ an (ebd.).

3.3 Das Konzept der Bindungsanalyse

Ludwig Janus beschreibt in seinem Buch *Der Seelenraum des Ungeborenen* (2000), dass es schon immer ein intuitives Wissen davon gab, „daß das Befinden und Erleben der Mutter während der Schwangerschaft für die spätere Entwicklung des Kindes von Bedeutung ist“ (Janus 2000:12). Das Konzept der Bindungsanalyse negiert dieses intuitive Wissen nicht, sondern kann es mit einer psychologischen Theorie der intrauterinen Vorgänge und der fötalen Entwicklung begründen und erweitern. Sie geht davon aus, dass in der vorgeburtlichen Entwicklung Reifungsprozesse und Erfahrungen zusammenspielen. und ermöglicht dadurch ein systemisches Verstehen der Schwangerschaft sowohl aus psychodynamischer als auch aus psychosomatischer Sicht (vgl. Hörndler 2014). So vollzog sich in der Säuglingsforschung der Wandel vom Säugling als »Reflexwesen« zum »kompetenten« Säugling (vgl. Dornes 2009:22). Und in der Bindungsforschung wurde aufgezeigt, dass in dieser präverbalen und präsymbolischen Zeit der ersten 18 Lebensmonate unsere primären Beziehungsmuster zu uns selbst und zu unserer Umgebung entwickelt und geformt werden (vgl. ebd.). Der Entwicklungspsychologe Rien Verdult schlägt daher in seinem Artikel: *Pränatale Bindungsentwicklung - auf dem Weg zu einer pränatalen Entwicklungspsychologie* vor, die von John Bowlby entwickelte Bindungstheorie auch auf die Pränatalzeit auszudehnen (vgl. Verdult 2014:206). So werden in

der Bindungsanalyse der Bindungs- und Beziehungsaufbau zwischen Mutter und ungeborenem Kind durch dialogische, emotionale Kommunikation und gegenseitiges Kennenlernen bereits vor der Geburt gefördert (vgl. Karrasch, C. 2019). Weitere wesentliche Aspekte der in der Bindungsanalyse zu bearbeitenden Prozesse befassen sich mit dem Körper selbst und der Ich-Entwicklung des Fetus, dem intrauterinen Mehrgenerationenraum und der entwicklungspsychologischen Aufgabe der Persönlichkeitsreifung der werdenden Mutter (vgl. Hörndler 2014). In Abschnitt 3.5 werden die oben aufgelisteten Elemente der Bindungsanalyse ausführlich dargestellt.

Die Absicht dabei ist, eine bestmögliche Bindung während der Schwangerschaft zwischen Mutter und ungeborenem Kind zu fördern. Die aktuelle Forschungsliteratur weist darauf hin, dass pränatale Bindungsförderung einen Schutzfaktor für die Mutter-Kind-Bindung nach der Geburt und die kindliche Entwicklung darstellt (Gioia et al. 2023). Welche Auswirkungen eine pränatale Bindungsförderung auf die Vater- Kind Bindung nach der Geburt und die kindliche Entwicklung darstellt, rückt ebenfalls zunehmend in den Vordergrund (vgl. Blazy 2001 zit. n. Hidas & Raffai 2021:99). So steigt während der Schwangerschaft die Konzentration des weiblichen Geschlechtshormon Östradiol im Blut des werdenden Vaters an, während gleichzeitig die Konzentration der männlichen Hormone abnimmt (vgl. ebd.). Daraus kann abgeleitet werden, dass auf psychischer Ebene die werdenden Väter auf ihre eigene Zeit als Fetus regredieren. Das erlaubt ihnen, mit ihrem Baby auf unbewusster Ebene genauso wie die Schwangere zu kommunizieren (vgl. ebd.).

Obwohl der Ursprung der Bindungsanalyse psychoanalytisch ist, handelt es sich nicht um Psychotherapie. Diese Form der Begleitung - als eine Maßnahme der Prävention - steht allen werdenden Müttern offen (vgl. Buchebner-Ferstel & Geserick 2016:13). Das zeigt sich auch darin, dass die Bindungsanalyse durch verschiedene Berufsgruppen, die rund um Schwangerschaft und Geburt angesiedelt sind, angeboten wird. (vgl. ebd.).

3.4 Bindungsanalyse zwischen Mutter Kind als ein präventiver Behandlungsweg

Den Entwicklern der Bindungsanalyse war sehr früh bewusst, dass die werdende Mutter und ihre Umwelt die Psyche des Ungeborenen beeinflusst. „Es ist

keine Frage, ob Babys eine funktionierende Psyche haben. Die Frage ist, wie wir diese Psyche für die Mütter verstehbar und reflektierbar machen können, damit sich zwischen den beiden ein fruchtbarer Dialog entwickeln kann“ (Hidas & Raffai 2021:101). Und so sahen sie es als ihre Aufgabe an, dem Fetus ein Spüren dahingehend zu ermöglichen „dass er einen eigenen, von der Mutter getrennten Körper und infolgedessen auch eine eigene Erlebniswelt und eigene Identität, hat“ (Hidas & Raffai 2021:97). Dieses fetale Selbstbewusstsein und die fetale Selbstwahrnehmung können nur durch die subjektive Rückspiegelung durch eine andere Person entstehen (vgl. ebd.). Das bedeutet, dass dazu eine Beziehung notwendig ist (vgl. ebd.). Im Umkehrschluss heißt das: »Der nicht zur Kenntnis genommenen Fetus ist auch für sich selbst weder ein selbständiges Objekt noch ein selbständiges Subjekt, sondern er ist eins mit seiner Mutter, und so verliert er bei der Geburt den mütterlichen Körper, den er als den eigenen wahrnimmt« (Vas, 2001:322-332 zit. n. Hidas & Raffai 2021:97). In einer finnischen Studie von Huttunen & Niskanen 1978, wurden die Auswirkungen der mütterlichen Trauer in der pränatalen Zeit - also eine fehlende Rückspiegelung des Kindes durch die Mutter als eine andere Person - auf den Säugling deutlich gemacht. In dieser Studie wurden Säuglinge zweier Gruppen miteinander verglichen, deren Väter (Gruppe A) bereits in der Schwangerschaft verstorben waren oder (Gruppe B) erst nach Geburt des Kindes verstorben waren. Später wurde festgestellt, dass das Auftreten psychotischer Erkrankungen in der ersten Gruppe signifikant erhöht zur Vergleichsgruppe war. (vgl. Huttunen & Niskanen 1978: zit. n. Hidas&Raffai 2021:98). Wie das Trauma der Schwangeren auf den Fetus übertragen wurde und damit beim Fetus die Ausbildung von Körpergrenzen behinderte, führte Raffai und Hidas zu ihrer Fragestellung der Prävention (vgl. ebd. 2021:98).

Letztendlich gelang es den beiden ungarischen Psychoanalytikern durch die eigene therapeutische Erfahrung einerseits und durch die Auseinandersetzung mit der Fachliteratur zur pränatalen Psychologie andererseits einen präventiven Behandlungsweg zum Bindungsaufbau zwischen der Schwangeren und ihrem ungeborenen Kind zu entwickeln (vgl. ebd.). Das Ziel, das sie mit ihrer Methode verfolgen, ist, die natürliche Mutter-Kind-Kommunikation so zu stärken, dass eine vertiefte Bindung - frei von unbewussten inneren Konflikten der Mutter - zwischen beiden entstehen kann (vgl. Buchebner-Ferstel & Geserick 2016:13).

3.5 Ablauf und Setting der Bindungsanalyse

Die Durchführung der Bindungsanalyse folgt klaren Regeln und orientiert sich bei der Anwendung spezifischer Techniken am pränatalen Alter des Kindes, welches in Schwangerschaftswochen (SSW) ausgedrückt wird. Raffai und Hidas empfehlen, noch vor der 20. SSW mit der Bindungsanalyse zu beginnen (Schroth 2014:550). Die in der Regel einstündigen Sitzungen finden ein- bis zweimal wöchentlich statt, so dass eine vollständige vorgeburtliche Bindungsförderung 20 bis 30 Sitzungen umfasst (vgl. Schroth 2015a). Obwohl es sich bei der Bindungsanalyse nicht um eine Psychotherapie handelt, ähneln die Rahmenbedingungen einer Psychoanalyse (vgl. Schroth 2014:550). Im dyadischen Setting der Schwangeren mit der Bindungsanalytikerin wird der liegenden Schwangeren zunächst eine Entspannung angeboten, die ihr erlaubt, „sich auf die Innenwahrnehmung ihrer körperlichen und seelischen Signale zu konzentrieren“ (ebd.). Diese Tiefenentspannung, das Fokussieren auf den Atem und die körperbezogenen Empfindungen lösen bei der Schwangeren Gefühle, Gedanken oder Phantasien aus, die dann als symbolische Bilder – ähnlich dem nächtlichen Träumen - auf ihrem inneren Bildschirm erscheinen (vgl. ebd.). „Durch das Einstimmen der Schwangeren auf diese inneren Bilder entwickelt sich ein besonderer Kommunikationsweg zwischen Mutter und Ungeborenem, der in beiden Richtungen funktioniert und zur 'Nabelschnur der beiden Seelen' wird“ (ebd.). Diese Situation im geschützten Raum einer therapeutischen Beziehung stellt für die Schwangere selbst etwas wie eine „aufnehmende und Sicherheit gebende Gebärmutter“ dar und erlaubt ihr ein Regredieren zu ihren eigenen Erlebnissen als Fetus und bei der Geburt (Hidas & Raffai 2021:103). Auf diese Art und Weise wird einerseits der Mutter-Kind Kontakt intensiviert, andererseits können mögliche Traumata der Schwangeren aus ihrer eigenen Fetalzeit bzw. dem eigenen Geburtserleben bearbeitet werden (vgl. ebd.). Dies ist insofern von Bedeutung, als ansonsten die werdende Mutter während der Schwangerschaft unbewusst, das heißt ohne jede Filterung, alle ihre nicht verarbeiteten und verdrängten Traumata auf den Fetus überträgt (vgl. Raffai 2015:31). Infolgedessen wird der Entwicklungs- und Differenzierungsprozess des ungeborenen Kindes beeinträchtigt (vgl. ebd.). Raffai hat für dieses 'pränatale Bild', das der Fetus von seiner Mutter entwickelt, den Begriff des "intrauterinen Mutterre-

präsentanten" geprägt (vgl. Hörndler 2014). Den Mutterrepräsentanten ordnet er dabei vier verschiedenen Ebenen zu (vgl. ebd.). Diese vier Ebenen sind:

1. die Ebene der aktuellen Lebensbedingungen und die Erwartungen der Schwangeren sowohl im Hinblick auf das Kind als auch im Hinblick auf den werdenden Vater.
2. die Ebene der ungelösten unbewussten familiären Konflikte sowohl mütterlicher - als auch väterlicherseits.
3. die Ebene der Wiederholung und Reinszenierung der prä- und perinatale Vorgeschichte der jetzt schwangeren Frau.
4. die Ebene des sogenannten „Mehrgenerationen–Intrauterin-Raums“ (vgl. Raffai 2014). Der Fetus lebt in einem komplizierten Beziehungssystem und trägt die Erlebnisse der Vorfahren „durch die sogenannte epigenetische transgenerationale Vererbung in sich“ (Aßmann 2017a:44f).

All diese Ebenen werden im Rahmen der Bindungsanalyse mit der Schwangeren bearbeitet. Zu den Rahmenbedingungen der Bindungsanalyse gehören auch Hausaufgaben für die werdenden Eltern (vgl. Schroth 2015 b). So wird die Schwangere dazu angehalten, täglich im Schaukelstuhl für 15-20 Minuten zu schaukeln, oder der werdende Vater gebeten, den täglichen Kontakt zu seinem Kind über Streicheln der mütterlichen Bauchdecke, Erzählen oder Vorsingen zu pflegen (vgl. ebd.). Im Folgenden soll der Verlauf der Bindungsanalyse mit seinen aufeinander abgestimmten Phasen dargestellt werden.

3.5.1 Anamnese

Zu Beginn der Begleitung stehen das gegenseitige Kennenlernen und der Vertrauensaufbau der Schwangeren zur Bindungsanalytikerin im Vordergrund (vgl. Schroth 2015b). In der Anamnesephase wird mit Hilfe eines strukturierten Erstinterviews die Persönlichkeit der Schwangeren, ihr soziales Netz und die Art der Beziehungen zu ihr emotional wichtigen Personen erfragt (vgl. Hidas & Raffai 2021:102ff). Hierdurch kann eine erste Einschätzung hinsichtlich der persönlichen Reife, der Bindungsfähigkeit und der Belastbarkeit der werdenden Mutter erfolgen (vgl. ebd.). Gleichzeitig erschließt sich der Schwangeren selbst ein Teil ihrer Familiengeschichte, und die Informationen, die im Familiensystem liegen, kommen so in ihr Bewusstsein (vgl. ebd.).

Weitere Themen, die in der Anamnese abgefragt werden, sind u.a.:

- die eigene Embryogenese, Geburt und peripartale Zeit der Schwangeren.
- die Embryogenese, Geburt und peripartale Zeit des Partners
- bedeutsame Ereignisse ihrer Eltern - und Großelterngeneration.
- die Erfahrung eigener wichtiger Übergänge bzw. Krisen im Lebenslauf.
- die Einstellung zur eigenen Weiblichkeit.
- Erfahrungen von Gewalt, Trennung, Verlusten und deren Bewältigung.
- das Erleben von Schwangerschaftsabbrüchen, Tot – oder Fehlgeburten.
- Erfragen der alltäglichen Lebensgewohnheiten der Schwangeren, um ggf. Stress und Überforderungen bewusst zu machen (Hidas & Raffai 2021:102ff).

Siehe auch: **Anhang 1:** Erstinterview nach Jenő Raffai

3.5.2 Babystunden

In den Babystunden berichtet die Schwangere zunächst über ihr Befinden und über die Themen, die sie aktuell beschäftigen (vgl. Schroth 2015 b). Nachdem es in den Anamnesestunden um die Außenwelt der Schwangeren ging, widmen sich die Babystunden der Innenwelt, d.h. dem Kontakt von Mutter und Kind (vgl. ebd.). „Die Imagination, die Fantasie, die Vorstellungskraft ist die Schnittstelle zwischen Innen und Außen, zwischen Psyche und Welt. Imagination entscheidet darüber, wie Menschen die Welt wahrnehmen und sie dann allenfalls auch verändern“ (Kast 2008:2 zit. n. Buchebner-Ferstel & Geserick 2016:19). Ein wesentliches Element der Bindungsanalyse stellt die Technik der Imagination dar (vgl. ebd.). In den Babystunden wird mit dieser Technik gearbeitet (vgl. ebd.). Die Schwangere wird - wie im Abschnitt 3.5. beschrieben – mit Hilfe einer einleitenden Entspannung auf die Begegnung mit ihrem ungeborenen Kind in der Gebärmutter eingestimmt (vgl. Schroth 2015 b). Durch das Nutzen visueller Vorstellungen werden Emotionen verlebendigt und dadurch bearbeitbar (vgl. Bahrke & Nohr 2018:10). Im Fall der Bindungsanalyse kann so durch den Einsatz imaginativer Techniken eine Stabilisierung und Strukturierung der werdenden Mutter erfolgen (vgl. ebd.). Belastende bzw. traumatische - auch pränatale - Erfahrungen der Mutter können so bearbeitet werden (vgl. Buchebner-Ferstel & Geserick 2016:21). Zusätzlich ermöglicht das Imaginieren der Schwangeren,

mit ihrem Ungeborenen in Kontakt zu treten und bereits früh eine Bindung zu ihm aufzubauen (vgl. ebd.).

„Wenn die Kommunikation mit dem Ungeborenen hergestellt ist, beginnt die schwangere Frau, ihrem Baby innere Bilder zu schicken und öffnet sich für bildhafte Antworten vom Baby. [...] Nach einigen Sitzungen tauchen immer mehr Bilder vor dem inneren Auge oder dem inneren Bildschirm auf und der Strom an Informationen und Wissen über das Baby wird stärker und klarer und daraus entwickelt sich ein tiefer innerer Kontakt bereits zu einem frühen Zeitpunkt der Existenz des Babys“ (Schroth 2014:550).

Das Nachdenken und Reagieren der werdenden Mutter auf die Wahrnehmungen und Gefühle ihres Kindes im Mutterleib bewirken, dass ein sogenannter 'sicherer Raum' (Safe Container) für das Ungeborene entstehen kann, indem es sich mit seinen Bedürfnissen gesehen und respektiert fühlt (vgl. ebd.: 552).

Eine weitere wichtige Aufgabe gegen Ende der zweiten Phase und als Vorbereitung auf die Ablösungsphase stellt das Spiegelspiel dar. Es wird ab der 32. SSW zur Körperdifferenzierung zwischen der werdenden Mutter und ihrem ungeborenen Kind eingeführt (vgl. Schroth 2015 b). Damit das 'Ich' des Fetus sich auch aus dem psychischen Bereich der Mutter heraus entwickelt, bedarf es der Differenzierung. Diese ist für das Ungeborene von fundamentaler Bedeutung (vgl. Raffai 2011:51). „Der Fötus nimmt Kenntnis von sich selbst aufgrund des Bildes, das sich im Bewusstsein der Mutter von ihm entwickelt hat“ (ebd.). Im Spiegelspiel stellen sich Mutter und Kind gegenseitig ihre Körpergrenzen vor und der unterschiedlich schnelle Herzschlag beider wird in dieser Sitzung thematisiert (vgl. Schroth 2015 b). Somit wird dem Ungeborenen durch das Spiegeln der Mutter möglich, sich seines Herzens und seiner Körpergrenzen bewusst zu werden und dadurch die eigene Lebensquelle in sich selbst zu erfahren (vgl. Aßmann 2017a:47). Die Babystunden enden mit einem kurzen Nachgespräch über das in der Sitzung Erlebte.

3.5.3 Ablösungsphase

Diese Phase dient der Ablösung und Individuation von Mutter und Kind (vgl. Schroth 2015 b). In der Zeit ab der 37. SSW finden in dichter Abfolge 9 Abschluss-Stunden statt. Diese thematisch festgelegten Einheiten dienen der Vorbereitung der Geburt und der „Verabschiedung des Kindes von der intrauterinen Welt“ (Aßmann 2017a:47). In diesem Prozess des bevorstehenden Abschieds können Gefühle, die mit der Geburt zusammenhängen, wie Liebe und Freude

oder Trauer, Angst und Wut Raum bekommen und integriert werden (vgl. ebd.). In einem Rückblick auf die Schwangerschaft können Mutter und Kind ihr jeweiliges Erleben dem anderen mitteilen. Der Ablauf der Geburt wird detailliert besprochen und das Baby auf die neue Welt vorbereitet. Gleichzeitig erfahren die Eltern, welche große Leistung das Baby mit seiner Geburt vollbringen wird und mit welchen Herausforderungen das Leben außerhalb der Gebärmutter für das Kind verbunden sein wird. Sie werden so auf die Bedürfnisse eines neugeborenen Menschen eingestimmt. In der 9. Stunde wird die Geburt geprobt und das Baby kann zeigen, dass es bereit ist, geboren zu werden. Falls die Generalprobe nicht erfolgreich ist oder ein Kaiserschnitt geplant ist, wird eine weitere Abschluss-Stunde für die Klärung möglicher Hindernisse bzw. die Vorbereitung des geplanten Kaiserschnitts angehängt. Den Abschluss bildet ein sogenannter Geburtskoffer, der der Schwangeren in Textform mitgegeben wird. Dieser gibt der werdenden Mutter zum einen konkrete Verhaltenstipps für die Geburt, zum anderen unterstützt er sie, während der Zeit bis zur Geburt und unter der Geburt selbst im mentalen Dialog zu ihrem Kind zu bleiben (vgl. Schmid 2015:17).

3.5.4 Nachgespräch und Evaluation

Um das Geburtserlebnis und die erste Zeit nach der Geburt zu reflektieren, treffen sich die Bindungsanalytikerin und die junge Mutter mit ihrem Kind 1- bis 2-mal nach der Geburt des Kindes. Diese Termine dienen auch der Evaluation der Bindungsanalyse (vgl. Buchebner-Ferstel & Geserick 2016:18).

Bis hierher wurden der theoretische Hintergrund und der Ablauf der Bindungsanalyse vorgestellt.

Im nächsten Kapitel geht es darum, den aktuellen Forschungsstand zur Bindungsanalyse abzubilden. Es soll dabei auch die Frage beantwortet werden, ob in diesen wissenschaftlichen Arbeiten die Auswirkungen der Bindungsanalyse auf die Paarbeziehung der werdenden bzw. jungen Eltern untersucht wurden.

3.6 Aktueller Forschungsstand zur Bindungsanalyse nach Raffai und Hidas

Zur Beantwortung der Studienlage wurde zunächst die Webseite des *Vereins der Bindungsanalyse*, www.bindungsanalyse.de/publikationen/ konsultiert. Auf dieser sind neben Artikeln aus Fachzeitschriften zum Thema der Bindungsana-

lyse ebenfalls 4 Forschungsarbeiten publiziert. Diese sollen zuerst hinsichtlich ihrer Relevanz zur Forschungsfrage überprüft werden. Des Weiteren wurden 4 Datenbanken: *Googlescholar*, *Pubmed*, *Psyn dex* und *Livio* auf relevante Studien durchsucht. Dabei wurde der Publikationszeitraum auf die Jahre 2014-2024 eingeschränkt, um den aktuellen Forschungsstand abbilden zu können. Die bei der Suche verwendeten Stichworte waren: *prenatal attachment AND effects to couple relationship*, *mother-child- bonding analysis AND couple relationship*. Deutsche Stichworte waren: *Bindungsanalyse nach Raffai und Hidas UND Paarbeziehung*, *Mutter Kind Bindung UND Paarbeziehung*. Wurden in den Datenbanken Artikel als verwandt angezeigt, dann wurden diese ebenfalls konsultiert. Im Folgenden sollen die für die Forschungsfrage ausgewählten Artikel beschrieben werden und hinsichtlich ihrer Güte und ihres Beitrags zur Forschungsfrage analysiert werden.

3.7 Erkenntnisse und Erfahrungen von Jenö Raffai selbst

In seinem Buch *Nabelschnur der Seele*, das 2006 erstmals auf deutsch veröffentlicht wurde und in seiner Neuauflage 2021 in den Datenbanken erscheint, beschreibt Jenö Raffai zunächst den wissenschaftliche Hintergrund, und daran anschließend das methodische Vorgehen. Die Erfahrungen mit der Bindungsanalyse und die Erkenntnisse daraus sind von Raffai selbst zusammengetragen. Er hat in einem Zeitraum von 20 Jahren über 3000 Schwangere begleitet und davon die ersten 1200 Fälle ausgewertet. Die Ergebnisse daraus wurden von dem Psychiater und Psychoanalytiker Gerhard Schroth in der *Internationalen Zeitschrift für Pränatale und Perinatale Psychologie und Medizin* 2009 erstmalig vorgestellt und fanden Eingang in das *Lehrbuch der Pränatalen Psychologie*.

1. Die innere Wahrnehmung der Frau wird gut eingestimmt auf ihren Leib, ihre Seele und das Ungeborene. So kann sie die Signale des Babys leichter verstehen.
2. Durch die Bindungs-Analyse findet die Schwangere zu ihrer natürlichen weiblichen Kompetenz und kann der Geburt mit persönlicher Stärke begegnen.
3. Mutter und Baby wachsen zu einem guten Team zusammen und erleben unter der Geburt wesentlich weniger Ängste und Schmerzen.
4. Die Geburt wird durch die Bindungs-Analyse natürlicher und kürzer.

5. Die Notwendigkeit für geburtshilfliche Eingriffe nimmt deutlich ab.
6. Kaiserschnittentbindungen sind nach Bindungs-Analysen in weniger als 10 % der Schwangerschaften nötig, die natürliche vaginale Geburt ist die Regel.
7. Frühgeburten sind bei Raffai in 0,2 % aufgetreten (Durchschnitt ist ca. 8%).
8. Die geringere Geburtsbelastung zeigt sich durch viel selteneres Schreien, meist weniger als 20 Minuten pro Tag.
9. Nach der Geburt wenden sich die Babys neugierig der Welt zu, sind emotional stabil, sozial kompetent und haben vollen Zugang zu ihren persönlichen Begabungen.
10. Tagsüber schlafen diese Babys seltener, nachts dafür länger, nach wenigen Wochen bereits 6 – 8 Stunden. Eltern klagen viel seltener über Schlafdefizit.
11. Die Verständigung mit den Babys nach der Geburt ist viel einfacher und der Umgang mit ihnen gelingt „vollständig intuitiv“. Sie haben ein gesundes Selbstbewusstsein, sind geduldig und verstehen auch die Bedürfnisse der Eltern.
12. Bei den mehr als 4400 Bindungs-Analysen von Raffai und seinen Kollegen in Europa und USA ist keine postpartale Depression bekannt geworden. Durchschnittlich leiden in den Industriestaaten 19% aller Mütter nach Geburten über mehrere Monate an einer postpartalen Depression.

Abbildung 1: Die 12 häufigsten Erfahrungen mit der Bindungsanalyse (Schroth 2014:553)

Ebenfalls wird auf die bedeutende Rolle des Vaters als »sozialem Uterus« von Mutter und Kind eingegangen und darauf verwiesen, dass der Vater vom Ungeborenen fast ebenso intensiv wie die Mutter wahrgenommen wird und daher die Chance hat, eine frühe Bindung zu seinem Kind aufzubauen (vgl. Schroth 2015 b: 552f). In dem Artikel werden familiäre Nähe und Vertrautheit thematisiert, diese fokussieren jedoch auf das Neugeborene und nicht auf die Paarbeziehung (vgl. ebd.).

3.8 Zwei Begleitstudien zur Bindungsanalyse von Anne Görtz-Schroth

Sowohl in der ersten (2019) als auch der zweiten Begleitstudie (2022) von Görtz-Schroth werden die Ergebnisse der Bindungsanalyse anhand der Punkte Geburtswoche, Geburtsmodus, Geburtsort, Geburtsdauer, Stillquote, Postparta-

le Depression der Mütter und das Schreiverhalten der Kinder dargestellt (ebd.). In beiden Studien wird dabei die Paarbeziehung der werdenden bzw. jungen Eltern nicht in den Blick genommen.

3.9 **Masterthesis von Brunhild Schmid**

In ihrer Masterthesis *Die Mutter-Kind-Bindungsanalyse nach Raffai und Hidas als Element der Hebammenarbeit* hat die Hebamme Brunhild Schmid (2015) untersucht, wie die Bindungsanalyse mit ihren Aspekten aus der pränatalen und perinatalen Psychologie das »salutogenetische Betreuungsmodell« nach Verena Schmidt (2011) ergänzen kann. In ihrer qualitativen Forschung führte sie Leitfaden-gestützte narrative Interviews durch, die sie nach Themenschwerpunkten auswertete. Die Ergebnisse ihrer Arbeit belegen, dass die Bindungsanalyse die Anpassung der Frau in der Schwangerschaft unterstützt und die Mutter - Kind - Bindung stärkt, was insbesondere in der Abschlussphase der Bindungsanalyse durch das Wahrnehmen der Trennungs- und Lösungsprozesse zwischen Mutter und Kind als auch durch die Imagination des Geburtsvorgangs gelingt. Beides trägt zu einem physiologischen Ablauf der Geburt und zum Annehmen des Kindes durch die Mutter bei (vgl. Schmid 2015:55-61). An zwei Interviewstellen der Forschungsarbeit wird von den Befragten selbst ihre Paarbeziehung thematisiert. Die Interviewpartnerinnen berichten, dass durch die Begleitung mit Bindungsanalyse a) die Kommunikation des Paares zugenommen habe und b) eine psychischen Entlastung des Partners stattgefunden habe (vgl. Schmid 2015:41f). Jedoch werden mögliche Auswirkungen auf die Paarbeziehung der Schwangeren durch die Methode der Bindungsanalyse von der Autorin der Arbeit nicht abgefragt.

3.10 **Forschungsbericht des Österreichischen Instituts für Familienforschung zur vorgeburtlichen Beziehungsförderung**

2016 wird von der Psychologin Sabine Buchebner - Ferstl und der Soziologin Christine Geserick im Auftrag des *Österreichischen Instituts für Familienforschung* eine Studie zur Bindungsanalyse nach Raffai und Hidas durchgeführt. In dieser explorativ - qualitativen Studie mit dem Titel *Vorgeburtliche Beziehungsförderung. Dokumentation von Erfahrungen mit der Methode der Bindungsanalyse* wird das subjektive Erleben und die Bedeutung und Wirkung der

Bindungsanalyse auf die betreuten Frauen untersucht (vgl. Buchebner- Ferstl & Geserick 2016). Die Erhebung erfolgt mit einem teilstrukturierten Fragebogen basierend auf einem Leitfaden. Die themenbasierte Inhaltsanalyse dient der Auswertung und Analyse der Interviews. (vgl. ebd).

In dieser Studie werden die Zugangswege der 9 Teilnehmerinnen zur Bindungsanalyse beschrieben, die individuellen Narrationen der Schwangeren in 6 Gruppen kategorisiert, der unterschiedliche Verlauf der sinnlichen Kontaktaufnahme zwischen Mutter und Kind in den Babystunden dargestellt, auf die fehlende Einbindung des Vaters innerhalb des Analyse-Settings verwiesen. Auch in dieser Studie wird auf eine mögliche Veränderung der Paarbeziehung durch die Methode der Bindungsanalyse nicht fokussiert.

3.11 Bachelorarbeit von Stefanie Roos

2017 wird in einer quantitativen Pilotstudie mit dem Namen: *Sicher gebunden von Anfang an. Die Auswirkungen der Bindungsförderung auf die Erziehungseinstellung das elterliche Stressempfinden* eine Befragung von Müttern in zwei Vergleichsgruppen - Mütter, die in der Schwangerschaft mit Bindungsanalyse begleitet und Mütter die in der Schwangerschaft nicht mit Bindungsanalyse begleitet wurden - durchgeführt. Konkret wird das elterliche Stressverhalten und die Erziehungseinstellung beider Gruppen untersucht. Das Ziel der Arbeit ist, herauszufinden, ob sich die Bindungsanalyse als Präventionsmaßnahme gegen Stress in der Schwangerschaft eignet und ob die Bindungsanalyse zu einer positiven Erziehungseinstellung nach Geburt des Kindes führt. Zusätzlich - als qualitativer Teil der Studie - werden zwei offene Fragen zur psychischen Vorbelastung an die an der Studie beteiligten Mütter gestellt.

Obwohl das Stressempfinden beider Gruppen gleich groß ist, zeigen sich deutliche Unterschiede hinsichtlich der Erziehungseinstellung. In der Gruppe der mit Bindungsanalyse begleiteten Mütter gibt es eine signifikant niedrigere Tendenz zum Strafen und eine geringere Rollenumkehr zur Vergleichsgruppe. Die Mütter dieser Gruppe neigen tendenziell weniger dazu, ihre Kinder aus Angst überzuversorgen. Ein weiteres Ergebnis dieser Studie ist, dass die Bindungsanalysegruppe signifikant häufiger eine Spontangeburt erleben als die Mütter der Kontrollgruppe. Auch die Wahrscheinlichkeit für das Auftreten einer Komplikation bei der Geburt reduzierte sich tendenziell zugunsten der Bindungsanalyse-

gruppe. Und das, obwohl die qualitative Auswertung zeigt, dass die Mütter der Bindungsanalysegruppe häufiger psychisch vorbelastet sind als die Mütter der Vergleichsgruppe. Das Stresserleben der Mütter ändert sich in beiden Gruppen nicht, jedoch der Umgang damit. Aus diesen Ergebnissen leitet die Autorin ab, dass die Bindungsanalyse als Präventionsmaßnahme geeignet ist. Roos geht in ihrer Arbeit auch auf die Bedeutung und die Rolle des Vaters in der Bindungsanalyse ein und stellt heraus, dass er als sogenannter 'sozialer Uterus' der Schwangeren und dem Ungeborenen einen Schutzraum der Sicherheit ermöglicht, indem sich Mutter und Kind frei entfalten können (ebd. 2017:16). Zudem sieht sie die Möglichkeit der Schwangeren in der Bindungsanalyse, eigene Beziehungsmuster zur Herkunftsfamilie zu reflektieren, was sich positiv auf die Paarbeziehung auswirken könne (vgl. ebd.). Roos zieht in Betracht, dass durch die Bindungsanalyse eine Veränderung der Paarbeziehung möglich ist. Dieser Aspekt steht jedoch nicht im Zentrum ihrer Forschungsarbeit.

3.12 Masterthesis von Bettina Duessmann

In ihrer Masterthesis *Ein neuer Blick auf Kontinuität. Die Ziele von Hebammen, die schwangere Frauen mit der Bindungsanalyse nach Raffai und Hidas betreuen* formuliert die Hebamme Bettina Duessmann 2021 vier Zielkategorien:

- Ziele in Bezug auf die Frau;
- Ziele in Bezug auf das Kind;
- Ziele in Bezug auf die Mutter-Kind-Beziehung und
- Ziele in Bezug auf die Hebamme selbst (ebd. 2021:44).

„Da ein Streben nach Kontinuität als ein dem menschlichen Leben innewohnendes Prinzip gesehen wird“ (ebd.: 2021:7), soll auf den Aspekt der Kontinuität in mehrfacher Hinsicht geachtet werden: Die Kontinuität in der pränatalen Entwicklung des Menschen von der Empfängnis des Kindes bis zu seinem Übergang zum Neugeborenen ist der erste Aspekt. Der zweite Aspekt der Kontinuität befasst sich mit dem Prozess des Übergangs von der nichtschwangeren Frau zur Mutter. Und der dritte Aspekt fokussiert auf die Kontinuität in Betreuungsmodellen der Hebammenarbeit. Dabei berücksichtigt die Autorin in ihrer Arbeit die Ergebnisse der Psycho-Neuro-Endokrino-Immunologie und der Pränatalpsychologie (vgl.ebd.).

Es werden Expertinneninterviews mit fünf Hebammen geführt. Diese sind ebenso ausgebildete Bindungsanalytikerinnen. Die Auswertung erfolgt mit der qualitativen Inhaltsanalyse. Das Resultat der Studie ist wie folgt:

Die Expertinnen verfolgen das Ziel, eine Beziehung und Bindung zwischen Mutter und Kind zu ermöglichen. Durch die professionelle Beziehung zur Schwangeren wird ein Schutzraum für Mutter und Kind geschaffen. Dieser ermöglicht beiden eine Entwicklung hin zu Ich-Stärke, Selbstwirksamkeit und Gesundheit. Die Arbeit wird von den Hebammen als erfüllend erlebt, da die Auswirkungen auf die Familien nachhaltig positiv sind und einen für die Gesellschaft relevanten Wert haben (vgl. ebd.). Die Paarbeziehung der Schwangeren wird in dieser Forschungsarbeit nicht thematisiert.

3.13 Zusammenfassung der Studienlage und Forschungsfrage

Auffallend ist, dass es eine deutliche Zunahme an nationaler und internationaler Forschung in den letzten Jahren zum Thema der pränatalen Bindung gibt. Systematische Übersichtsarbeiten dazu finden sich zum Beispiel bei Trombetta et al. (2021) oder bei Salehi et al. (2019). In diesen werden der Zusammenhang zwischen pränatalen Interventionen zur Bindungsförderung - methodenunabhängig - und dem Anstieg des Bindungsverhaltens der Mutter bzw. des Vaters nach Geburt des Kindes bestätigt. In den beiden Reviews finden sich jedoch keine Studien, die die Auswirkungen pränataler Bindungsarbeit auf die Paarbeziehung untersuchen (vgl. ebd.).

Anders stellt sich dies dar in dem von Göbel et al. 2019 in der Zeitschrift *Midwifery* veröffentlichte Artikel *Couples' prenatal bonding to the fetus and the association with one's own and partner's emotional well-being and adult romantic attachment style*: Das Fazit dieser Hamburger Studie mit 93 Paaren ist, dass die pränatale Bindung jeweils individuell durch das emotionale Wohlbefinden und den mit der »romantischen Liebe verbundenen Bindungsstil« der Partner beeinflusst wird, jedoch die Auswirkungen bei Müttern und Vätern unterschiedlich sind. (vgl. ebd.). Die Autoren empfehlen daher, das Thema negativer Gefühlszustände bzw. negativer Paardynamiken im Rahmen der Schwangervorsorge oder Geburtsvorbereitung anzusprechen, um betroffene Eltern zu identifizieren und ggfs. zu unterstützen (vgl. ebd.). Obwohl die Studie von Göbels et al. neben der pränatalen Mutter - bzw. Vater - Bindung auch die Paarbe-

ziehung der werdenden Eltern im Blick hat, wird in dieser Studie nicht explizit die Methode der Bindungsförderung nach Raffai und Hidas und deren Auswirkungen auf die Paarbeziehung untersucht.

Zusammenfassend lässt sich festhalten, dass die oben aufgeführten Forschungsarbeiten keinen ausreichenden Beitrag zur Beantwortung der Forschungsfrage leisten. Daher sind weitere Untersuchungen notwendig, um die Auswirkungen der Bindungsanalyse auf die Paarbeziehung der werdenden bzw. jungen Eltern zu erforschen.

4 Empirischer Teil

Im empirischen Teil soll die zunächst die Forschungsfrage und das Ziel der Studie vorgestellt und die einzelnen Schritte zu ihrer Beantwortung transparent beschrieben werden. Dazu gehören die Wahl des Forschungsdesigns, das methodische Vorgehen und die Darstellung der Ergebnisse.

4.1 Forschungsfrage und Ziel der Studie

Wie im theoretischen Teil dargestellt wurde, handelt es sich bei der Bindungsanalyse nach Raffai und Hidas um eine präventive Begleitung schwangerer Frauen, bei der der Bindungsaufbau zwischen der werdenden Mutter und dem sich entwickelnden Kind unterstützt wird. Sowohl der Schwangeren als auch dem werdenden Vater wird dabei ermöglicht, mit dem Ungeborenen in Kontakt zu kommen und so bereits in der Schwangerschaft eine Bindung zueinander aufzubauen. Dass die Mutter-Kind-Bindung durch diese Methode gestärkt werden kann, wurde schon in mehreren Arbeiten nachgewiesen (siehe Kapitel 4).

In der vorliegenden Studie soll es um die Frage gehen, ob die Bindungsförderung in der Schwangerschaft auch Auswirkungen auf die Paarbeziehung der Schwangeren hat. Falls ja, so besteht ein weiteres Ziel der Studie darin, die Einflüsse der Bindungsanalyse auf die Partnerschaft der werdenden und jungen Eltern aufzuzeigen.

4.2 Das Forschungsdesign und Begründung der Methode

Zur Beantwortung der Forschungsfrage wird mit der Form des Expertinnen-Interviews ein qualitatives Forschungsdesign der Sozialforschung gewählt. Zur Informationsgewinnung geht es beim Expertinnen-Interview weniger darum, Fakten zu erheben, sondern vielmehr darum, subjektive Deutungen und Interpretationen zu rekonstruieren (vgl. Bogner et al. 2014:1f). Das explorative Expertinnen-Interview dient „einer ersten Orientierung im Feld, in einer Schärfung des wissenschaftlichen Problembewusstseins und [...] der Hypothesengenerierung“ (ebd.:23). Meuser und Nagel (1991) erklären, dass der Expertinnen-Status vom Forscher selbst an denjenigen verliehen wird, der „über einen privilegierten Zugang zu Informationen über Personengruppen oder Entscheidungs-

prozesse verfügt“ (ebd.: 443). Hier fungieren die Hebammen mit der Zusatzqualifikation zur Bindungsanalytikerin als komplementäre Informationsquelle über die eigentlich interessierende Zielgruppe (Bogner et al. 2014:24). Die folgende Abbildung gibt einen Überblick über die explorative Studie der Masterthesis.

Design	Qualitative Untersuchung - explorative Experteninterviews
Teilnehmende:	Expertinnen: 2 Hebammen im Pretest 3 Hebammen im Test
Thematischer Einschluss	Expertinnenwissen bezogen auf a) die Begleitung von Schwangeren mit und ohne Bindungsanalyse b) die Begleitung von jungen Familien im Wochenbett nach erfolgter Bindungsanalyse und nach nicht erfolgter Bindungsanalyse.
Thematischer Ausschluss	Mindesterfahrung der Expertin: 20 selbst durchgeführte Bindungsbegleitungen nach Raffai und Hidas. Keine Anwendung von Bindungsanalyse-Elemente in regulären Geburtsvorbereitungskursen.
Feldzugang a) Pretest b) Test	a) Mailanfrage an 3 Hebammen überregional. Rückmeldung von 2 Hebammen. b) Mailanfrage überregional an 5 Hebammen. Rückmeldung von 4 Hebammen, davon 3 Hebammen mit geforderter Expertise.
Datenerhebung	Nichtstandardisiertes Leitfadenterview, persönlich, Tonaufnahme.
Datentranskription	www.audiotranskription.de ; einfache Transkription mit Zeitmarkern beim Sprechenden-Wechsel.
Auswertung	Qualitative Inhaltsanalyse
Ethische Kriterien	Information über das Forschungsvorhaben, freiwillige Teilnahme, Anonymisierung der Daten, Zugang zu den Ergebnissen.

Abbildung 2: Forschungsdesign

4.3 Methodisches Vorgehen

Die einzelnen methodischen Arbeitsschritte der Untersuchung vor, während und nach Befragung der Expertinnen sollen im Folgenden beschrieben werden.

4.3.1 Interviewleitfaden

„Leitfragen charakterisieren das Wissen, das beschafft werden muss, um die Forschungsfrage zu beantworten.“ (Gläser & Laudel, 2010:91). Für die Durchführung der Expertinnen-Interviews wurde das Format der Einzelinterviews gewählt, da spezifisches und bisher unbekanntes Wissen erschlossen werden soll (vgl. ebd.:43). Das Leitfadenterview als ein nicht standardisiertes Interview ist dabei die Methode der Wahl (vgl.-ebd.). Es dient „der Strukturierung des Themenfeldes der Untersuchung sowie als konkretes Hilfsmittel in der Erhebungssituation“ (Bogner et al. 2014:27).

Aus der Forschungsfrage und der Auseinandersetzung mit der Theorie im Vorfeld fußt der deduktiv entwickelte Interviewleitfaden vor allen Dingen auf dem Partnerschaftsfragebogen (PFB) von Hahlweg, Schindler, Revenstorf (1982), der in der LBS Familien-Studie *Paare werden Eltern* (Fthenakis et al., 2002: 85ff) als Instrument zur Einschätzung des Partnerverhaltens und der Paarinteraktion mit den Dimensionen 1. Kommunikation, 2. Streitverhalten, 3. Umgang mit stressigen Situationen, 4. Zeigen gegenseitigen Vertrauens, 5. Paarzufriedenheit versus Unzufriedenheit, 6. Ankommen in der Elternrolle.

Der Leitfaden beinhaltet zwei Leitfragen und eine untergeordnete Frage:

Der Schwerpunkt der ersten Frage liegt ganz allgemein auf der Erfahrung, die die Expertinnen mit den Paaren im Hinblick auf Partnerverhalten und Paarinteraktion in der Familiengründungsphase machen. Der zweite Themenschwerpunkt fokussiert auf Familien, die in der Schwangerschaft durch Bindungsarbeit begleitet wurden. Die Fragestellung hier ist, ob der Übergang vom Paar zur Familie bzw. zur Vergrößerung der Familie in diesen Familien hinsichtlich des Partnerverhaltens und der Paarinteraktion anders verläuft. Falls die Expertinnen im Vergleich der beiden Gruppen – also mit und ohne Bindungsarbeit - Unterschiede feststellen, schließt sich eine weitere untergeordnete Frage an. In dieser wird danach gefragt, wie die Expertin sich diese Unterschiede erklärt.

4.3.2 Einverständnis-Erklärung und Datenschutz

Die Expertinnen wurden im Vorfeld der Interviews per Einladungsschreiben (siehe Anhang Nr. 3) über das Forschungsvorhaben informiert. Dabei wurde das methodische Vorgehen skizziert und den freiwilligen Teilnehmerinnen die Anonymisierung ihrer Daten und der Zugang zu den Ergebnissen zugesichert.

4.3.3 Die Auswahl der Expertinnen

Nach durchgeführtem Pretest wird für die Interviews „aus dem Expertenpool eine nachvollziehbare und begründete Auswahl“ (Bogner et al.:35) getroffen. Folgende Kriterien müssen hierfür von den Hebammen erfüllt sein, um als Expertinnen ausgewählt zu werden:

1. Die Hebamme verfügt über eine Zusatzqualifikation zur Bindungsanalytikerin
2. Die Hebamme arbeitet in den Bereichen Schwangerschaft und Wochenbett und ist aufsuchend in der Familie tätig.
3. Die Hebamme verfügt über Erfahrung mit mindestens 20 und mehr selbst durchgeführten Bindungsanalysen.
4. Die Hebamme nutzt die Methode der Bindungsanalyse nicht in Geburtsvorbereitungskursen. Damit soll ausgeschlossen werden, dass es zu einer Verfälschung der Ergebnisse kommt.
5. Die Hebamme arbeitet in beiden Familiengruppen; d.h. sie arbeitet sowohl in Familien mit durchgeführter Bindungsanalyse als auch in Familien ohne diese Form der Begleitung. Dadurch ist es ihr möglich, Unterschiede wahrzunehmen und beide Gruppen miteinander zu vergleichen.

Es wurden insgesamt 8 Hebammen aus der Liste des *Vereins der Gesellschaft für Bindungsanalyse nach Hidas & Raffai e.V.* <https://www.bindungsanalyse.de> angeschrieben. Im ersten Schritt wurden 3 Hebammen für einen Pretest angefragt, von denen zwei Hebammen eine Rückmeldung gaben. Im zweiten Schritt wurden 5 weitere Hebammen für das Forschungsprojekt angefragt. Drei davon erklärten sich für ein Interview bereit.

4.3.4 Die Expertinnen

Alle 3 Expertinnen arbeiten freiberuflich in Deutschland und haben zwischen 27 und 36 Jahren Berufserfahrung als Hebammen. Als Bindungsanalytikerinnen sind sie seit 7 bis 10 Jahren tätig. Jede von ihnen hat selbst mehr als 20 Bindungsbegleitungen durchgeführt.

4.3.5 Durchführung der Interviews

Im Mai 2023 fand eine E-Mail-Abfrage mit 2 Probandinnen statt. Zwischen November 2023 und März 2024 wurden die Interviews - telefonisch oder über Video – durchgeführt. Dabei lag die Interviewdauer bei 12 bis 22 Minuten. Mit

dem Einverständnis der Befragten wurden die Interviews mit dem Smartphone aufgezeichnet und die so gemachten Aufzeichnungen danach direkt auf den PC übertragen.

4.3.6 Auswertung der Daten

Wie in der Abbildung 2 bereits dargestellt, wird die Auswertung der Expertinnen-Interviews mit der qualitativen Inhaltsanalyse durchgeführt. Diese stellt hier die Methode der Wahl dar, da das Auswertungsziel ist, neue Informationen zu generieren (vgl. Bogner et al., 2014:72f). Dabei werden die Antworten der Expertinnen nicht eins zu eins übernommen. Mithilfe eines Analyserasters werden die Texte auf wesentliche Themen durchsucht. Diese so gewonnen Inhalte werden dann getrennt vom Ursprungstext weiter verarbeitet, d.h. die Informationsfülle wird reduziert und strukturiert. Dann werden die Extraktionsergebnisse den im Vorfeld gebildeten Kategorien zugeordnet (vgl. Gläser & Laudel, 2010:201). Dabei können sie weiter umgewandelt, mit anderen Informationen verbunden oder evtl. verworfen werden (vgl. ebd., 2010:46). Mit diesem Vorgehen werden sowohl deduktiv Hauptkategorien als auch induktiv Unterkategorien gebildet. Nach der Extraktion der benötigten Informationen aus dem Text und deren Zuordnung zu den entsprechenden Kategorien erfolgen die Analyse und Interpretation der Ergebnisse (vgl. ebd. 2010:46). Über die systematische Analyse und das Vergleichen der Informationen werden Zusammenhänge aufgedeckt und ermöglichen so die Entstehung einer tragfähigen Informationsbasis mit der die Forschungsfrage beantwortet werden kann. (vgl. Bogner et al. 2014:73). Bei der Auswertung zeigte sich, dass einzelne Zitate mehrere wichtige Aspekte beinhalten, wodurch sie verschiedenen Kategorien zugeordnet werden können. Um eine Wiederholung der Zitate zu vermeiden, werden sie jedoch jeweils nur einmal in einer Kategorie eingebracht. Beim Lesen können daher selbständig Querverbindungen zu weiteren ebenfalls in Frage kommenden Kategorien gefunden werden.

4.3.7 Die Verarbeitung der Daten

Die digitalen Aufnahmen wurden zunächst mit Hilfe der Software „www. audiotranskription.de“ transkribiert. Beim wiederholten Hören der Audios und unter Zuhilfenahme von formlosen Gesprächsnotizen konnten Transkriptionsfehler

entdeckt und korrigiert werden. Zur leichteren Analyse des Textmaterials wurden die Interviews durch Zeitmarker und Sprecherinnenwechsel strukturiert. Zur Differenzierung der drei geführten Interviews wurden diese mit dem ersten Buchstaben des Vornamens der jeweils Befragten kenntlich gemacht. Zur Anonymisierung erfolgte dann die Umbenennung in A,B und C. Zitate des Pretests wurden in der Auswertung mit P gekennzeichnet. Die Interviewerin wurde mit „I“ gekennzeichnet.

4.3.8 Die Ergebnisse

Zunächst sollen die Ergebnisse unter den vier deduktiv erstellten Leitperspektiven: Kommunikation und Streitverhalten (4.3.8.1), Paardynamik (4.3.8.2), Umgang mit Stress (4.3.8.3) und Ankommen in der Elternrolle (4.3.8.4) vorgestellt werden. Aufgrund der speziellen Situation der Frau im Wochenbett, in der sie mit vielen gleichzeitig ablaufenden psychischen (vgl. Überwältigungsphase) und physischen Prozessen (Wundheilung, Rückbildung, Stillen) gefordert ist, wird das Thema Sexualität in dieser Forschungsarbeit nicht abgefragt. Dagegen werden das gegenseitige Zeigen von Zuneigung und Wertschätzung nach der Geburt des Kindes unter der Hauptkategorie 'Paardynamik' erfasst, sowie die weiteren induktiv gebildeten Unterkategorien ebenfalls innerhalb der Hauptkategorien aufgelistet und besprochen.

Zur besseren Übersicht dient das folgende Schaubild der Kategorisierung nach Haupt – und Unterkategorien:

<i>Hauptkategorie</i>	Kommunikation und Streitverhalten	Paardynamik	Umgang mit stressigen Situationen	Ankommen in der Elternrolle und der familiären Triade
<i>Unterkategorie</i>	Gemeinsame Aktivitäten	Unbewusste Konflikte	Arbeit mit den HKF-Systemen der werdenden Eltern	Erwünschtheit des Kindes
<i>Unterkategorie</i>	Häufigkeit und Regelmäßigkeit des Austausches	Verhalten des Partners der Schwangeren als Reaktion auf die Schwangerschaft	Stressbelastung des werdenden Vaters	Beziehungsdauer und Lebensplanung
<i>Unterkategorie</i>	Offenheit und Interesse für die Meinung des Partners	Schutzbedürftigkeit der Schwangeren	Stressbelastung der werdenden Mutter	Psychische Gesundheit des werdenden Elternpaares
<i>Unterkategorie</i>	Raum für Klärungen	Zeigen gegenseitigen Vertrauens	Stressbelastung des Paares	Die einzelnen Beziehungen in der Familie: Mutter-Kind-Beziehung Vater-Kind-Beziehung
<i>Unterkategorie</i>	Destruktives Streitverhalten	Verbaler Ausdruck von Zuneigung und Wertschätzung	Kind als Stressfaktor	Einüben der Elternrolle in der Schwangerschaft
<i>Unterkategorie</i>				Entstehung der Triade durch Ritualisierung

Abbildung 3: Kategorisierung nach Haupt – und Unterkategorien

4.3.8.1 **Kommunikation und Streitverhalten:**

Damit sich eine Familie als Familie organisiert, die Entwicklung der Einzelnen darin möglich ist, ohne gleichzeitig die Erhaltung der Familie zu gefährden, bedarf es einer Differenzierung von Rollen, die die erfolgreiche Aufgabenerfüllung innerhalb der Familie erlaubt (vgl. Cierpka 2008:36). Um sich über die Rollenzuweisungen und – übernahmen zu verständigen, ist eine effektive Kommunikation nötig (vgl. ebd.). Im Vergleich der Kommunikationsmuster bei Paaren mit hoher Beziehungsqualität versus Paaren niedriger Beziehungsqualität konnten

Unterschiede innerhalb der Konflikte der Partner beobachtet werden (vgl. Engl und Thurmaier 2020:10). So führt ein von sich aus häufig positiv mitteilendes und den anderen akzeptierendes Verhalten bei Paaren zu einer hohen Beziehungsqualität (vgl. ebd.). Dagegen weisen Partnerschaften, in denen Partner sich häufig kritisieren und abwerten, sich rechtfertigen oder beschuldigen, eine niedrige Beziehungsqualität aus (vgl. ebd.). Dies zeigt sich auch im Streitverhalten der jeweiligen Gruppen. Während es zufriedenen Paaren eher gelingt, Eskalationen nach kurzer Zeit zu beenden, bleiben Paare mit niedriger Beziehungsqualität über einen längeren Zeitraum in einen Teufelskreis gefangen (vgl. ebd.). In der Kategorie *Kommunikation und Streitverhalten* werden daher die Unterkategorien *Gemeinsame Aktivitäten, Häufigkeit und Regelmäßigkeit des Austausches, Offenheit und Interesse für die Meinung des Partners, Raum für Klärungen* und *Destruktives Streitverhalten* untersucht.

4.3.8.1.1 Häufigkeit und Regelmäßigkeit des Austausches

C. „Also was, was wirklich viel ausmacht, ist, dass die Paare, wenn die Frauen zur Bindungsanalyse kommen und dann tatsächlich das zu Hause auf Interesse stößt, also wenn die Partner daran interessiert sind, wenn sie darüber ins Gespräch kommen und das Baby so mit einbeziehen, dann ist das auch was, was beide sehr miteinander verbindet.“ #00:16:52-2#

B: „Also ich meine erst mal, was ich auf jeden Fall feststelle, das ist der Unterschied bei den Frauen. Ja, also für mich in der Arbeit im Wochenbett, das ist ungleich anders als jetzt mit Frauen, die keine Bindungsanalyse gemacht haben und das, also das wirkt sich schon auch ein Stück weit natürlich auf die Beziehung aus, weil, wenn die Frauen eine Bindungsanalyse machen, dann dann erzählen die ja in der Regel den Männern davon und erzählen über ihre Themen und – also ihre ureigenen Themen - , sind dann auch da im Vorfeld schon, haben dann mehr Raum und also zugewandter vielleicht würde ich da sagen.“ #00:13:37-2#

Die regelmäßigen Termine bei der Begleitung mit Bindungsanalyse schaffen Gesprächsanlässe für das Paar. Beide Partner bleiben so in Kontakt und ihre Beziehung wird durch diese („Zwie“) - Gespräche vertieft. Es entsteht ein Raum für wechselseitiges Reden und Zuhören. Dadurch können Ängste besprochen und Vertrauen aufgebaut werden. Das schafft ganz unbewusst eine tiefe Verbindung des Paares und beugt Konflikten vor.

4.3.8.1.2 Offenheit und Interesse für die Meinung des anderen

A: „Wo ich sehe, dass es gut gewesen wäre zum Beispiel (dass die Männer in die Bindungsarbeit miteinbezogen gewesen wären. Anm. d. Interviewerin) ist die Entscheidung zum Kaiserschnitt oder wenn die Frauen Probleme haben wegen vorheriger Geburtsgeschichten und sie sind eigentlich auf einem guten Weg, sodass sie den Mut für eine normale Spontangeburt haben. Aber durch den Einfluss der Ängste des Mannes, es also sehr schwierig war, dass er zu wenig Hilfe annehmen wollte, dann letztendlich die Frau (ihm) zuliebe, letztendlich, sich dann für den Kaiserschnitt entscheidet,...Hm. Einfluss des Partners in der Paarbeziehung auf die eigene Entscheidungen, auch auf die Entscheidung des Kindes, wo ich dann denke, ja, es wäre toll, wenn der Partner sich da mehr öffnen würde, auch für eine Bindungsanalyse, dass dann solche, dass es dann vielleicht gute Geschichten geben kann.. #00:11:21-3

Hier wird von der Expertin ein Beispiel dazu eingebracht, welche Auswirkungen ein Mangel an Kommunikation auf Mutter und Kind haben können. Sie formuliert den Wunsch, dass Paare in der gemeinsamen Kommunikation sich für die jeweiligen Bedürfnisse des anderen öffnen, und sie ist sich sicher, dass eine Teilnahme des Mannes an der Bindungsanalyse zu einer anderen Entscheidung hinsichtlich der Geburtsplanung geführt hätte.

4.3.8.1.3 Raum für Klärungen

C. „Und dann regt es die Paare oft auch an zu überlegen was wollen wir dann eigentlich? Für was wollen wir wiederholen von dem, was wir mitgekriegt haben? Und was wollen wir ändern?“ #00:14:08-5#

Die Arbeit mit den Herkunftsfamilien stellt ein wichtiges Element dar, um Verständnis füreinander wachsen zu lassen. Es kann bei beiden Partnern ein Bewusstsein für das eigene So-/Gewordensein entstehen und zu der Frage führen, was sie an Erfahrungen und Regeln aus den jeweiligen Herkunftsfamilien behalten möchten und was verändert werden soll. Dies kann in eine gemeinsame Wertearbeit des Paares münden.

B: „Ach, ich hatte bei Paaren oder wo die, wo die vorhergehende Geburtssituation schwierig war und - also auch nicht nur für die Frau, sondern auch für den Mann - und da würde ich sagen, also da hat es in jedem Fall, quasi, wie da, dass es da zu einer Klärung dann kam, nochmal zu einer Entspannung über die zweite Geburt dann, also in Bezug auf die die erste Geburt, dass es etwas lösen konnte über die Bindungsanalyse. #00:17:47-3#

B: „Ja, dass die Themen bearbeitet, also die müssen ja noch nicht mal abschließend bearbeitet sein, wäre ja ein Riesenanspruch, aber ... also die Themen, die haben einfach Raum und eben, also die, die sind wie präsent und damit verlieren sie auch an Macht.“ #00:21:18-7#

Bei schwierigen oder gar traumatischen Erfahrungen in der vorangehenden Schwangerschaft und/oder Geburt wird diesem Erlebnis gleich zu Beginn der Begleitung Zeit und Raum gegeben. Im hier genannten Beispiel konnte die belastende Erfahrung des Mannes verarbeitet werden und wirkte sich nicht mehr negativ auf die Paarbeziehung und die bevorstehende Geburt aus.

4.3.8.2 Paardynamik

Dass Paarbeziehungen als Ausdruck eines unbewussten Vertrages aufgefasst werden können, die mit Erwartungen verknüpft sind „was die Partner für die Beziehung geben und was sie dafür erhalten wollen“, wird bereits 1981 von dem amerikanischen Psychiater Sager formuliert (Sager zit. n. Reich et al. 2024:280). Zu Krisen und Konflikten kommt es „dann, wenn diese Erwartungen enttäuscht werden und einer oder beide hierdurch unbefriedigt bleiben“ (Reich 1993 zit n. ebd.). Drei unterschiedliche Arten der Erwartungen der Partner aneinander können dabei differenziert werden:

- Die Erwartungen können bewusst sein und mitgeteilt werden
- Die Erwartungen können bewusst sein, aber nicht mitgeteilt werden
- Die Erwartungen können unbewusst sein. (vgl. Reich et al. 2024:280).

Sager beschreibt, dass die unbewusste Ebene dabei die langfristig bedeutendste Vertragsebene darstellt und dass auf dieser Ebene häufig unrealistische und auch widersprüchliche Erwartungen existieren, die zudem in einem Konflikt zu den bewussten Hoffnungen stehen können (vgl. ebd.). In der Kategorie *Paardynamik* werden die unbewussten Konflikte, das Verhalten des Partners der Schwangeren als Reaktion auf die Schwangerschaft, die Schutzbedürftigkeit der Schwangeren, das Zeigen gegenseitigen Vertrauens und der verbale Ausdruck von Zuneigung und Wertschätzung betrachtet.

4.3.8.2.1 Unbewusste Konflikte

A: „Und ja, ich habe dann schon den Eindruck, dass die die Basis des, also wenn es tiefer geht auf der Gefühlsebene, dass das da die meisten Konflikte passieren wenn das dann nicht das über die Sprache halt nicht ausgedrückt werden kann und dass da die - entweder die Frau oder der Mann - das nicht so verbalisieren kann oder nicht so ausdrücken kann hier und da, dass da mehr so die unehrlichen Konflikte dann passieren“ #00:02:24-9#

A: „und es ist oft ja unter unbewusst und dann kommen die Konflikte bei den Paaren und ich denke, das ist auch in den Bindungsanalysen so, dass sich da ja teilweise dadurch dass es der Frau möglicher wird bei wenn sie es an-

spricht, in in der Bindungsanalyse oder für sich bewusst wird, dass er das genau dass es halt klarer für sie wird und dann einwirkt auf die Paarbeziehung aber dass es sonst ja würde ich sagen, dass da“ #00:03:34-9#

A: „Sage ich mal so: vielleicht vereinzelt, wenn...dass die Frau für sich halt, einen anderen Weg geht und bewusster ist. Dass sich das vielleicht doch auf die Paarbeziehung auswirkt, würde ich jetzt nicht bestreiten. #00:04:37-0#

In diesen Interviewausschnitten beschreibt die Expertin, dass sich nicht alle Konflikte über sprachliche Kommunikation lösen lassen und verweist auf die unbewussten Erwartungen der Partner aneinander. In der Anamnesephase wird der Schwangeren ermöglicht, Unbewusstes ins Bewusstsein zu holen, so z.B. bei den Fragen zum Partner oder zu den gemeinsam gemeisterten Krisen (vgl. Anhang 1 Erstinterview nach Jenö Raffai, Frage 5). Durch das Beantworten dieser Fragen setzt sich die Schwangere kognitiv mit ihren Emotionen auf der Metaebene auseinander, kann sich so ihrer eigener Erwartungen an sich, an den Partner und an die Beziehung bewusst werden und diese dem Partner mitteilen, was zur konstruktiven Regulation von Konflikten beiträgt (vgl. Abschnitt 2.3).

4.3.8.2.2 Bedürfnisse der Schwangeren

C: „Also ich erlebe die Frauen in der Schwangerschaft erst mal als sehr, sehr schutzbedürftig. Und ich glaube, dass es für die Frauen nie so ist, also nie mehr im Leben so eine sensible Phase gibt, in der sie so abhängig davon ist, wie der Partner auf die Schwangerschaft reagiert.“ Also ich glaube, es ist ein immens hohes Sicherheitsbedürfnis bei den Frauen.“ #00:01:50-5#

Eine Herausforderung beim Übergang vom Paar zur Familie stellt die Suche der Schwangeren nach Stabilität und Sicherheit dar. Die bedeutende Rolle des werdenden Vaters in dieser Lebensphase ist, dass er für Frau und Kind eine Art umhüllenden, sozusagen ‘sozialen Uterus’ darstellt, „indem sich seine Frau geschützt weiß und sich den großen Veränderungen in ihrem Leib und ihrem Leben zuwenden und überlassen kann“ (Schroth 2014:552). Auch der geschützte Raum der therapeutischen Beziehung in der Bindungsanalyse bietet der Schwangeren diese aufnehmende und Sicherheit gebende Umgebung und bewahrt dadurch die Paarbeziehung vor Überforderung (vgl. Cierpka 2012:129).

4.3.8.2.3 Reaktion der werdenden Väter auf die Schwangerschaft

C: „Und manchmal erlebe ich die Männer so ein bisschen zurückhaltend und manchmal auch abweisend. Nicht alle.“ #00:01:50-5#“

C: „Also ich empfinde es nicht so, dass es bei allen dann immer gleich große Freude ist und bei manchen Paaren schon. Da sind die Männer dann sehr fürsorglich. Aber ich erlebe auch so die ganzen Ambivalenzen am Anfang in den Beziehungen.“ #00:02:08-6#

Ähnlich der von dem amerikanischen Entwicklungspsychologen und Säuglingsforscher Daniel Stern beschriebenen Mutterschaftskonstellation bildet sich in der Phase von Schwangerschaft und Geburt auch beim werdenden Vater eine spezifische psychische Konstellation aus, die als Vaterschaftskonstellation betitelt werden kann. In dieser Phase beschäftigen sich Männer mit der Beziehung zu ihrer Partnerin und zu ihrem ungeborenen Kind. Sie müssen in ihre Rolle als Vater hineinfinden und sich ein Gleichgewicht zwischen egoistischen Bedürfnissen und der Rücksichtnahme auf die Anliegen der Familie erarbeiten (vgl. Cierpka 2012:130). Die Reorganisation der väterlichen Identität ist von hoher Relevanz und hat Auswirkungen auf die Paardynamik (vgl. ebd.). Die Einbindung des werdenden Vaters in die Babystunden und die Anregung, täglich in Kontakt zum Ungeborenen zu gehen, unterstützt ihn dabei (vgl. Kapitel 3.5).

4.3.8.2.4 Zeigen gegenseitigen Vertrauens

C: „Und er sagt dann, dass er eine innigere Beziehung zu dem Kind hat und er unterstellt das der Bindungsanalyse. Und bei diesem Paar war noch die große Herausforderung, dass die Mutter nach der Geburt schwerst erkrankt ist und eine ganze Zeit auf Intensiv gelegen hat und er sich allein um das Kind kümmern musste. Und er sagt, das hätte er nicht so gut hingekriegt, wenn er nicht diese Arbeit vorher schon gemacht hätte. Und die Frau sagt, sie hätte zu ihrem Partner nie das Vertrauen gehabt, wenn er nicht gemeinsam mit ihr diese Bindungsanalyse gemacht hätte.“ #00:06:42-6#

„Die Unterstützung des pränatalen Bindungsaufbaus von Vätern über eine einfache, wohlwollende Sprache und Hinwendung zum Baby im Bauch der Mutter“ (Pfrommer 2021:126) ermöglichen dem Baby insbesondere durch das tägliche Hören der tiefen Stimme des Vaters, Erfahrungsbrücken zwischen der vorgeburtlichen der nachgeburtlichen Welt entstehen zu lassen, die dazu führen, dass das Baby den Vater bereits gut kennt und sich gut von ihm beruhigen lassen kann (vgl. Aßmann 2017b:56). Die so erfolgte Ritualisierung in der Schwangerschaft steigerte das Selbstvertrauen des Vaters, das Baby gut versorgen zu können und förderte zudem das Zutrauen der Partner ineinander. Siehe auch Abschnitt 3.7.

4.3.8.3 Umgang mit stressigen Situationen

Auch positive kritische Lebensereignisse wie die Geburt eines Kindes stellen das Leben der Betroffenen auf den Kopf und erfordern große Anpassungsleistungen bis hin zu deren Belastungsgrenze (vgl. Bodenmann 2015: 44). Da Stress, ein individuelles Gefühlsgeschehen darstellt, in dem das Stresserleben und die Stressbewältigung von vielen unterschiedlichen Faktoren abhängig ist, sollen in der Kategorie *Umgang mit stressigen Situationen* folgende Aspekte in den Blick genommen: die Arbeit mit den Herkunftsfamilien (HKF-Systeme) der werdenden Eltern, die Stressbelastung des werdenden Vaters, die Stressbelastung der werdenden Mutter, die Stressbelastung des Paares, das Kind als Stressfaktor.

4.3.8.3.1 Arbeit mit den Herkunftssystemen der werdenden Eltern

C: „Es ist so, dass die, ähm, die Frauen ja in der Regel alleine zu einem Anamnese Gespräch kommen, bevor die Bindungsanalyse startet. Und da ist ja auch die Familiengeschichte des Partners wird erfragt und so seine familiäre Struktur. Und ich erlebe es, dass viele Frauen da gar nicht so tief eingestiegen sind, dass sie gar nicht so viel wissen über zum Beispiel die Geburt oder die Situation der Eltern, des Mannes bei der Zeugung oder dann in der in den ersten Jahren. Und das Dicke, das die Paare dann ins Gespräch kommen, weil ich den Frauen dann immer sage Ja, nächstes Mal ist noch die Geschichte deines Partners dann als Anamnese Thema dran und dann fragen die Frauen bei den Partnern und dann kommen die manchmal relativ tief in Familiengeschichten und manchmal erhöht das das Verständnis füreinander, weil sie dann plötzlich über das sprechen, was sonst nie Thema ist. So die Kleinkindphase und so wie wie man sein zu Hause erlebt hat. Und manchmal entsteht dann mehr Verständnis für wunde Punkte in Paarbeziehungen. .“ #00:13:34-8#

C: „Oh ja, das erleichtert es denen oft, weil sie dann in der ersten Zeit dann auch merken, dass der eine mit bestimmten Situationen nicht so gut umgehen kann. Und wenn da mehr Vertrautheit ist mit den eigenen Geschichten, dann finden sie eher Lösungen für die stressige erste Zeit und wissen, wo der andere vielleicht so seine Schwierigkeiten hat in der neuen Situation.“ #00:15:00-1#

Die Arbeit mit den Herkunftsfamilien des Paares zu Beginn der Bindungsanalyse (Anamnese) erfordert von beiden Partnern Vertrauen in den anderen, um sich mit seiner Geschichte zeigen zu können. Gleichzeitig ermöglicht sie dem Paar, die wunden Punkte des jeweils anderen zu erkennen und dafür Verständnis zu entwickeln. So erlaubt die Realisierung der unterschiedlichen Werdegänge beider, Stärken und Schwächen beim anderen zuzulassen und dadurch gemeinsam ein Wir-Gefühl zu entwickeln. Dies beugt stressförderndem Perfek-

tionismus vor. Der Austausch über die jeweilige Familiengeschichte ermöglicht dem Paar zudem, sich die Frage zu stellen, welche der eigenen Erfahrungen es übernehmen möchte und welche nicht. Gleichzeitig bietet er einen Anreiz, die Familie bewusst nach gemeinsamen Werten zu gestalten. Durch die ordnende Wirkung der erweiterten biographischen Anamnese findet eine Stärkung der Paarbeziehung statt.

4.3.8.3.2 Stressbelastung der werdenden Mutter

C: „Und natürlich dann bei vielen -die die Bindungsanalyse erleben- (Anm. der Autorin) die Stressbelastung in der Schwangerschaft nicht ganz so hoch ist. Ich führe das auf die Babystunden zurück, aber auch auf diesen engmaschigen Kontakt, dass man sich ja Woche für Woche trifft und Ängste natürlich auch besprechen kann und viele Sorgen nehmen kann, so dass für die Mütter erst mal weniger Stressbelastung ist und das Baby dann entspannter ist.“ #00:11:12-5#

A: „Genau. Ja. Hm, ja, also ich denke schon, dass es also Themen ... fällt mir jetzt mal ein - Themen wie Überforderung in der Schwangerschaft, dass sie so müde oder dass sie sich überfordert und gestresst fühlt, was dann ja auch auf die Paarbeziehung wirkt. Das sind so Themen, die mir, ... wo ich merkt ... es kann in der Schwangerschaft Strategien entwickelt werden oder auch ihr bewusst gemacht werden. Und das wirkt dann sicher auch aufs Wochenbett und auf die Paarbeziehung.“ #00:06:41-5#

P2: „Die Abschlussphase sei das Herzstück der Bindungsanalyse. Es ist berührend, dass die Frauen einen Entwicklungsschritt machen oder etwas neu von sich selbst und von der Auswirkung auf ihr Kind verstehen. Beispiel einer überlasteten Schwangeren, die die Signale des Babys deuten kann und sich daraufhin verändert (Thema Leistung!)“ (Gespräch am 04.05.2023).

In seiner Arbeit zur Mutterschaftskonstellation stellt Daniel Stern heraus, dass die Schwangere mit vielen innerpsychischen Prozessen in der Schwangerschaft beschäftigt ist, wie z.B. der Erweiterung der bestehenden Identität und Rollen. Die werdende Mutter hat dabei viele Ängste und Sorgen, den bevorstehenden Aufgaben nicht gewachsen zu sein und sucht daher nach Unterstützung durch Halt und Geborgenheit gebende Figuren (vgl. Cierpka 2012:129). Indem sich die Bindungsanalytikerin der Schwangeren als eine verlässlich haltende Beziehungsperson zur Verfügung stellt, entsteht für die Schwangere ein sicherer Raum (Safe Container). In diesem kann sie sich mit ihren Sorgen und Ängsten zeigen und mit Verletzungen auseinandersetzen und sich dabei sowohl ihres Rollenverständnisses als werdende Mutter als auch eventueller Rollenunsicherheiten bewusst werden (vgl. Eckert, 2002:141). Das mindert den Stress der

Frau und erlaubt ihr häufig einen Entwicklungsschritt, indem sie etwas von sich selbst oder dem Signal des Kindes versteht und sich dann aus eigenem Antrieb heraus verändert. Hervorzuheben dabei ist, dass die Schwangere die Veränderung nicht von außen, also z.B. dem Partner erwartet, sondern selbst ins Handeln kommt.

4.3.8.3.3 Stressbelastung des werdenden Vaters

C: „Und ein Mann, der eine Frau erlebt, die weniger gestresst mit dieser Situation umgeht, kann wahrscheinlich auch gelassener sein und durch so ein Ritual wie abendliches Geschichte vorlesen, Lied vorsingen, also so miteinbezogen sein, ist es wahrscheinlich für alle weniger Stress. Und wenn die Kinder dann auf der Welt sind, sind sie ruhiger, weil die Eltern gelassener sind und nicht so viel Spannungen ausgesetzt sind“. #00:11:12-5#

Das Erleben einer entspannten Partnerin in der Schwangerschaft stärkt im Mann das Zutrauen in seine zukünftige Rolle als Vater. Durch die positiven Reaktionen sowohl seiner Frau als auch seines Kindes auf seine regelmäßigen Kontaktangebote, lassen das Selbstvertrauen in ihm wachsen. So entstehen zwischen den Partnern einerseits und in der Triade andererseits Interaktionen positiver Gegenseitigkeit. Deswegen werden häufig nach durchgeführter Bindungsanalyse ruhige und entspannte Kinder beobachtet.

B: „Ja, dass er eben halt über die Bindungsanalyse der Mann da wie auch noch, also dass das eben halt die die schwierige Geburtssituation noch mal den Raum gekriegt hat. (...) Der Fokus auf die zweite Geburt dann sich richten konnte und die dann also auch entspannter verläuft, oder? Wo also tatsächlich auch die Männer. (...) wie eine Geburt verarbeiten konnten, da durch so eine schwieriges Geburtserleben.“ #00:18:37-4#

Oft werden Paare mit ihren Fragen und Gefühlen nach dem Erleben einer Geburt alleine gelassen. Da ihnen in der Regel keine Nachbesprechung der Geburt angeboten wird, gestehen sie sich auch nicht ein, was diese - manchmal überfordernde - Erfahrung in ihnen ausgelöst hat. Erst eine Folgeschwangerschaft konfrontiert sie wieder mit der einstigen Erfahrung von Angst und Ohnmacht. Diese bedrohlichen Gefühle lasten dann schwer auf der aktuellen Schwangerschaft und der bevorstehenden Geburt. In dem oben genannten Beispiel gelingt es der Bindungsanalytikerin, dem werdenden Vater Hilfe zur Verarbeitung der ersten Geburtserfahrung anzubieten. Dadurch ermöglicht sie ihm, seine Stressbelastung zu mindern.

4.3.8.3.4 Stressbelastung des Paares

P2: „Indirekte Wirkung, da Mütter sicherer und intuitiver im Umgang mit dem Baby zu Beginn sind. Die Beobachtung ist, dass die Paar-Beziehung häufig sich weniger konflikthaft darstellt, als bei anderen Paaren, die keine Bindungsanalyse erfahren haben.“ (Gespräch am 04.05.2023)

C: „Und das hat sie als Paar dann auch oder als Elternpaar gestärkt und den Start dann trotz der widrigen Umstände einfacher gemacht.“ #00:07:04-7#

B: „und, also ich glaube einfach über die Bindungsanalyse, da sind die Frauen mit sich in Kontakt, und mit ihren Themen. ... und das entlastet natürlich auch. Also das entspannt eine Situation. Auch bei dem Paar.“ #00:20:20-8#

P1: „Die meisten Männer können mit der Bindungsanalyse wenig anfangen, so sagen es zumindest die Frauen. Sie spüren, dass die Sitzungen ihrer Partnerin irgendwie gut tun, auch wenn sie nicht wirklich begreifen können, was das geschieht.“ (Mail vom 04.05.2023)

All die genannten Beispiele der Expertinnen weisen darauf hin, dass die Bindungsanalyse den Schwangeren gut tut. Das liegt auch daran, dass das Konzept des Containments nach Wilfred Bion ein wesentliches Element der Bindungsanalyse darstellt. Indem die werdende Mutter sich in der Begegnung mit der Bindungsanalytikerin entspannen und Sicherheit und Vertrauen zu sich selbst entwickeln kann, wird ihr möglich, seelisch nachzureifen und in eine gute Selbstanbindung zu kommen. Dieser Umstand wirkt sich stressmindernd auf die Paarbeziehung der Schwangeren aus.

4.3.8.3.5 Kind als Stressfaktor

A: „Und ja, natürlich sind die teils ruhiger die Babys, aber ich finde es gibt auch sehr bewusste, also sehr aktive, sehr wache Babys nach Bindungsanalyse, die natürlich auch ... aber ja, sie gehen ja allgemein mit - ja entspannter um die Paare. Von daher denke ich, vom Baby aus ist da weniger Stress da. Ja würde ich schon auch sagen.“ #00:06:41-5#

B: „Also ich empfinde das (Baby; Anm. d. Interviewerin) total sehr viel mehr aufgeräumter.“ #00:14:07-0#

Erst wenn Eltern „in der Lage sind, ihren eigenen Körper zu spüren und wahrzunehmen“, ist es ihnen möglich, „einen intuitiven Zugang zum Kind zu finden, mitzuschwingen und auf die Gefühle des Säuglings spontan zu antworten“ (Harms 2020: 75). Es können zwei Faktoren herausgestellt werden, die die »positive Andersartigkeit« der Babys nach einer Bindungsanalyse verantworten und das Leben mit diesen Kindern erleichtern. Der erste Faktor ist - wie bereits

oben beschrieben - die bessere Selbstanbindung der werdenden Mutter, die es der Mutter ermöglicht, ihr Kind intuitiv zu verstehen. Der zweite Faktor ist die containende Haltung der Schwangeren ihrem Kind gegenüber. Durch das bewusste Wahrnehmen ihres Kindes und durch ihr Nachdenken und empathisches Reagieren auf seine Gefühle bietet sie diesem ebenfalls einen »sicheren Raum« (vgl. Schroth 2014:552). Hierdurch erfährt sich das noch nicht geborene Kind „in seinen eigenen Bedürfnissen als bedeutsam und respektiert“, wodurch „sich ein starkes Gefühl von Selbstwert und Selbstbewusstsein“ entwickelt (ebd.).

Siehe auch in Abbildung 1 / Punkte 9-11.

4.3.8.4 Ankommen in der Elternrolle und der familiären Triade

In der Phase des Elternwerdens gibt es einen engen Zusammenhang zwischen Partnerschaftszufriedenheit und dem Gelingen einer guten Koordination beider Partner als Eltern (vgl. Cierpka 2012:480). Die Herausforderung und Entwicklungsaufgabe, vor die beide gemeinsam gestellt werden, ist, den Übergang aus einer dyadischen Paarbeziehung in eine triadische Familienbeziehung zu meistern (vgl. ebd.). In der Kategorie *Ankommen in der Elternrolle und der familiären Triade* wird daher auf folgende Aspekte geschaut: die Erwünschtheit des Kindes, die Beziehungsdauer und Lebensplanung des Paares, die psychische Gesundheit des werdenden Elternpaares, die vertikalen Beziehungen innerhalb der Familie - also auf die Mutter-Kind-Beziehung und auf die Vater-Kind-Beziehung und welche möglichen Effekte die Ausgestaltung dieser beiden Dyaden auf die Paarbeziehung hat. Danach soll auf das Einüben der Elternrolle in der Schwangerschaft und auf die Bildung der Triade durch Ritualisierung eingegangen werden.

4.3.8.4.1 Allgemeine Wirkfaktoren

B: „Ich finde eigentlich schon, dass die da guten Willens sind, oder? Da schon in den ersten Jahren zeigt sich noch nicht so ... also ich finde, sie sind schon, versuchen da konstruktiv zu sein. Es geht natürlich darum was, also was bleibt meins? Also eben die Frage des Teilens und dem Aufteilen der Hausarbeit und dergleichen. Aber ich finde sie da im Umgang allermeist doch recht konstruktiv.“ #00:12:13-4#

C: „dass das auch eine ziemlich breite, eine große Bandbreite hat, auch innerhalb der Paare, die Bindungsanalyse machen oder Frauen die Bindungsanalyse machen“.

C: „Es kommt immer darauf an, wo startet das Paar und welche Unterstützung bekommt ist und welche Herausforderungen kommen noch auf das Paar auch einfach zu. #00:07:23-7#

Die Expertinnen beschreiben, dass bei der Familiengründung insgesamt eine große Bandbreite der Verläufe zu beobachten ist. Dies hängt auch mit den individuellen Belastungen und Ressourcen der Paare zusammen. Im Wochenbett sind die Eltern in der Regel sehr bemüht, konstruktiv miteinander umzugehen. Die klassischen Probleme kommen erst mit der Zeit und häufig ist die Tradionalisierung der Rollen nach Geburt des Kindes einer der Gründe für die Verschlechterung der Paarbeziehung. Weitere Ursachen für die Abnahme der Beziehungszufriedenheit sind in Abschnitt 2.4.3 beschrieben.

4.3.8.4.2 Beziehungsdauer, Lebensplanung und Erwünschtheit des Kindes

C: „Ja auch so die Dauer einer Beziehung ist oft, das hat oft Auswirkungen auf den Umgang des Paares miteinander. Wenn das irgendwie noch gar keine gefestigte Beziehung ist und es meldet sich ein Baby, dann ist natürlich dann erst mal ja auch mehr Unruhe und Unsicherheit auf beiden Seiten.“ #00:03:37-6#

C: Ich glaube, es hat natürlich auch noch oder es wirkt sich natürlich auch aus, inwieweit dieses Kind erwünscht ist oder so die ganze Lebensplanung durchkreuzt. #00:02:49-7#

C: „Wenn es sehr erwünscht ist, dann ist natürlich meistens die Fürsorglichkeit der Männer auch eine andere als in den Schwangerschaften, in denen das Kind völlig ungeplant kommt und das Paar erst mal vor Herausforderungen stellt.“ #00:03:09-8#

Da die mit der Schwangerschaft und Geburt einhergehenden Veränderungen für die einzelnen Partner bereits eine große Herausforderung darstellen, wird diese Transitionsphase zusätzlich erschwert, wenn weitere Belastungsfaktoren von elterlicher oder kindlicher Seite hinzukommen (vgl. Cierpka 2012:121).

4.3.8.4.3 Psychische Gesundheit des werdenden Elternpaares

C: „Ich glaube, dass das auch eine ziemlich breite, eine große Bandbreite hat, auch innerhalb der Paare, die Bindungsanalyse machen oder Frauen, die Bindungsanalyse machen. Weil ich, ob meiner Erfahrung, habe ich immer wieder Frauen, die psychisch vorbelastet sind und das macht das Schwangersein insgesamt für die Frauen schon ein bisschen komplizierter und das ist dann natürlich oft auch für die Paare stressiger, mit so einer neuen und herausfordernden Situation umzugehen. Und ich glaube, da kann die Bindungsanalyse dann so ein bisschen stabilisierend wirken. Aber ich glaube nicht, dass sie dann Paare so massiv stärken kann.“ #00:05:52-5#

C: „Wobei ich auch schon andere erlebt habe. Ich habe auch erlebt, zum Beispiel ein Paar, dass - bei dem beide Partner psychische Belastung haben in Form von Depressionen und die auch in ihrer 10-jährigen Beziehung schon einiges an Auf und Abs erlebt hatten, inklusive immer wieder Phasen von Trennungen, die dann ein Wunschkind bekommen haben. Und da hat der Vater auch an der Bindungsanalyse teilgenommen.“ #00:05:52-5#

Gerhard Schroth beschreibt 2015 in der Zeitschrift *Psychotherapie aktuell*, dass „die erste Schwangerschaft eine der bedeutendsten Schwellensituationen in der persönlichen, sozialen und emotionalen Entwicklung“ der Frau und ihres Partners darstellt (vgl. Schroth 2015a:11). Er führt weiter aus, dass die Ursache dafür bei mehr als achtzig Prozent der Frauen, die einen peripartale Depression entwickeln, „Ausdruck einer Maladaptation auf dem Hintergrund der bisher unge lösten Konflikte und Überlastungen“ ist (vgl.ebd.:13). Und obwohl die Bindungsanalyse keine Psychotherapie ist und durch unterschiedliche Berufsgruppen angeboten wird, „wurde „selbst bei entsprechender depressiver Vorerkrankung nach Anwendung der Bindungsanalyse keine peripartale Depression beobachtet“ (ebd.: 13). Siehe auch Abbildung 1 / Punkt 12.

4.3.8.4.4 Die vertikalen Beziehungen in der Familie

A: Mutter – Kind - Beziehung

C: „Ich führe das auf die Babystunden zurück, aber auch auf diesen engmaschigen Kontakt, dass man sich ja Woche für Woche trifft und Ängste natürlich auch besprechen kann und viele Sorgen nehmen kann, so dass für die Mütter erst mal weniger Stressbelastung ist und das Baby dann entspannter ist.“ #00:11:12-5#

B: „Ja, das Kind ist nicht so fremd, auch sind sie sich, also die Mutter und das Kind sind einfach zugewandter.“ #00:14:18-3#

Die Auflistung der häufigsten Erfahrungen mit der Bindungsanalyse bestätigt deren positive Auswirkung auf die Mutter-Kind-Beziehung (Siehe Abbildung 1) Hervorzuheben ist, dass die Frauen sich persönlich weiterentwickeln und im Kontakt zum Kind das Gefühl haben, sich schon zu kennen.

B: Vater – Kind - Beziehung

P2: „Beeindruckend war die kürzlich Erfahrung mit einem Paar bei der 2 Abschlussstunde. Das Baby hat auf jeden Satz des werdenden Vaters deutlich sichtbar mit Bewegungen reagiert. Das Paar meinte daraufhin: „ das werden wir als Paar nie vergessen.“ Gespräch am 04.05.2023

Wie in Abschnitt 3.3 bereits ausgeführt, verändert sich nicht nur bei der Schwangeren die hormonelle Situation, sondern ebenso beim werdenden Vater. Dies hat zur Folge, dass auch ihm auf unbewusster Ebene eine Kommunikation mit seinem Kind möglich ist. Die frühe Kontaktaufnahme des Vaters zu seinem Kind fördert sein Interesse, sich um das gemeinsame Kind zu kümmern und eine Bindung zu ihm aufzubauen. Dadurch kann von beiden Partnern leichter eine gleichberechtigte Elternschaft gestaltet werden, was sich positiv auf die Qualität ihrer Paarbeziehung auswirkt (vgl. Cierpka 2012:120).

4.3.8.4.5 Einüben der Elternrolle in der Schwangerschaft

C: „So dass sie da sich gemeinsam einfach vorbereitet haben. Also einfach auch den Kontakt zum Kind.“ #00:06:51-0#

C: „Ja, ich glaube, dass durch das bessere Kennenlernen und Hinhören zum Kind schon mehr Vertrautheit und weniger Fremdheit ist. Und dass die Eltern oft schon das Gefühl haben, dass sie das Kind besser kennen. #00:11:12-5#

C: „Und wenn die Kinder dann auf der Welt sind, sind sie ruhiger, weil die Eltern gelassener sind und nicht so viel Spannungen ausgesetzt sind.“ #00:11:12-5#

„Der Dialog zwischen dem ungeborenen Kind, der Mutter und dem Vater erzeugt eine primäre Zugehörigkeit“ (Fedor-Freyberg 2014:36). Durch die Bindungsarbeit in der Schwangerschaft können die werdenden Eltern ihre Mütterlichkeit bzw. Väterlichkeit entwickeln und vom Kind ihrer Eltern zu den Eltern ihres Kindes heranreifen (vgl. Aßmann 2017a: 47).

4.3.8.4.6 Entstehung der Triade durch Ritualisierung

C: „Ansonsten finde ich es um jetzt weniger durch die Babystunden, wo ja die Mütter in der Regel alleine zu mir kommen, aber mit den Hausaufgaben, die sie dann bekommen, also dass sie dann in so eine Art Ritual entwickeln sollen mit, dass sie dem Kind vorsingen, vorlesen über Berührung und also dieses ganz speziell für dieses Kind eine Zeit am Tag reservieren und sich mit dem Kind beschäftigen. Das lege ich den Paaren immer sehr ans Herz. Und da sind schon viele gute Kontakte entstanden zwischen den Vätern und den Kindern, weil die Kinder sehr reaktiv sind auf die Väter.“ #00:08:15-4#

C: „Und das erleben die Frauen dann natürlich als sehr angenehm, weil sonst fühlen sie sich oft so ein bisschen alleine mit dem Kind. Und die Männer fühlen sich oft ein bisschen ausgeschlossen, weil sie nicht so nahe dran sind. Und über diese Rituale stärkt es das Paar und es bereitet sie auf das, was da kommt, besser vor.“ #00:08:44-9#

C: „Ich habe da auch so ein Beispiel gehabt von einem Paar: die haben es dann so gemacht, dass die morgens immer, bevor der Mann zur Arbeit ist, hat er irgendwie der Frau den Bauch eingeeölt und dann hat er gesagt: „so, jetzt ist Aufwachen angesagt“ und dann wurde das Baby auch immer ganz wach. Und dann ist er ins Bad, hat sich fertig gemacht und wenn er dann, bevor er gegangen ist, ist er immer wieder gekommen, hat den Bauch geküsst und hat gesagt: „Also tschüss, meine Lieben.“ Und wenn, sobald er wiederkam und diesen Satz gesagt hat, ist das Baby total drauf angesprungen und ist jedes Mal ganz wild gewesen. Und dann hat sich das bei denen richtig eingespielt. Und mit diesem Satz hat sich das Baby dann beruhigen lassen, wenn er gegangen ist, wenn sehr viel Unruhe war.“ #00:16:52-2#

Rituale erzeugen mit ihrer Symbolik Zusammenhänge zwischen den Zeitebenen der Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft (vgl. Birnbaum 2012:243). Mit ihrer Aufführung vermitteln sie beiden Partnern, „dass sich das, was war, nicht verändert hat und auch künftig Bestand haben wird“ (ebd.). So stellen Rituale in der Gegenwart Handlungssicherheit für beide Personen her und gleichzeitig machen sie „verbindliche Angaben für die Zukunft ihrer Beziehung“ (ebd.). Auf diese Weise prägen Rituale „die Erwartungshaltungen der Partner, z.B. in Bezug auf ihre gemeinsame Bewältigung ausstehender Entwicklungsaufgaben und die künftige Qualität ihrer Beziehung“ (ebd.). Mit den oben zitierten Aussagen der Expertinnen bestätigen diese die positiven Auswirkungen der in der Bindungsanalyse eingesetzten Rituale. Darüber hinaus stellen sie heraus, dass die Schwangere einerseits durch die wiederkehrenden Treffen mit der Bindungsanalytikerin in eine bessere Selbstanbindung kommt, andererseits der werdende Vater dadurch entlastet wird. So bekommt auch er Raum, sich mit dem Vaterwerden und den eigenen Veränderungen dabei auseinandersetzen. Sein regelmäßiger, von ihm selbst gestalteter Kontakt zum Kind sowie das Wahrnehmen der positiven Reaktionen des Kindes darauf, stärken sein Vertrauen, die Vaterrolle gut erfüllen bzw. die Verantwortung als Vater übernehmen zu können. Gleichfalls fühlt sich die werdende Mutter mit der Schwangerschaft nicht alleine, da sie von ihrem Partner zuverlässig Aufmerksamkeit bekommt. Da der werdende Vater von Anfang an dazu gehört, kann so viel leichter eine primäre Triade aus Vater-Mutter-Kind entstehen.

5 Zusammenfassung

Im vorherigen Kapitel wurden die Ergebnisse der hier vorgelegten Forschungsarbeit ausführlich dargelegt.

Diese werden im Folgenden zusammengefasst. Eine Einordnung entsprechend des »Fünf-Ebenen-Modells« nach Cowan & Cowan (siehe 2.4.3) wird jeweils in Klammern hinzugefügt. Zunächst ein zusammenfassender knapper Blick auf die diesbezüglichen Erkenntnisse aus bereits vorliegenden Studien:

- Es findet mehr Kommunikation zwischen den Partnern statt. (*»Paar- und Beziehungs-Ebene«*)
- Die Partner der Schwangeren fühlen sich psychisch entlastet. (*»Individuelle Ebene«*)
- Das Stresserleben von Müttern ändert sich nicht, jedoch ändern sich ihre Coping Strategien, d.h. sie können besser mit Stress umgehen. (*»Individuelle Ebene«* und *»Eltern-Kind-Ebene«*)
- Die werdenden Väter werden in die Begleitung eingebunden. Sie erfahren und verstehen mehr von den Bedürfnissen der schwangeren Partnerin und haben so die Möglichkeit, sich entsprechend einzubringen. Dadurch erleben sie sich häufig als kompetent und selbstwirksam. (*»Individuelle Ebene«* und *»Paar- und Beziehungs-Ebene«*)
- Die Auseinandersetzung beider Partner mit den jeweiligen Herkunftssystemen ermöglicht diesen, die darin ausgebildeten Beziehungsmuster zu erkennen und sich eigener früher Verletzungen bewusst zu werden. Auch frühe Verletzungen des Partners können mitbedacht werden. Folglich wird der eigene Anteil an Konflikten besser erkannt, sodass ein größeres gegenseitiges Verständnis möglich wird. (*»Individuelle Ebene«, »Ebene der Herkunftsfamilien«* und *»Paar- und Beziehungs-Ebene«*)

Folgende Ergebnisse wurden nun in der von der Verfasserin durchgeführten Studie bestätigt oder sind neu hinzugekommen:

- Die Anamnese-phase bietet die Möglichkeit, Unbewusstes ins Bewusstsein zu holen. Die Auseinandersetzung mit eigenen Themen auf der Metaebene ermöglicht, aktuelle Konflikte konstruktiv zu lösen. (*»Individuelle Ebene«*)

- Regelmäßige Termine der Schwangeren bei der Bindungsanalytikerin bieten auch dem Paar wiederkehrende Gesprächsanlässe. Dieser gemeinsame Austausch stärkt die unbewusste Verbindung des Paares und reduziert seine Konflikanfälligkeit. (*»Paar- und Beziehungsebene«*)
- Durch die Schaffung eines »sicheren Raums« und im Gehaltwerden in diesem kann bei der Schwangeren das Auftreten von chronischem Stress, Angst sowie Depressionen vermieden bzw. reduziert werden. Infolgedessen kann sie einen Zuwachs an Ich-Stärke, Selbstwirksamkeit und Gesundheit entwickeln. All diese Faktoren wirken sich positiv auf die Paarbeziehung aus. (*»Individuelle Ebene«*)
- Da die Schwangere in der Begleitung mit der Bindungsanalyse angeleitet wird, zwischen sich und dem ungeborenen Kind zu differenzieren, kann sie diese in den Babystunden geübte Differenzierungsfähigkeit ebenso auf ihre Paarbeziehung übertragen. Durch eine Stärkung der Selbst – und Fremdwahrnehmung gelingt es ihr besser, zwischen eigenen Bedürfnissen und Bedürfnissen des Partners zu unterscheiden. So kann die Zunahme an Mentalisierungskompetenz zu mehr Kooperation zwischen den Partnern führen. (*»Eltern-Kind-Ebene«, »Paar- und Beziehungsebene«*)
- Die Suche nach Stabilität und Sicherheit gelingt durch a) den Schutzraum der therapeutischen Sitzung und b) die Einladung an den Partner der Schwangeren, sich ihr als sozialer Schutzraum zur Verfügung zu stellen. Beide Interventionen entlasten das Paar und bewahren es vor gegenseitiger Überforderung. (*»Paar- und Beziehungsebene«*)
- Die Arbeit mit Imaginationen in den Babystunden führt zu einer größeren Stabilisierung und Strukturierung der werdenden Mutter. Darüber hinaus eröffnet das Imaginieren in der Bindungsarbeit dem Paar die Möglichkeit, sich mit dem eigenen Bild des anderen auseinanderzusetzen und lädt dazu ein, sich bewusst für ein positives Bild vom anderen zu entscheiden. Diese bewusste Entscheidung, den anderen wohlwollend zu betrachten, steigert beim Paar die gegenseitige Toleranz. (*»Paar- und Beziehungsebene«*)
- Die Arbeit mit den Herkunftssystemen ermöglicht beiden Partnern, sich der eigenen Beziehungsmuster bewusst zu werden. Dadurch können sie

eigene Projektionen bei sich selbst entdecken und rutschen seltener in einen durch Projektionen befeuerten Konflikt (vgl. Teufelskreis). (*»Ebene der Herkunftsfamilien«* und *»Paar- und Beziehungs-Ebene«*)

- Der Blick auf die eigene frühkindliche Entwicklung gestattet dem Paar zudem, sich über Erziehungsvorstellungen auszutauschen und dadurch bereits im Vorfeld gemeinsame Werte zu entwickeln. (*»Ebene der Herkunftsfamilien«* und *»Paar- und Beziehungs-Ebene«*).
- Der werdende Vater kann bereits in der Schwangerschaft aktiv werden und behutsam in seine Vaterrolle hineinwachsen. Sowohl die frühe Kontaktaufnahme zum Ungeborenen als auch der zeitige Vertrauensaufbau zwischen den werdenden Eltern führen zu einer stärkeren Verantwortungsübernahme des Vaters nach der Geburt des Kindes und unterstützt das Paar dabei, die neu hinzugekommenen Aufgaben paritätisch aufzuteilen. (*»Individuelle Ebene«*, *»Eltern-Kind-Ebene«* und *»Paar -und Beziehungs-Ebene«*)
- Die Auseinandersetzung mit den individuellen Belastungen und Ressourcen sowie der Blick auf die gemeinsame Geschichte vertiefen ein WIR-Gefühl beim Paar. Das Durchsprechen belastender Erfahrungen kann zur Klärung von Angst - und Ohnmachtsgefühlen beitragen und fördert dadurch das wechselseitige Vertrauen und mindert das Stresserleben des Paares. (*»Individuelle Ebene«*, *»Paar- und Beziehungs-Ebene«* und *»Ebene der sozialen und ökonomischen Randbedingungen«*)
- Indem das Mentalisieren in den Babystunden und im ritualisierten Kontakt des Vaters zum Ungeborenen eingeübt wird, lernen beide Partner auch, sich und den anderen besser spüren und denken zu können. Die daraus resultierende Zunahme des wohlwollenden realistischen Blicks auf den Partner hilft dem Paar ebenso, Realitäten im Alltag leichter annehmen zu können und nicht in die Stress begünstigende Perfektionismusfalle zu tappen. (*»Paar- und Beziehungs-Ebene«*)
- Die Begleitung mit Bindungsanalyse unterstützt die Schwangere darin, sich mit den neu hinzukommenden Rollen auseinanderzusetzen und Rollensicherheit zu entwickeln. Diese Entwicklungsschritte werden ihr unabhängig von der Entwicklung ihres Partners möglich. Auch der werdende

Vater erfährt eine Rollenstärkung. (*»Individuelle Ebene«* und *»Ebene der sozialen und ökonomischen Randbedingungen«*)

- Beiden wird zudem das Einüben der Triade ermöglicht. Als Folge daraus kann die strukturelle Veränderung von der Dyade zur Triade gemäß der notwendigen Ebenen eingehalten werden, was der Entwicklung einer gleichberechtigten Elternschaft förderlich ist und ein 'Maternal Gate-Keeping' verhindert. (*»Paar- und Beziehungs-Ebene«* und *»Eltern-Kind-Ebene«*)
- Das Paar nimmt sich mehr Zeit füreinander und kann die daraus resultierende wohltuende Wirkung auf die Paarbeziehung spüren. Es wird sich gewahr, dass gemeinsam verbrachte Zeit einen wichtigen Faktor für die Pflege der Beziehung darstellt. Ferner kann die Zeit der Schwangerschaft für das Einüben positiver Gegenseitigkeit genutzt werden. (*»Paar- und Beziehungs-Ebene«*)
- Das neugeborene Kind wird von den jungen Eltern als weniger anstrengend erlebt, da es sich bereits vor seiner Geburt von ihnen gesehen und gespiegelt gefühlt hat und sich dadurch auch psychisch besser entwickeln konnte. Gleichzeitig haben die Eltern schon während der Schwangerschaft eine aktive Beziehung zu ihrem Kind aufgenommen. In dieser Zeit sind sie in ihre Elternrolle hineingewachsen und beide können die Bedürfnisse ihres neugeborenen Kindes meist besser intuitiv erkennen und beantworten. (*»Eltern-Kind-Ebene«*)

6 Fazit

In der vorgelegten Forschungsarbeit konnte dargelegt werden, dass die Bindungsanalyse nach Raffai und Hidas neben der Stärkung der Mutter-Kind-Bindung ebenso Auswirkungen auf die Paarbeziehung beim Übergang zur Elternschaft hat. So wurde aufgezeigt, dass die pränatale Bindungsförderung auf allen fünf von Cowan & Cowan beschriebenen Veränderungs-Ebenen (individuelle Ebene, Paar- und Beziehungsebene, Eltern-Kind-Ebene, intergenerative Ebene und Kontext-Ebene) unterstützend wirksam ist. Die positive Auswirkung der Bindungsanalyse ist somit nicht nur auf der Mutter-Kind-Ebene vorzufinden, sondern ebenso auf der Paar- und Familien-Ebene.

Da sie sowohl intergenerational als auch präventiv ausgerichtet ist, bekommt die Bindungsförderung darüber hinaus auch gesellschaftliche Relevanz.

In der *Charta der „Rechte des Kindes“ vor, während und nach der Geburt* wird die Gesellschaft aufgefordert, der künftigen Generation die Möglichkeit zu geben, „ihre eigenen Potentiale als Paar und als Eltern zu entwickeln“ (ISPPM.ngo 2024), um dem Kind „verantwortliche, feinfühlig und bezogene Eltern“ zu sein (ebd.). Gesellschaftliche Institutionen werden aufgefordert, „Eltern bei der Bewältigung ihrer Aufgaben zu unterstützen“ (ebd.).

Auch die Studie von Göbel et al. (siehe 3.1.3) sieht einen Unterstützungsbedarf des Paares beim Übergang zur Elternschaft, und schlägt daher ein Screening für werdende Eltern vor, um gegebenenfalls therapeutische Begleitung in der Schwangerschaft anbieten zu können (Göbel et al. 2019:27).

Es stellt sich als wünschenswert dar, die psychologischen Erkenntnisse unserer Zeit nicht erst anzuwenden, wenn bereits etwas schiefgegangen ist, sondern als Präventionsangebot vorzuhalten. Die Bindungsanalyse nach Raffai und Hidas könnte solch ein Präventionsbaustein sein.

7 Limitationen

Um sich im Forschungsfeld zu orientieren, wurden Expertinneninterviews als Methode einer explorativen Befragung ausgewählt. Dadurch wurden Aussagen von Dritten über die relevante zu untersuchende Gruppe ausgewertet. Da die Inhalte von Expertinneninterviews keine rein objektiven Informationen sind und immer auch subjektive Deutungen der Expertinnen enthalten, wäre eine vergleichende direkte Befragung von Paaren im Übergang zur Elternschaft wünschenswert. Zudem sollten weitere Forschungsarbeiten folgen, um den präventiven Aspekt der Bindungsanalyse nach Raffai und Hidas auf die Paarbeziehung der Schwangeren in größeren Populationen weiter zu untersuchen. Dabei wären sowohl qualitative als auch quantitative Untersuchungen anzustreben.

Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1: Die häufigsten Erfahrungen mit der Bindungsanalyse. Seite 26

Abbildung 2: Forschungsdesign. Seite 34

Abbildung 3: Kategorisierung nach Haupt - und Unterkategorien. Seite 39

Literaturverzeichnis

- Aßmann, A.B.** (2017a). Das stille Lauschen. In: Deutsche Hebammen Zeitschrift, 69/2017, 3, 44-49
- Aßmann, A.B.** (2017b). Bindung mit dem Ungeborenen. Von Herz zu Herz. In: Deutsche Hebammen Zeitschrift, 69/2017, 4, 55-58
- Bindungsanalyse.de** / Gesellschaft für Bindungsanalyse nach Hidas und Raffai (Vorgeburtliche Beziehungsförderung) e.V (o.V., o.J.,)
<https://www.bindungsanalyse.de/wp-content/uploads/2021/02/2020-09-30-Bindungsanalyse-Satzung-vom-30-9-2020.pdf> [Aufgerufen am 11.08.2024]
- Birnbaum, A.** (2012). Rituale im Alltag von Paaren. 1.Hrsg. Kröning. Asanger Verlag.
- Blazy, H.** (2012). Interview mit Dr. György Hidas. In: Blazy, H. (HG.) (2012). Gespräche im Innenraum'. Intrauterine Verständigung zwischen Mutter und Kind. Heidelberg: Mattes Verlag, 125-133
- Bahrke, U. & Nohr, K.** (2018). Katathym Imaginative Psychotherapie. 2. Hrsg. Berlin: Springer Verlag
- Bodenmann, G.** (2013). Klinische Paar- und Familienpsychologie. 1.Hrsg. Bern: Huber Verlag.
- Bodenmann, G.** (2015). Bevor der Stress uns scheidet. Resilienz in der Partnerschaft. 1.Hrsg.. Bern: Huber Verlag.
- Bogner, A., Littig, B. & Menz, W.** (2014). Interviews mit Experten. Wiesbaden: Springer VS.
- Buchebner-Ferstl, S. & Geserick, Ch.** (2016). Vorgeburtliche Beziehungsförderung. Dokumentation von Erfahrungen mit der Methode der Bindungsanalyse. Österreichisches Institut für Familienforschung an der Universität Wien. Forschungsbericht 18/2016.
- Brisch, K.-H.** (2006). Bindungsstörungen. Von der Bindungstheorie zur Therapie. 7. Hrsg. 1 Band. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Brisch, K.-H.** (2012). Bindungen-Paare, Sexualität und Kinder.1. Hrsg. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Bünder, P.** (2023). Krise. In: Wirth, V. J. & Kleve, H., (HG.) (2023). Lexikon des systemischen Arbeitens. 2.Hrsg. Heidelberg. Carl-Auer-Verlag. 273-275
- Chamberlain, D.** (1990). Woran Babys sich erinnern. München: Kösel Verlag.
- Cierpka, M., Frey, B., Scholtes, K., Köhler, H.** (2012). Von der Partnerschaft zur Elternschaft. In: Cierpka, M. (HG.) (2012). Frühe Kindheit 0 - 3. 1.Hrsg. Berlin Heidelberg: Springer Verlag, 115-144.
- Cullberg, J.** (2008). Krise als Entwicklungschance. 1.Hrsg. Gießen: Psychosozial-Verlag
- Dornes, M.** (2009). Der kompetente Säugling. Die präverbale Entwicklung des Menschen
- Duesmann, B.** (2021). Ein neuer Blick auf Kontinuität. Die Ziele von Hebammen, die schwangere Frauen mit der Bindungsanalyse nach Hidas und Raffai betreuen. Masterarbeit an der FH Salzburg, Salzburg.

- Eckert, M.** (1999). Wenn aus Partnern Eltern werden. In: Deutscher Familienverband (HG) (1999). Handbuch Elternbildung 1 Band. Opladen: Leske & Budrich. DOI: 10.1007/978-3-322-80856-1 zuletzt geprüft am 18.09.2024.
- Eickhorst, A. & Cierpka, M.** (2023). Triade. In: Wirth, V. J. & Kleve, H., (2023). Lexikon des systemischen Arbeitens. 2.Hrsg. Heidelberg. Carl-Auer-Verlag. 494-496
- Engl, J. & Thurmaier, F.** (2020). Kommunikationstherapie. Göttingen. Hogrefe Verlag.
- Ernst, G., Franke, A. & Franzkowiak, P.** (2022). Stress und Stressbewältigung. In: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) (Hrsg.). Leitbegriffe der Gesundheitsförderung und Prävention. Glossar zu Konzepten, Strategien und Methoden. <https://doi.org/10.17623/BZGA:Q4-i118-2.0>
- Fedor-Freybergh, P.G.** (2014). Kontinuität und Dialog. In: Evertz, K., Janus, L. & Linder, R. (HG.) (2014). Lehrbuch der Pränatalen Psychologie. Heidelberg: Mattes Verlag, 34-49
- Frevert, G., Cierpka, M. Joraschky, P.** (2008). Familiäre Lebenszyklen. In: Cierpka, M. (HG) (2008). Handbuch der Familiendiagnostik. 3.Hrsg. Heidelberg: Springer Medizinverlag, 171-197.
- Fthenakis, W., Kalicki, B., Peitz, G.** (2002). Paare werden Eltern. Die Ergebnisse der LBS-Familien-Studie. HG. v. Leske & Budrich. Opladen (Buchreihe der LBS-Initiative Junge Familien). Online verfügbar unter DOI 10.1007/978-3-322-99553-7, zuletzt geprüft am 03.08.2023.
- Gioia MC, Cerasa A, Muggeo VMR, Tonin P, Cajiao J, Aloï A, Martino I, Tenuta F, Costabile A und Craig F.,** (2023). Die Beziehung zwischen Mutter-Fötus-Bindung und wahrgenommener elterlicher Bindung bei schwangeren Frauen: Betrachtung einer möglichen vermittelnden Rolle von psychischem Stress. *Front. Psychol.* 13:1095030. doi: 10.3389/fpsyg.2022.1095030 *Sek. Entwicklungspsychologie Band 13 - 2022* [<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1095030>] [Aufgerufen am 21.08.2024]
- Gläser, J. & Laudel, G.** (2010). Experteninterviews und qualitative Inhaltsanalyse. 4. Hrsg. Wiesbaden: Springer VS.
- Göbel, A., Barkmann, C., Arck, P., Hecher, K., Schulte-Markwort, M., Diemert, A., Mudra, S.,** (2019). Couples' prenatal bonding to the fetus and the association with one's own and partner's emotional well-being and adult romantic attachment style. In: Midwifery Volume 79, December 2019, Page 102549 Online verfügbar unter: doi:10.1016/j.midw.2019.102549 zuletzt geprüft am 15.08.2024.
- Görtz-Schroth, A , Schroth, G., Phillips, R.** (2022). Fortschritte in Schwangerschaft und Geburt durch die Bindungsanalyse. Eine zweite Begleitstudie. In: Blazy, H. (HG) (2022). Bindung im und Trennung vom ersten Zuhause. Heidelberg: Mattes Verlag, 9-17
- Görtz-Schroth, A.** (2019). Der Erfahrungsschatz der Bindungsanalyse. In: Blazy, H. (HG) (2019). Polyphone Strömungen . Darstellung neuer Erfahrungen aus der Bindungsanalyse. Heidelberg: Mattes Verlag, 7-17
- Grossmann, K.E., Grossmann, K.** (2019). Fünfzig Jahre Bindungstheorie: Der lange Weg der Bindungsforschung zu neuem Wissen über klinische und praktische Anwendungen. In: Brisch, K.-H. & Hellbrügge, T. (HG.) (2019).

- Wege zu sicheren Bindungen in Familie und Gesellschaft. 3.Hrsg. Stuttgart. Klett-Cotta Verlag. 12-51.
- Hafen, M.** (2023). Prävention. In: Wirth, V. J. & Kleve, H., (HG.) (2023). Lexikon des systemischen Arbeitens. 2.Hrsg. Heidelberg. Carl-Auer-Verlag. 368-370
- Hantel-Quitmann, W.** (2016). Basiswissen Familienpsychologie. Familien verstehen und helfen. 2.Hrsg. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Harms, Th.** (2020). Emotionelle Erste Hilfe. Bindung durch Selbstanbindung. Reihe: 1. Lebensjahr. Online in: Deutsche Hebammenzeitschrift. https://www.dhz-online.de/no_cache/archiv/archiv-inhalt-heft/archiv-detail-abo/artikel/bindung-durch-selbstanbindung/
- Hidas, G., Raffai, J., Vollner, J.** (2021). Nabelschnur der Seele. Psychoanalytisch orientierte Förderung der vorgeburtlichen Bindung zwischen Mutter und Baby. 3. Hrsg. Gießen: Psychosozial – Verlag
- Hörndler, M.,** (2014). Bindungsanalyse - Förderung der vorgeburtlichen Mutter-Kind-Beziehung. Zurück zu den Wurzeln menschlichen Lebens mit Blick nach vorne. In: Psychologie in Österreich, 2014, 34 (5), 307-315.
- ISPPM.ngo** (2024, o.V.) Ueber uns. <https://isppm.ngo/ueber-uns/#geschichte> [Aufgerufen am 13.08.2024]
- Janus, L.** (2000). Der Seelenraum des Ungeborenen. Düsseldorf. Patmos Verlag
- Janus, L.** (2024). Wie die Seele entsteht. Unser psychisches Leben vor, während und nach der Geburt. Heidelberg: Mattes Verlag.
- Jungbauer, J.** (2022). Familienpsychologie kompakt. 3. Hrsg. Weinheim Basel: Beltz Verlag.
- Karrasch, C.,** (2019). Die Bindungsanalyse. Psychoanalytisch orientierte Förderung der vorgeburtlichen Bindung zwischen Mutter und Baby. In: Dynamische Psychiatrie, 2019, 52 (3-4), 149-170, ISSN: 0012-740X
URL(Zeitschrift): <http://www.dap-psychoanalyse.d..schriften/> [Aufgerufen am 20.08.2024]
- Lenz, K.** (1998). Soziologie der Zweierbeziehung: Eine Einführung. Opladen: Westdeutscher Verlag.
- Meisenzahl, E., Stegmüller, V. & Gerbig, N.** (2021). Psychische Belastungen in Schwangerschaft und Stillzeit. Manual für Gruppen- und Einzelsettings. 1.Hrsg. Stuttgart: Schattauer Verlag.
- Meuser, M. & Nagel, U.** (1991). ExpertInneninterviews - vielfach erprobt, wenig bedacht. Online abrufbar unter: document/2402/ssoar-1991-meuser_et_al-expertinneninterviews_-_vielfach_erprobt.pdf?sequence=1&isAllowed=y&lnkname=ssoar-1991-meuser_et_al-expertinneninterviews_-_vielfach_erprobt.pdf [Aufgerufen am 30.07.2024].
- Meuwly, N., Schoebi, D. & Bierhof, H.-W.** (2018). TBS-TK Rezension: »Fragebogen zur Partnerschaftsdiagnostik (FPD; 2. neu normierte und erweiterte Hrsg.). « Report Psychologie , 43 (4, 163-164.)
online verfügbar unter:
https://www.testzentrale.de/shop/media/downloads/sample-reports/0115301_r.pdf. [Aufgerufen am 01.08.2024].

- Pfrommer, F.** (2021). Geburtsvorbereitung und -begleitung für Väter. In: Hildebrandt, S., Schacht, J. & Cotiga, A. (HG.) (2021). Geburtshilfe im Wandel. Heidelberg: Mattes Verlag, 125-140.
- Raffai, J.** (2011). Tiefenanalyse der Schwangerschaft im Spiegel der Bindungsanalyse. In: Levend, H. & Janus, L. (2011). Bindung beginnt vor der Geburt. Heidelberg: Mattes Verlag, 51-59
- Raffai, J.** (2014). Auswirkung von Elternkonflikten im intrauterinen Raum. In: Evertz, K., Janus, L. & Linder, R. (HG.) (2014). Lehrbuch der Pränatalen Psychologie. Heidelberg: Mattes Verlag, 556-570.
- Raffai, J.** (2015). Der intrauterine Mutterrepräsentant. In: Blazy, H. (HG) (2021). Gesammelte Aufsätze. Heidelberg: Mattes Verlag, 31-41
- Reich, G., Cierpka, M. & Stach, M.** (2024). Psychodynamischer Befund. In: Reich, G., Stasch, M., Walter, J. & Cierpka, M. (HG) (2024). Handbuch der Familiendiagnostik. 4.Hrsg. Heidelberg: Springer Verlag, 271-301
- Roesler, Christian** (2018): Paarprobleme und Paartherapie. Theorien, Methoden, Forschung - ein integratives Lehrbuch. 1. Hrsg.. Stuttgart: Verlag W. Kohlhammer.
- Roos, St.** (2017). Sicher gebunden von Anfang an. Die Auswirkungen der Bindungsförderung auf die Erziehungseinstellung und das elterliche Stressempfinden. Bachelorarbeit. IB-Hochschule Berlin, Berlin.
- Rotländer, P.** (2020). Mentalisieren mit Paaren. 1.Hrsg. Stuttgart. Klett-Cotta-Verlag
- Rudolf, G.** (2020). Strukturbezogene Psychotherapie (SP). Leitfaden zur psychodynamischen Therapie struktureller Störungen. 4.Hrsg. Stuttgart: Schattauer Verlag.
- Salehi, K., Taleghani, F. & Kohan, S.** (2019). Effect of attachment-based interventions on prenatal attachment: a protocol for systematic review. In: Reproductive Health 16/2019, 42. Available from: doi:10.1186/s12978-019-0704-y [Aufgerufen am 29.07.2024].
- Schmid, Brunhild** (2015). Die Mutter-Kind-Bindungsanalyse nach Raffai und Hidas als Element der Hebammenarbeit. Masterarbeit. Fachhochschule Salzburg, Salzburg.
- Schmid, V.** (2011). Schwangerschaft, Geburt und Mutterwerden. Ein salutogenetisches Betreuungsmodell. 1.Hrsg. Hannover: Elwin Staude Verlag.
- Schroth, G.** (2014). Die Bindungsanalyse nach Jenö Raffai. In: Evertz, K., Janus, L.; & Linder, R. (HG.) (2014): Lehrbuch der Pränatalen Psychologie. Heidelberg: Mattes Verlag, 549-555.
- Schroth, G.** (2015a). Peri-/Postpartale Depression – (primäre) Aufgabe der Psychotherapie In: Psychotherapie Aktuell 7. Jahrgang | Heft 2.2015, 10-16
- Schroth, G.** (2015b). Ausbildungsunterlagen aus der Weiterbildung in Bindungsanalyse. Gleisweiler 2015-2017. Unveröffentlicht.
- Sanides, S** (1991) <https://taz.de/Kennen-babies-keinen-schmerz/!1696178/#:~:text=In%20einer%20Erkl%C3%A4rung%20des%20Verbands,nicht%20ohne%20An%C3%A4sthesie%20vorgenommen%20werden.> [Aufgerufen am 12.08.2024]

- Stangl, W.** (2024, 28. September). *Containment*. *Online Lexikon für Psychologie & Pädagogik*. <https://lexikon.stangl.eu/37074/containment>. [Aufgerufen am 08.10.2024].
- Stöcker, K., Strasser, K., & Winter, M.** (2003). Bindung und Partnerschaftsrepräsentation. In: Grau, I. & Bierhoff, H.W. (HG) (2003). *Sozialpsychologie der Partnerschaft*, 1.Hrsg. Heidelberg: Springer Medizinverlag, 137-163.
- Sydow, K. v.** (2017). Bindung und Paarbeziehung. In: Strauß, B. & Schauensburg, H. (HG). *Bindung in Psychologie und Medizin. Grundlagen, Klinik und Forschung – ein Handbuch*. Stuttgart: Kohlhammer Verlag, S. 87-100.
- Tillmetz, E. & Themessel, P.** (2013). *Eltern werden-Partner bleiben. Ein Überlebenshandbuch für Paare mit Nachwuchs*. Frankfurt: Mabuse Verlag.
- Trombetta T, Giordano M, Santoniccolo F, Vismara L, Della Vedova AM and Rollè L** (2021). Prenatal Attachment and Parent-To-Infant Attachment: A Systematic Review. In: *Frontiers in Psychol.* 12:620942. Available from: doi.org/10.3389/fpsyg.2021.620942 [Aufgerufen am 15.08.2024].
zuletzt geprüft am 12.11.2024.
- Verdult, R.** (2014). Pränatale Bindungsentwicklung – auf dem Weg zu einer pränatalen Entwicklungspsychologie. In: Evertz, K., Janus, L.; & Linder, R. (HG.) (2014): *Lehrbuch der Pränatalen Psychologie*. Heidelberg: Matthes Verlag, 205 - 231.
- Vogt, M.** (2023). Ritual. In: Wirth, V. J. & Kleve, H., (2023). *Lexikon des systemischen Arbeitens*. 2.Hrsg. Heidelberg. Carl-Auer-Verlag. 398-400.

Eidesstattliche Versicherung

Hiermit versichere ich an Eides statt,

- dass ich die vorliegende Studienarbeit selbstständig angefertigt und
- keine anderen als die angegebenen und bei Zitaten kenntlich gemachten Quellen und Hilfsmittel benutzt habe.

Die Strafbarkeit einer falschen eidesstattlichen Versicherung ist mir bekannt, namentlich die Strafandrohung gemäß § 156 StGB bis zu drei Jahren Freiheitsstrafe oder Geldstrafe bei vorsätzlicher Begehung der Tat bzw. gemäß § 161 Abs. 1 StGB bis zu einem Jahr Freiheitsstrafe oder Geldstrafe bei fahrlässiger Begehung. Hinweis auf die einschlägigen §§ 156, 161 StGB: §156 StGB: Falsche Versicherung an Eides statt. Wer vor einer zur Abnahme einer Versicherung an Eides statt zuständigen Behörde eine solche Versicherung falsch abgibt oder unter Berufung auf eine solche Versicherung falsch aussagt, wird mit Freiheitsstrafe bis zu drei Jahren oder mit Geldstrafe bestraft. §161 StGB: Fahrlässiger Falscheid; fahrlässige Versicherung an Eides statt

(1) Wenn eine der in den §§ 154 bis 156 bezeichneten Handlungen aus Fahrlässigkeit begangen worden ist, so tritt Freiheitsstrafe bis zu einem Jahr oder Geldstrafe ein.

(2) Strafflosigkeit tritt ein, wenn der Täter die falsche Angabe rechtzeitig berichtet. Die Vorschriften des § 158 Abs. 2 und 3 gelten entsprechend.

Ferner versichere ich, dass ich die Arbeit mit identischem Inhalt sowohl in ausgedruckter wie auch elektronischer Form abgegeben habe.

Karlsruhe, den 17. November 2024

Ort, Datum



Unterschrift