

Ilka-Maria Thurmann
Kaiserschnitt
heilsam
verarbeiten

Die Prä- und perinatal
basierte
Spieltherapie[©]
nach Thurmann



Mabuse-Verlag

KAISERSCHNITT HEILSAM VERARBEITEN

DIPL.-PÄDAGOGIN ILKA-MARIA THURMANN, Heilpraktikerin,
Jahrgang 1958. Systemische Kinder- und Jugendlichentherapeutin,
Autorin, Referentin. Mutter einer Tochter.

Fortbildungen: Prä- und perinatale Therapie, diverse Themen wie
Kaiserschnitt, vorgeburtlicher Zwillingeverlust sowie Geburts-
seminare und „Mein Weg ins Leben“[©]. Gesprächsführung,
Homöopathie, Naturheilkunde, Pädagogik.

Arbeitsbereiche: Therapeutische Geburtsverarbeitung, Psycholo-
gische Schwangerenbegleitung, Babytherapie, Prä- und perinatal
basierte Spieltherapie[©], Schreibaby-Beratung, Elterncoaching und
Erziehungsberatung, Regressions-, Trauma- und Gesprächstherapie
für Erwachsene, Bach-Blüten-Therapie. (Alle Beratungen auch per
Telefon.)

Schwerpunkte: Arbeit mit (Vor-)Geburtstraumen für Menschen
jeden Lebensalters.

Kontakt: Praxis Thurmann, Haingasse 11

61348 Bad Homburg v. d. H.

Telefon: 00 49 - (0) 61 72 - 1 77 06 79

E-Mail: mail@praxis-thurmann.de

Internet: www.praxis-thurmann.de

Ilka-Maria Thurmann

KAISERSCHNITT HEILSAM VERARBEITEN

Die Prä- und perinatal basierte Spieltherapie[©]
nach Thurmann

Mabuse-Verlag
Frankfurt am Main




Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Angaben sind im Internet unter *<http://dnb.d-nb.de>* abrufbar.

Informationen zu unserem gesamten Programm, unseren AutorInnen und zum Verlag finden Sie unter: *www.mabuse-verlag.de*.

In diesem Text wird der Einfachheit halber häufig nur die männliche Form verwendet. Die weibliche Form ist selbstverständlich immer mit eingeschlossen.

© 2015 Mabuse-Verlag GmbH
Kasseler Straße 1 a
60486 Frankfurt am Main
Tel.: 069-70 79 96-13
Fax: 069-70 41 52
verlag@mabuse-verlag.de
www.mabuse-verlag.de
www.facebook.com/mabuseverlag

Satz und Gestaltung: Tischewski & Tischewski, Marburg
Umschlaggestaltung: Marion Ullrich, Frankfurt am Main
Umschlagbild:  [istockphoto/asterix0597](#)

INHALT

Vorworte

<i>Prof. Sven Hildebrandt</i>	7
<i>Gabriele Meyer-Enders</i>	9

I Einleitung 11

I.1 Kurzer historischer Abriss der prä- und perinatalen Psychologie	13
I.2 Interdisziplinäre Umsetzungen in die Praxis	14

II Die allerfrühesten Hintergründe verstehen 17

II.1 Von der Zeugung bis zur Einnistung	18
II.2 Prägungsfaktoren in der Schwangerschaft	23
II.3 Die Welt des Ungeborenen	27

III Die Geburt im Spiegel der pränatalen Erfahrungen 29

III.1 Die vier Geburtsstadien und ihre jeweiligen Prägungen	30
III.2 Geburtskomplikationen im Vorfeld zum Kaiserschnitt (Einleitung, NS, PDA)	33
III.3 Die Kaiserschnitt-Geburt und ihr möglicher Einfluss ...	35
III.4 Sieben Sectio-Kategorien im Überblick <i>und sieben Beispielgeschichten</i>	40

IV Therapeutische Wege bei prä- und perinatalen Traumata 79

IV.1 Grundprinzipien (Recherche, Traumamuster, Heilungsmuster)	80
---	----

IV.2 Spieltherapie: Grundlagen und Beispiele	85
IV.3 Die Prä- und perinatal basierte Spieltherapie [©] nach Thurmann	89
IV.4 Therapeutische Arbeit nach Kaiserschnitt für alle Altersgruppen	93
IV.5 Therapeutische Arbeit nach anderen Geburtskomplikationen	94
IV.6 Babytherapie sowie Mutter-Kind-Bindungsarbeit, Prä- und perinatal basierte Spieltherapie [©] bei Babys, Krabbel- und Kleinkindern	95
IV.7 Prä- und perinatal basierte Spiel-Therapie [©] für Kindergarten- und Grundschul Kinder	99
IV.8 Prä- und perinatal basierte Spiel-Therapie [©] für Jugendliche	104
IV.9 Prä- und perinatal basierte Therapie [©] nach Thurmann bei Kindern und (jungen) Erwachsenen (Regressionstherapie, Symbolarbeit, Körpertherapie)	108
IV.10 Weitere begleitende Therapieformen: Gesprächs- und Hypnotherapie, systemischer Ansatz, Naturheilkunde (Homöopathie, Bach-Blüten etc.)	113
V Hinweise für Therapeuten	115
V.1 Anamnesefragen mit Erklärungen	116
V.2 Voraussetzungen: Selbsterfahrung und Wissen	121
V.3 Integration der Prä- und perinatal basierten Spieltherapie [©] in die eigene therapeutische Praxis	123
VI Ausblick	125
Anhang	127

VORWORT *von Sven Hildebrandt*

Unsere Kinder sind das Wertvollste, was wir haben.

Dieser Grundsatz gilt nicht nur im individuellen Kontext der Familie. Er gilt auch und insbesondere für die Verantwortung der ganzen Gesellschaft gegenüber unseren Kindern, die Schutz, Fürsorge und Förderung verdienen. Die Liebe zu unseren Kindern ist nicht nur der Quell für deren Entwicklung, sondern auch die Voraussetzung für eine gesunde Gesellschaft.

Das vorliegende Buch strömt diese Liebe zum Kind aus und vermittelt ein Gefühl der Verantwortung im Umgang mit diesen kostbaren kleinen Wesen. Dabei nähert es sich der inneren Welt des Kindes aus einem Blickwinkel, der für viele noch sehr ungewohnt ist: Die Erfahrungen, die ein Kind während der Schwangerschaft und bei der Geburt macht, wirken sich auf seine seelische und körperliche Entwicklung viel stärker aus, als man es bis vor kurzem noch glaubte. Im Gegenteil: Es verdichten sich die Hinweise, dass das Schwangerschafts- und Geburtserleben zu den Schlüsselerfahrungen eines Menschen gehört. Viele Verhaltensauffälligkeiten der Neugeborenen- und Kleinkindzeit sind – wie übrigens auch spätere psychosomatische Erkrankungen – ein Wiederhall früher Eindrücke.

Die folgenden Seiten führen die Leserschaft in eine noch wenig bekannte Welt, die uns das Wesen des Kindes aus einer neuen Perspektive erschließt. Dieses Buch ist wertvoll für Eltern, die Verhaltensmuster ihres Kindes besser verstehen lernen wollen und nach Wegen suchen, ihm sein Ankommen und sein Leben in unserer Welt zu erleichtern. Die hier vorgestellten Konzepte sind wichtige Hilfestellungen für ein Heil-Werden von Kindern, die in der Schwangerschaft und bei der Geburt belastet waren. Die Art

und Weise, wie diese Kinder achtsam aufgefangen und stark für das Leben gemacht werden, ist berührend und Mut machend.

Dass der Kaiserschnitt bei den Betrachtungen ganz im Zentrum steht, ist der Tatsache geschuldet, dass diese besondere Art der Geburt in den letzten Jahrzehnten immer häufiger geworden ist. Sicher aus einem wohl gemeinten Impuls des Schutzes von Mutter und Kind heraus trat eine Entwicklung ein, die von den meisten Experten der Geburtshilfe heute als problematisch angesehen wird. Wir müssen uns der Tatsache stellen, dass derzeit jedes dritte Kind eine Geburtserfahrung machen musste, die vom naturgegebenen Erlebensmuster dramatisch abweicht. Ohne zu stigmatisieren zeigt das vorliegende Buch die Probleme auf, die den betroffenen Kindern durch diesen besonderen Geburtsweg entstehen können – und gibt einen im wahrsten Sinne des Wortes spielerischen Ausweg aus problematischen Verarbeitungsmustern.

Zugleich gibt das Buch ganz wertvolle Impulse hinsichtlich der Vermeidung solcher Belastungen, die für alle professionell Schwangere und Neugeborene begleitenden Personen von großer Bedeutung sind. Denn nur die Vermeidung unnötiger Kaiserschnitte und die Optimierung des Geburtserlebens bei notwendigen Operationen ist ein Ausweg aus der derzeitigen problematischen Entwicklung. Es ist ein Grundrecht der Kinder, dass wir Erwachsenen uns sehr tiefgreifend mit den Aspekten des Geboren-Werdens auseinandersetzen und unseren Kindern den besten Weg in das extrauterine Leben ermöglichen – denn: Unsere Kinder sind das Wertvollste, was wir haben.

Mit freundlichen Grüßen!

Prof. Sven Hildebrandt

Facharzt für Frauenheilkunde und Geburtshilfe und

Präsident der ISPPM

VORWORT *von Gabriele Meyer-Enders*

Ein junger Mann, Mitte 20, kam in eine Beratungsstunde wegen seiner beruflichen Weiterentwicklung, die ins Stocken geraten war. Er war sehr reflektiert und beschrieb sich selbst mit seinen Charaktereigenschaften kritisch und ehrlich. Aufgrund der Lektüre des Skripts von Frau Thurmann erschien mir folgende Frage nur noch rhetorischer Natur: „Sind Sie ein Kaiserschnittkind?“ Erstaunt bejahte der junge Mann und seine Körperhaltung entspannte sich direkt, so als fiel eine große Last von seinen Schultern, die Last, immer wieder sein Verhalten ergründen und alleinige Verantwortung tragen zu müssen, festzustecken in seiner Entwicklung wie damals im Geburtskanal.

Das war meine sehr schnelle und eindrucksvolle praktische Umsetzung der Erkenntnisse des vorliegenden Buches. Natürlich haben wir uns als Kinderpsychotherapeuten mit anamnestischen Fragen beschäftigt, der Fokus wurde aber noch nie so eindeutig auf diese so entscheidende Lebensphase gerichtet, wie es Frau Thurmann hier belegt.

Die Prä- und perinatal basierte Spieltherapie[©] nach Thurmann beschreibt eine spieltherapeutisch angereicherte Behandlungsform, die selbst schon bei Kleinstkindern gute Erfolge zeigt. Der von Papousek und von Gontard beschriebene Aspekt der Spieltherapie als eines dynamischen Prozesses zwischen Kind und Spieltherapeut ermöglicht es auch hier eindrucksvoll, dass vergangene und gegenwärtige, bewusste und unbewusste Inhalte erkundet und bearbeitet werden können. Dadurch, dass Frau Thurmann den Fokus auf die Geburtssituation legt, erschließt sie einen wichtigen, bisher kaum beachteten Zugang zu vielen daraus resultierenden Verhaltensweisen, die oftmals anderen Psychodynamiken zugeschrieben werden.

Dieses Buch eröffnet allen Kinder- und auch Erwachsenentherapeuten einen Zugang zu diesem bisher viel zu wenig beachteten Bereich.

Gabriele Meyer-Enders

Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutin

I EINLEITUNG

Jede Geburt ist – so oder so – ein *gemeinsamer Anfang*. Sie wirkt sich aus, immer.

Unsere individuellen Erfahrungen in diesen so wichtigen Stunden hinterlassen körperlich wie auch psychisch Spuren und prägen die Erlebenswelt jedes Menschen nachhaltig. Heute weiß man, dass die Geburt, ebenso wie die Schwangerschaft, einen stark unterschätzten, prägenden Einfluss für das ganze Leben hat. Sie ist das Fundament für alle sich daraus entwickelnden Denk-, Gefühls-, Handlungs- und Verhaltensmuster.

Harry van der Zee schreibt in der Einleitung seines empfehlenswerten Buchs: „Homöopathie und Geburtstrauma“: „... die Geburt ist eine Erfahrung, die traumatisch sein kann, die aber immer bedeutungsvoll ist für das Individuum, das geboren wird.“ Und: „... ihre Melodie [ist] immer den Themen ähnlich, die sich im späteren Leben wiederholen.“ (v. d. Zee, 2007, S. 11)

Es ist stets erstaunlich, mit welcher Selbstverständlichkeit Symptome oder Verhaltensauffälligkeiten eines Kindes (oder eines Erwachsenen) *nicht* in Verbindung mit Schwangerschaft oder Geburt gebracht werden, und das gilt nicht nur für Kaiserschnitt-Entbindungen.

Bedenkt man, dass es zum Beispiel bei akutem Sauerstoffmangel mit hoher Wahrscheinlichkeit zu todesnahen Erfahrungen gekommen sein wird, und zwar zum Beginn des Lebens in der Zeit des höchsten Stresses, so ist die Erlebenswelt des Kindes oder des Erwachsenen sehr viel leichter nachvollziehbar.

So ist es dringend notwendig umzudenken und die Perspektive zu erweitern. Jede Anamnese sollte zukünftig Aspekte und Fragen aus prä-, peri- und postnataler Sicht erfassen, und zwar konse-

quent aus der Perspektive des Kindes und der betroffenen Mutter bzw. im Vorfeld bereits der Schwangeren.

Der *Wechsel der Blickrichtung* ist sinnvoll, wenn auch unüblich. Selbsterfahrung der eigenen Geburt und Schwangerschaft sind hier unverzichtbar. Nur eine exakte Anamnese birgt, gemeinsam mit der empathischen Einfühlung in das prä- und perinatale Erleben, den Schlüssel für Prävention, Therapie und individuelle Heilungsmuster.

Im Oktober 2013 fand unter der Präsidenschaft von Dr. Sven Hildebrandt in Stolpen bei Dresden der jährliche ISPPM-Kongress (www.isppm.de) mit dem Titel: „Kaiserschnitt zwischen Traum und Trauma, Wunsch und Wirklichkeit“ statt. Diese Tagung war letztlich der Anlass, dieses Buch zu schreiben und das Konzept der Prä- und perinatal basierten Spieltherapie[©] im Anschluss daran einer breiten Öffentlichkeit vorzustellen. „Kaiserschnitt heilsam verarbeiten“ ist für Betroffene, Eltern und Fachleute gleichermaßen geeignet. Es vermittelt einen therapeutischen Ansatz, der sich in der Praxis sehr gut bewährt hat.

Die Grundsätze der Prä- und perinatal basierten Spieltherapie[©] gelten selbstredend im gleichen Maße für Erwachsene, lediglich die Übungen oder Spielmittel sind unterschiedlich. Bei der geburtsbezogenen Körperarbeit ist die Anwendung nahezu identisch.

Die eigens geschriebenen Geschichten für Kinder sowie viele Beispiele verdeutlichen Ursprung, Erleben, und sie zeigen einen empathischen therapeutischen Weg zu einer behutsamen Lösung auf. Das kann nur gelingen, wenn man diese persönliche „Grundmelodie“ und Geschichte aus der Perspektive des Menschen erfasst.

Kurzer historischer Abriss der prä- und perinatalen Psychologie

Die Wurzeln der Pränatalen Psychologie reichen Jahrtausende weit in die Vergangenheit. Vor allem in anderen Kulturen (z. B. Hopi-Indianer, Aborigines, in Ägypten oder Indien) hatten vorgeburtliche Lebenszeit und Geburt einen hohen Stellenwert. In Europa ging dieses wichtige Wissen in Frauenheilkunde und Geburtshilfe durch die Verbrennungen von „Hexen“ und Hebammen verloren und geriet nach dem Mittelalter fast vollständig in Vergessenheit. Mit zunehmendem Einfluss der Naturwissenschaften wurden später andere Forschungsinteressen vorrangig. (Vgl. Heinsohn/Steiger, 2005; Janus, 1994)

Die prä- und perinatale Psychologie beschäftigt sich mit allen psychologischen Aspekten und Prägungsfaktoren von der Zeugung bis zur Geburt. Die Wichtigkeit dieser prägenden Monate im Mutterleib sowie der Erlebnisse unter der Geburt für die menschliche Entwicklung steht heute außer Frage. Ihr großer Einfluss wird allerdings meiner Meinung nach noch immer deutlich unterschätzt.

Es gab einige sehr bedeutsame Veröffentlichungen, z. B. von Otto Rank (1988) und Gustav Hans Graber (1974), aber erst bildgebende Verfahren (vgl. Nilsson, 1995), wie z. B. der Ultraschall, machten das vorgeburtliche Baby in den sechziger Jahren sichtbar. Es weckte naturgemäß großes Interesse.

Mit Gründung der ISPPM (Internationale Studiengemeinschaft für Pränatale Psychologie und Medizin, www.isppm.de) 1971 wurden Forschung und Wissenschaft gebündelt. Unter der Präsidentschaft von Dr. Sven Hildebrandt bietet sie mit Fachtagungen, internationalen Kongressen und einer Fachzeitschrift eine interdisziplinäre und wissenschaftlich stets aktuelle Plattform.

Viele Studien und Erkenntnisse führten zu einer Haltungs-