

Kola B. Brönner, Ilka-Maria Thurmann

Den Anfang heilen

Prä- und perinatale (Spiel-)Therapie®



Mabuse-Verlag

Den Anfang heilen



Kola B. Brönnner, geb. 1961, ist Diplom-Sozialarbeiterin, Heilpraktikerin (Psychotherapie) und Geburtsvorbereiterin. Schwerpunktmäßig beschäftigt sie sich mit Körperpsychotherapie, Traumatherapie und systembezogene Therapie und ist Mitgründerin des integrativen Gesundheitszentrums (IGZ), des JoKo-Institutes sowie eines Geburtshauses in Aachen. Sie ist als Ausbildungs-Leiterin der Lahar-Geburtsvorbereitung, als Referentin/Kursleiterin und seit 1994 in eigener Praxis tätig.

www.praxis-broenner.de, www.geburtsakademie.de



Ilka-Maria Thurmann, geb. 1958, ist Diplom-Pädagogin für Erwachsenen-Bildung und für Pädagogisch-therapeutische Verfahren, Systemische Kinder- und Jugendlichen-Therapeutin, Systemischer Coach sowie Heilpraktikerin. Neben Coaching und Supervision liegen ihre Arbeitsschwerpunkte in der prä- und perinatal basierten Körper-, Regressions- und Spieltherapie, zum Beispiel nach traumatischen Geburten, nach vorgeburtlichem

Zwillingsverlust oder als psychologische Geburtsvorbereitung. Die Autorin und Referentin arbeitet seit 1992 in eigener Praxis.

www.praxis-thurmann.de

Kola B. Brönnner, Ilka-Maria Thurmann

Den Anfang heilen

Prä- und perinatale (Spiel-)Therapie[©]

Mabuse-Verlag
Frankfurt am Main



Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.dnb.de> abrufbar.

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

Wenn Sie unseren Newsletter zu aktuellen Neuerscheinungen und anderen Neuigkeiten abonnieren möchten, schicken Sie einfach eine E-Mail mit dem Vermerk „Newsletter“ an: online@mabuse-verlag.de.

Ausschließlich aus Gründen der Lesbarkeit wird in diesem Buch bei Personenbezeichnungen die männliche Form gewählt, es ist jedoch immer die weibliche Form mitgemeint.

© 2020 Mabuse-Verlag GmbH

Kasseler Str. 1 a

60486 Frankfurt am Main

Tel.: 0 69 – 70 79 96 13

Fax: 0 69 – 70 41 52

verlag@mabuse-verlag.de

www.mabuse-verlag.de

www.facebook.com/mabuseverlag

Umschlagabbildung: © baldyrgan/Shutterstock.com

Lektorat: Simone Holz, Pisa

www.lektorat-redazione-holz.eu/

Umschlaggestaltung: Marion Ullrich, Frankfurt

Satz und Gestaltung: Walburga Fichtner, Köln

ISBN: 978-3-86321-444-9

eISBN: 978-3-86321-505-7

Alle Rechte vorbehalten

*„Eure Kinder sind nicht eure Kinder.
Sie sind die Söhne und die Töchter der Sehnsucht
des Lebens nach sich selber.
Sie kommen durch euch, aber nicht von euch,
und obwohl sie mit euch sind, gehören sie euch doch nicht.
Ihr dürft ihnen eure Liebe geben,
aber nicht eure Gedanken,
denn sie haben ihre eigenen Gedanken.
Ihr dürft ihren Körpern ein Haus geben,
aber nicht ihren Seelen,
denn ihre Seelen wohnen im Haus von morgen.“*

KHALIL GIBRAN (* 6.1.1883, † 10.4.1931)

Inhaltsverzeichnis

Vorwort von Sven Hildebrandt	9
Vorwort von Amara R. Eckert	11
Einleitung	13
1 Konzeption und Vorempfängnis: Prägungen, Therapie	19
1.1 Bewusste (Vor-)Empfängnis, Kinderwunsch	20
1.2 Die Reise von Spermium und Eizelle sowie Konzeption in der Regressionsarbeit mit Beispielen	25
2 Schwangerschaft und ihre Prägungen	31
2.1 Schwangerschaft, Pränatale Bindung, Frühgeburt	32
2.2 Ahnung, Entdeckung, Folgen	37
3 Geburt	43
3.1 Bewusste Geburt, Historie, Geburtskultur, Stärkung der Intuition	44
3.2 Geburtstrauma und Therapiemöglichkeiten	51
4 Ankommen in der Welt, Bonding	61
4.1 Bindung und Beziehung	62
4.2 Trennung und Re-Bonding	65
5 Geburt in Stille	71
5.1 Gute Hoffnung – Jähes Ende: Trauerphasen, Abtreibung, Still-born Babys, plötzlicher Kindstod	72
5.2 Therapiewege bei Kindsverlust, Fallbeispiele	80

6	Vom Trauma in die Heilung	85
6.1	Positive Recreation der Geburt	86
6.2	Positive Traumalösung in Spieltherapie und Körperarbeit	90
7	Resümee	95
8	Literaturverzeichnis	99

Vorwort von Sven Hildebrandt

Die Geburt eines jeden Menschen ist ein Wunder, das mich immer wieder in Demut und Staunen versetzt. Auch wenn wir die fein abgestimmten biologischen Vorgänge inzwischen weitgehend erklären können, geht von dem Gesamtprozess eine Faszination und eine Magie aus, die nicht in einem medizinischen Kontext ergründbar scheint. Insofern ist die Geburt eine Sternstunde. Sie markiert einen Wendepunkt im Leben der Mutter und im Gefüge der Familie. Und sie ist ein Geschenk für die ganze Gesellschaft – nicht nur, weil jedes Kind unsere Sozialsysteme stabilisiert, sondern vor allem, weil dieser jetzt noch so kleine Mensch eines Tages unser aller Leben bereichern wird – vielleicht als Komponist berührender Musik, als Erfinderin genialer Dinge – oder einfach nur als freundlicher Verkäufer, der mit seinem Lächeln unser Herz erwärmt.

Aber natürlich ist die Geburt vor allem eine Sternstunde für das Kind, das den behüteten Schutzraum seiner Gebärmutter verlässt, um in die extrauterine Lebenswelt einzutreten. Lange Zeit hat man die Bedeutung dieses Übergangs für die psychosoziale Entwicklung des Kindes unterschätzt, weil man von der falschen Annahme ausging, dass die Geburtserfahrung ebenso verloren ginge wie jede Erinnerung an diese Zeit. Erst die moderne Psychotraumatologie konnte die komplexen Zusammenhänge der Verarbeitung und Speicherung des frühen Erlebens erklären, was von uns ein radikales Umdenken verlangt. Wir wissen nun, dass die Erfahrungswelt der Schwangerschaft, der Geburt und der ersten Wochen danach uns für unser ganzes Leben tief prägt. Wir wissen nun auch, dass die in dieser Zeit erlebten Beziehungs- und Bindungsprozesse unsere psychosoziale Kompetenz lebenslang stabilisiert. Wir wissen nun aber auch, dass Störungen oder gar Verletzungen in der frühen Erfahrungswelt lebenslang wirksam bleiben und spätere seelische und körperliche Probleme begründen können.

Das neue Wissen der prä- und perinatalen Psychologie bedeutet für uns Verantwortung und Chance zugleich. Es fordert ein konsequentes Umdenken bei der Schwangerschafts- und Geburtsbegleitung, bei der die Bindungsförderung und der empathische Umgang mit Mutter und Kind ganz im Vorder-

grund stehen und jede Belastung des sensiblen Mutter-Kind-Systems vermieden werden sollte.

Die Chance des neuen Wissens besteht darin, dass wir Möglichkeiten haben, belastende Erfahrungen in einen Zusammenhang zu späteren Störungen zu bringen und in jeder Lebensphase zu heilen. Das vorliegende Buch setzt sich auf beeindruckende Weise mit all diesen Aspekten auseinander und behandelt einen therapeutischen Denkansatz, der belastete Kinder und Erwachsene zu berühren und zu stabilisieren vermag. Die Autorinnen haben mit großer Kompetenz und jahrelanger Erfahrung ein Werk geschaffen, das vielen Expertinnen und Experten Anleitung und Rat, vielen Eltern Zuversicht und Orientierung – und vielen Kindern und Erwachsenen Heilung und Nutzen bringen möge.

Mit freundlichen Grüßen

Prof. Dr. med. Sven Hildebrandt

Facharzt für Frauenheilkunde und Geburtshilfe

Prof. für Frauenheilkunde und Geburtshilfe an der Hochschule Fulda

Post-Präsident der ISPPM

Vorwort von Amara R. Eckert

„Der Mensch spielt nur, wo er in voller Bedeutung des Wortes Mensch ist, und er ist nur da ganz Mensch, wo er spielt.“ Dieses berühmt gewordene Zitat von Friedrich Schiller umschreibt eine Haltung zum Menschen und seinen Ausdrucksformen, die ich in dem vorliegenden Buch wiederfinde. Die hier beschriebene Prä- und perinatale (Spiel-)Therapie ist ein offener und gleichzeitig geschützter Raum, der Kreativität und Selbstaussdruck im Dialog ermöglicht.

Spiel ist eine Form des symbolischen Selbstaussdrucks und ursprünglich zweckfrei. Es hat dennoch, und besonders im therapeutischen Kontext, einen tieferen Sinn. Mit jedem kreativen Ausdruck zeigen uns Erwachsene und Kinder wie durch ein Vergrößerungsglas die Themen ihres Lebens, wie zum Beispiel: Übergänge bewältigen, Ankommen, Willkommen sein, seinen eigenen Platz haben. Diese Themen wurzeln in frühen Prägungen aus der prä- und perinatalen Lebenszeit und begleiten uns lebenslang auf unterschiedliche Weise. Sie können sich in Therapie und Körperarbeit frei entfalten, sichtbar werden und damit auch Familien bei der Lösung von ausweglos erscheinenden Verstrickungen helfen.

Seit vielen Jahren staune ich, wie Erwachsene und Kinder als Forschende auf dem eigenen Weg in einer körperorientierten Therapie ihre pränatalen Themen gestalten und mit achtsamer und präsenter Begleitung eigene und nachhaltige Lösungswege finden. Erst das Unernsteste des Spiels und des Spielerischen erlaubt diese tiefe Ernsthaftigkeit im Ausdruck.

Dieses Buch richtet sich an alle interessierten Leser, keineswegs nur an Profis. Eltern können davon profitieren, indem sie sowohl ihre eigene Geschichte von Schwangerschaft und Geburt als auch das Spiel ihrer Kinder auf eine neue Weise betrachten. Fachleute aus Pädagogik und Therapie erhalten Anregungen, sich auf neue Weise mit der Bedeutung von prä- und perinataler Entwicklung auseinanderzusetzen und sowohl Körperausdruck, wie auch Symbol- und Rollenspiel von Kindern und Erwachsenen neu zu verstehen.