

Bonding (mit dem Link von Bonding auf der Seite von „Integrative Wochenbettstation“ soll hier drauf gekommen werden)

Heute wissen wir, dass die Intensität der ersten Zeit nach der Geburt ihren tieferen Sinn hat. Sie hilft uns dabei, ein emotionales Band zu unseren neugeborenen Kindern aufzubauen, ein sogenanntes **Bonding**. Ohne dieses Band wären wir als Eltern ziemlich verloren. Wir könnten die Last der Anstrengung der vielen schlaflosen Nächte nicht gut ertragen. Wir wären nicht in der Lage, ohne Murren mit unserem Baby durch die Wohnung zu laufen um es zu beruhigen. Kurzum, wir wären nicht bereit, die Entbehrungen des Elternseins auf uns zu nehmen.

Wissenschaftler der ganzen Welt haben in den vergangenen 30 Jahren intensiv das Seelenleben von frisch gewordenen Eltern und ihren Neugeborenen untersucht und sind dabei zu erstaunlichen Ergebnissen gekommen. So haben sie entdeckt, dass die Verhaltensanlagen, die Sinnesfähigkeiten und hormonellen Ausstattungen bei Eltern und ihren frisch geborenen Kindern wie Schlüssel und Schloss zueinander passen. Es scheint alles darauf abgestimmt zu sein, dass Eltern jenen „emotionalen Klebstoff“ entwickeln, den wir Bonding nennen.

Bereits in der Schwangerschaft kann die werdende Mutter bewusst Kontakt zu ihrem Baby aufnehmen. Diese Begegnung findet auf mehreren Ebenen statt: zuerst in der Fantasie, später im Spüren des Kindes und der Entwicklung von Gefühlen für ihr ungeborenes Kind.

Die gemeinsame Erfahrung der Geburt und der Zauber der ersten Augenblicke nach der Geburt, setzen den Bindungsprozess fort. Die ersten Minuten nach der Geburt sind für Eltern ein besonderes Ereignis. Die Bonding-Forschung hat mittlerweile gut nachweisen können, dass in allen Erwachsenen biologische Anlagen wirksam werden, wenn sie als Eltern zum ersten Mal mit ihrem neugeborenen Kind in Kontakt treten. Der direkte großflächige Hautkontakt spielt dabei eine entscheidende Rolle. Frisch geboren erkennt das Baby sofort den vertrauten Geruch seiner Mutter, hört den Herzschlag und spürt die Wärme. Durch eine hormonelle Mixtur werden viele verschiedene natürliche Prozesse im mütterlichen und kindlichen Körper in Gang gesetzt. Diese Hormone aktivieren beim Baby angeborenen kindlichen Reflexe, damit es eigenständig die Brust der Mutter findet, um an die erste Muttermilch das Kolostrum zu kommen. Somit sichert das Baby sein Überleben. Bei der Mutter wirken diese Hormone sich stark auf das Fürsorgeverhalten und die Milchbildung aus. Durch diesen sofortigen Hautkontakt wird das Baby mit den einzigartigen mütterlichen Keimen besiedelt, die das kindliche Immunsystem prägen und formen.

Babys die im großflächigen ungestörten Hautkontakt sind und überwiegend bleiben, haben:

- Stabilere Körpertemperaturen
- Stabilere Blutzucker
- Sind entspannter und weinen weniger, bessere Hirnentwicklung
- Stabileren Kreislauf
- Stillen besser/ gelingt der Zugang zur Brust besser
- Optimalere Darmreifung
- Lernen Eltern als Bezugsperson besser kennen
- Erfahren Sicherheit und Geborgenheit
- Positivere Auswirkungen auf das spätere Leben auf Gesundheitlicher und psychischer Ebene
- Schafft Urvertrauen

Mütter die ihre Kinder überwiegend im direkten Hautkontakt haben:

- Kommen besser in die Milchbildung
- Sind entspannter
- Haben ein geringeres Risiko an Nachblutungen nach der Geburt
- Stärkt in der Elternrolle
- Fördert das Selbstbewusstsein

Ein optimaler Bindungsaufbau gelingt bei viel Ruhe, wenig Störung und einem geschützten Raum mit gedämpftem Licht. Möglichst keinen Besuch in den ersten sensiblen 72 Stunden nach der Geburt und das Baby bleibt überwiegend im großflächigen Hautkontakt bei Mutter und ggf. dem Vater.

So wird dem Baby die Anpassung an ein Leben außerhalb des mütterlichen Körpers erleichtert.