

*Bindungsstärkende  
Gruppenarbeit*  
nach Kaiserschnitt

Ursula Schoner

EEH Fachtagung Wien 27. März 2025

1

Wirkung ?

Professionell?

Warum  
Gruppen?

Kaiserschnitt?

EEH ?

2



- Vegetative Folgen des Traumas
- Schuld- und Schamgefühle
- Trauer, Kränkung, Wut
- Sich alleine fühlen
- Gefühl, "anders" zu sein
- Druck (Baby, Bindung, Verhindern v Negativem, ...)
- Anspannung, Aktivierung, - hohe Geschwindigkeit
- Schnelles Agieren u Reagieren im Umgang mit dem Baby
- Viel "im Kopf sein"
- Spüren, Wahrnehmung schwer (eigener Körper, reales Baby)
- Erschöpfung

## Mögl. Belastungen nach Kaiserschnitt

---

5

### Einzelberatung / Therapie

Traumaintegration

Anerkennung

Unterstützung der ganzen Familie

Raum für unterschiedliche Perspektiven im Familiengefüge



## Einzelarbeit - Gruppenarbeit

---

6



7



8

Gruppenangebot

Für spezielle Zielgruppen

z.B Mütter mit Kaiserschnittfahrung



**Einzelarbeit - Gruppenarbeit**

9



(+)



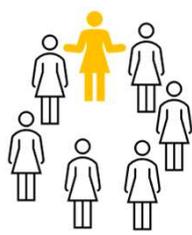
z.B Mütter mit Kaiserschnittfahrung

**Einzelarbeit + Gruppenarbeit**

10



- Ähnlichkeit
- Gleiches erlebt
- Hineinversetzen können
- Verständnis



- Gehört werden
- Anerkennung
- Platz für Gefühle, Resonanz
- Öffnung

- Input, Erklärung, Information,

## Austauschgruppe nach Kaiserschnitt

11

~~geburtsbezogen~~ - **babybezogen**      ~~homogen~~ - heterogen

Ähnlichkeit: gleiche Lebensphase  
Themen rund ums Kind

*Ich bin ok, du bist ok*

Vielfalt  
Gleiches und anderes

Ein Stück  
Normalität



Relativieren,  
Frusttoleranz

Zuversicht, Ermutigung

Empathie, Verständnis

Wahrnehmen der  
eigenen Kompetenz

Unterschiedliche  
Herausforderungen

Mutteridentität  
jenseits des Kaiserschnitts

## Eltern-Baby-Gruppe

12



BASIC BONDING



 Bindung durch Berührung

13

**“Schmetterlingsmassage”** (Eva Reich)

weiterentwickelt durch  
Mechthild Deyringer  
und Thomas Harms

zu **“Bindung durch Berührung”**



BASIC BONDING



Bindung durch Berührung

14

**Wirkung v. Gruppen**

Emotionsregulation  
Bestärkung  
Halt  
Zuspruch, Trost  
*Ich bin nicht allein*  
Selbstwirksamkeit  
Eigenverantwortung  
Reflexion  
Eigenwahrnehmung  
Eigene Ressourcen wahrnehmen

Sicherheit  
Oxytocin

Vertrauen  
Ähnlichkeit  
Zugehörigkeit  
Synchronität - Verbundenheit  
Empathie  
Kooperation  
„Spielwiese“ der Erwachsenen  
Sich ausprobieren  
weiterentwickeln

**Eltern-Baby-Gruppe**

geburtsbezogen - babybezogen      homogen - heterogen

Ähnlichkeit: gleiche Lebensphase  
Themen rund ums Kind  
Vielfalt  
Gleiches und anderes  
Ein Stück Normalität  
Wahrnehmen der eigenen Kompetenz

Ich bin ok, du bist ok  
Relativieren, Frustration  
Zuversicht, Ermutigung  
Empathie, Verständnis  
Unterschiedliche Herausforderungen  
Mutteridentität jenseits des Kaiserschnitts

zu **“Bindung durch Berührung”**




15

**Berührung:**

sanft, sehr langsam  
haltgebend oder sanft stimulierend

Oxytocin

im Dialog!  
geleitet von den Signalen des Babys

gemeinsames Entdecken, Resonanz,  
Momente des Kontaktes






16

- Sicherer Rahmen → entspannter vagotoner Zustand
- Mothering the mother - Nachnähren und Modell
- Erfahrung der Berührungsqualitäten  
als Vorbereitung für die Berührung des Babys und als Stärkung der Mutter
- In Eigenverantwortung und –kontrolle , selbstbestimmt (~~Druck~~)
- Selbstanbindung → verbesserter Selbstkontakt → Kontakt zum Baby
- (Wieder) ins Spüren kommen
- Beobachtung des Babys (Babyzeichen für Dialog, "reales" Kind sehen)
- Verlangsamung, Tiefung



Bindung durch Berührung *in der Gruppe*

17



Bindung durch Berührung **Gruppenleitung**

18

- Selbstwirksamkeit , Selbstbewusstsein, Selbstwert
- Auswirkung auf die ganze Familie
- Nachwirken der Bindungsstärkung
- Langzeitwirkung der Bindung innerhalb der Gruppe

*„Aufgefangen in der Prävention“*



Bindung durch Berührung *in der Gruppe*

19



Bindung durch Berührung

20