



- THERAPIE IN WAUKEMICKE -

Ute Heimes ist sicher: Schon vor der Geburt lernt man vieles über die Welt.
Lebelsseite 4

Schwangerschaft prägt ganzes Leben

Ute Heimes: Emotionale Bindung beginnt im Mutterleib

Von Herbert Kranz

WAUKEMICKE. (wp)

„Es ist wissenschaftlich nachgewiesen, dass eine Vielzahl von Verhaltensauffälligkeiten bei Kindern und Jugendlichen sowie Beziehungsstörungen zwischen Eltern und Kindern ihre Ursache haben in der vorgeburtlichen Zeit.“ Das sagt Ute Heimes, die im beschaulichen Waukemicke bei Olpe arbeitet.

Die Diplom-Heilpädagogin nennt typische Störungen, die sich negativ auf das Ungeborene auswirken können: Krankheit der Mutter oder des Fetus, Alkohol- oder Drogenmissbrauch der Schwangeren, besondere Schicksale, Ehescheidungen, Todesfälle und ungewollte Schwangerschaften, mangelnde emotionale Präsenz der Schwangeren für den Fetus oder auch eine Pränataldiagnostik, die den Fetus wiederholt in Bedrohung bringt, und anderes.

Emotionale Bindung, so Ute Heimes, beginnt für die Menschen schon im Mutterleib. Schließlich lebten Mutter und Kind neun Monate in einer Symbiose, einem engen körperlichen und emotionalen Kontakt. Auch ohne Worte seien Mutter und Ungeborenes über Signale, Bilder und Gefühle während der Schwangerschaft in tiefem innerem Kontakt miteinander. Ohne diesen Dialog wäre die emotionale Bindung und Kontinuität der Gesamtentwicklung des Kindes beeinträchtigt oder gestört.

Dr. Ludwig Janus, Präsident der Internationalen Studiengemeinschaft für Pränatale und Perinatale Psychologie und Medizin ist überzeugt: „Wir lernen vor der Geburt, was wir von der Welt zu erwarten haben.“ In der Schwangerschaft entsteht demnach der Rahmen für die Persönlichkeit des neuen Menschen. Von entscheidender Bedeutung sei das emotionale Miteinander von Mutter und Ungebornem in jeder Lebenssituation. Hier entstehe das Fundament von Bindung und späterer Bindungsfähigkeit. Schwere emotionale Bindungsstörungen könnten sogar körperliche Behinderungen zur Folge haben.

„Aus dieser wissenschaftlich fundierten Tatsache heraus ergibt sich, dass die vorgeburtliche Lebensgeschichte eines Menschen betrachtet werden muss, um die Folgen einer emotionalen Störung, die während einer Schwangerschaft stattgefunden hat, zu heilen“ sagt Ute Heimes. Sie arbeitet seit 15 Jahren

schwerpunktmäßig in der prä- und postnatalen Psychotherapie. Sie hat zu diesem Zweck und diese Störungen die „Rückführungstherapie“ entwickelt. Gemeint ist: die Beteiligten – Mutter (Eltern) und Kind – werden in die Zeit der Schwangerschaft und / oder des Geburtsvorganges zurückgeführt.

Ihre Therapie hat Ute Heimes aus dem Konzept der Festhaltetherapie nach Dr. J. Prekop entwickelt. Einige Zeit sei diese Therapie heftig umstritten gewesen, räumt sie ein. Mittlerweile aber sei die Festhaltetherapie „ein anerkanntes Heilverfahren“. Heimes: „Diese Therapie als psychotherapeutisches Verfahren sollte nur von qualifizierten Festhaltetherapeuten angewandt werden.“ Auf dem theoretischen Konzept dieser Festhaltetherapie hat Ute Heimes die Rückführungstherapie entwickelt und darüber in Fachzeitschriften berichtet. Im Mai 2006 stellt sie bei einem internationalen Kongress ihre Methode in Salzburg vor.

Neben ihrer ambulanten Tätigkeit in ihrer Praxis für Eltern-Kind-Therapie bietet sie Fort- und Weiterbildungen für erfahrene Psychotherapeuten an, aber auch Workshops für betroffene Eltern. Besonders junge Eltern fühlen sich oft bei der Begleitung und Erziehung ihrer Kinder allein gelassen, unverstanden und verunsichert. Erziehungsprobleme sind ein weites Feld, das schon viele beackern, zumal Erziehung für immer mehr junge Eltern ein Buch mit sieben Siegeln zu sein scheint. Wer daran verzweifelt, weil er sein

Kind „nicht mehr erreicht“, gehört zur Zielgruppe von Ute Heimes. „Ich möchte“, so sagt sie „Menschen erreichen, die in Not sind.“ Es sei erwiesen, sagt sie weiter, dass eine gesunde menschliche Entwicklung nur auf der Basis einer guten Mutter-/Eltern-Kind-Bindung möglich sei.

Vielfältig seien die Folgen einer vorgeburtlichen, geburtlichen oder nachgeburtlichen emotionalen Bindungsstörung: allgemeine Unruhe, Leistungsabfall in der Schule, Konzentrationsstörungen, Trennungängste, Aggressivität, Isolation, Kontaktstörungen, mangelndes Selbstvertrauen, übertriebene Ängstlichkeit, unsoziales Verhalten, Schlafstörungen.

Das Prinzip der Rückführungstherapie bestehe nun darin, traumatische Erlebnisse, die vor, während oder nach der Geburt stattgefunden haben, wiederzubeleben. Ute Heimes: „In Begleitung des Therapeuten drückt das Kind im Arm der Mutter die schmerzlichen Gefühle aus, die zu der Verletzung geführt haben. Dadurch werden frühe Verletzungen verarbeitet, liebevolle Beziehung und Bindung wird ermöglicht. Die gesunde Entwicklung kann stattfinden.“

Das wesentliche Prinzip besteht darin, die traumatischen Erlebnisse von Mutter und Kind gleichzeitig wiederzubeleben, fast so, als würde es gerade passieren. Heimes: „Im gemeinsamen emotionalen Erleben werden die Stationen, an denen Verletzungen stattgefunden haben, emotional wiederbelebt und somit verarbeitet.“



In der Schwangerschaft entwickeln sich die emotionalen Bindungen zwischen Mutter und Kind. Foto: U. Heimes

„Im Leben restlos lieben können“

Ute Heimes verbindet 15 Jahre Zusammenarbeit mit Jirina Prekop

WAUKEMICKE. (hz) Ute Heimes-Gnoerich wurde in Breslau geboren und wuchs in Niedersachsen auf. Von 1963 bis 1966 studierte sie Heilpädagogik in Düsseldorf. Weitere Ausbildungsorte waren Herne und die Kinderklinik in Hagen (Diagnostik und Therapie in Erziehungsberatung), an der Uni Münster (Studium und Kasuistik), in Mersburg (Weiterbildung in Psychosynthese und transpersonaler Psychologie und Psychotherapie).

1990 kam sie zur Festhaltetherapie nach Dr. Jirina Pre-

kop, mit der sie eine 15-jährige Zusammenarbeit verbindet. 12 Jahre wirkte sie als Therapeutin bei familientherapeutischen Workshops am Psychotherapeutischen Institut in Limburg mit. Seit 1982 führt sie die eigene Praxis für Eltern-Kind-Therapie in Waukemicke, Am Kornstück. Sie ist aktives Mitglied in der ISPPM (Internationale Gesellschaft für pränatale und perinatale Psychologie und Medizin). Im Internet findet man sie unter www.ute-heimes.de.

Zur Rückführung schreibt

sie (aus ihrem Vortrag in Prag 1999, Kongress): „Rückführung meint einen therapeutischen Prozess, bei dem Mutter und Kind gleichzeitig „zurückfühlen“, durch Hindernisse hindurcherleben, um zu dem Ort zu gelangen, an dem ihrer beider Liebe lebt. ... Man kann auch sagen, die Mutter nimmt ihr Kind noch einmal auf in ihren Leib und ihr Kind läßt es einfach geschehen. Es entsteht der Eindruck, als müssten beide etwas Notwendiges bewältigen und bereinigen, damit beide im Leben restlos lieben können.“