

Inhaltsverzeichnis

1 Was ist Bonding?

- 1.1 Definition
- 1.2 Merkmale der Bindungsqualität
 - 1.2.1 *Sichere Bindung*
 - 1.2.2 *Unsicher-vermeidende Bindung*
 - 1.2.3 *Unsicher-ambivalente Bindung*
 - 1.2.4 *Desorganisierte Bindung*
- 1.3 Folgen der Bindungserfahrung
- 1.4 Sensible Phase
- 1.5 Vergleiche mit der Tierwelt

2 Ressourcen von Mutter und Kind

- 2.1 Fetale Sinneswahrnehmungen
- 2.2 Das angeborene Elternprogramm
 - 2.2.1 *Das Kindchenschema*
 - 2.2.2 *Intuitive Fähigkeiten*
 - 2.2.3 *Resonanzphänomene*
- 2.3 Der kompetente Säugling
- 2.4 Wehen - wichtiges Vorspiel fürs Bonding
- 2.5 Die Mutter nach der Geburt
 - 2.5.1 *Oxytocin und seine Wirkungen*
 - 2.5.2 *Prolaktin*
 - 2.5.3 *Beta-Endorphin*
 - 2.5.4 *Noradrenalin und Adrenalin*
- 2.6 Physiologie der Geburt

3 Physiologisches Bonding

- 3.1 Beziehungsaufbau in der Schwangerschaft
- 3.2 Bonding direkt nach der Geburt
 - 3.2.1 *Physiologisches Bonding*
 - 3.2.2 *Was läuft beim Bonding auf hormoneller Ebene ab?*
 - 3.2.3 *Die Theorie der sensiblen Phase*
- 3.3 Vorteile vom Hautkontakt und frühem ersten Anlegen
 - 3.3.1 *Auswirkung von Hautkontakt nach der Geburt*
 - 3.3.2 *Vorteile des frühen ersten Anlegens*
- 3.4 Bondingrealität heute
- 3.5 "APGAR" Bonding

3.6 Väterbonding

4 Beeinträchtigung des Bondings

4.1 Auswirkungen von Medikamenten

4.2 Auswirkungen von PDA

4.2.1 Problematische Geburtsverläufe und Störungen nach der Geburt

4.2.2 Hormonelle Auswirkungen

4.2.3 Sonstige Auswirkungen

4.3 Umgebungsfaktoren

4.4 Störungen durch das Personal

4.5 Medizinisch nötige Interventionen

4.5.1 Überwachung der Plazentarperiode

4.5.2 Inspektion von Scheide und Damm

4.5.3 Versorgung einer Dammverletzung

4.6 Medizinisch nicht nötige Interventionen

4.6.1 Absaugen

4.6.2 Augentropfen

4.6.3 Durchführung der U1 vor dem ersten Stillen

4.7 Trennung von Mutter und Kind

4.7.1 Versorgung in der Kinderklinik

4.7.2 Narkose der Mutter

4.8 Die Rolle des Vaters

4.9 Depression der Mutter

5 Bonding fördern

5.1 In der Schwangerschaft

5.1.1 Bonding fördern in der Geburtsvorbereitung

5.1.2 Aufklärung über Pränataldiagnostik

5.1.3 Körperwahrnehmung statt Technikeinsatz

5.2 Unter der Geburt

5.2.1 Gute Geburtsbegleitung

5.2.2 Unterstützung des physiologischen Geburtsverlaufes

5.2.3 Vermeidung von Interventionen

5.3 Postpartal im Kreißsaal

5.3.1 Kind selbst aufnehmen lassen

5.3.2 Zeit und Ruhe fürs Bonding

5.3.3 Mutter und Kind nicht von einander trennen

- 5.3.4 *Hautkontakt ermöglichen*
- 5.3.5 *Self-Attachment zulassen*
- 5.3.6 *Mutter und Kind gemeinsam verlegen*
- 5.4 *Wochenbettbetreuung in der Klinik*
 - 5.4.1 *24-Stunden-Rooming-In*
 - 5.4.2 *Bedding-In*
 - 5.4.3 *Familienzimmer*
 - 5.4.4 *Nachbonden*
 - 5.4.5 *Bereichspflege und integrative Pflege*
 - 5.4.6 *Reduzierung unvermeidlicher Störungen*
 - 5.4.7 *Ruhezeiten*
- 5.5 *In der Nachsorge*
 - 5.5.1 *Ambulantes Wochenbett*
 - 5.5.2 *Tragen*
 - 5.5.3 *Ein Wort zum Verwöhnen*
 - 5.5.4 *Babymassage*
 - 5.5.5 *Schmetterlingsmassage*

6 Stillen und Bonding

- 6.1 *Stillhormone*
 - 6.1.1 *Glückshormone für Mutter und Kind*
 - 6.1.2 *Erhöhte Sensibilität*
- 6.2 *Auswirkungen von Kolostrum*
- 6.3 *Stillunterstützung*

7 Bonding in besonderen Situationen

- 7.1 *Kaiserschnitt*
 - 7.1.1 *Der OP - ein Ort zum Verlieben?*
 - 7.1.2 *Ausgangssituation von Mutter und Kind*
 - 7.1.3 *Bondingförderung nach Sectio*
- 7.2 *Frühgeburt*
 - 7.2.1 *Bindungsmuster von Frühgeborenen*
 - 7.2.2 *Emotionale Probleme*
 - 7.2.3 *Rooming-In mit Frühgeborenen*
 - 7.2.4 *Die Känguru-Pflege*
- 7.3 *Trennung von Mutter und Kind*

8 Empfehlungen und Initiativen

8.1 Erfolgreiches Stillen

8.1.1 *Babyfreundliche Krankenhäuser (BFHI)*

8.1.2 *ILCA - Leitlinien*

8.2 Prävention und Behandlung von Bindungsstörungen

8.2.1 *Das SAFE-Konzept*

8.2.2 *Emotionale Erste Hilfe nach Thomas Harms*

9 Schlussbetrachtung

Bonding - Chance für die Gesellschaft