



# Die Plazenta als erster Lebenspartner

Prägt die erste Symbiose mit der Plazenta spätere Bindungsqualitäten? (Ausschnitt aus einer Kosmetikwerbung aus den 80er Jahren mit dem Titel „Tree of Life“)

Terence Dowling und Dirk Leinweber betrachten die Plazenta als ersten Lebenspartner des ungeborenen Kindes. Die Art der Symbiose mit der Plazenta prägt demnach unsere späteren Bindungsqualitäten. Stress sowie Alkohol- und Nikotinkonsum der Mutter sind Einflüsse, die, im Zusammenspiel mit der Plazenta, unsere tiefenpsychosomatische Grundstruktur beeinflussen können

Die Plazenta wird heutzutage nach der Geburt in der Regel entsorgt. Immer mehr Frauen und Paare greifen jedoch auf ein uraltes, weltweit verbreitetes Ritual zurück: Sie begraben die Plazenta und pflanzen einen Baum darauf. Dieser achtsame Umgang mit der Plazenta, der sich in einer großen Vielfalt von Ritualen um dieses Organ zeigt, beruht auf einem tiefen Wissen um die Bedeutung dieses lebenswichtigen Organs. Es ist leicht vorstellbar, dass unser Erleben der Plazenta, mit der wir auf sehr intime Weise die ersten neun Monate unseres Lebens verbringen, unsere späteren Beziehungen und unseren Blick auf die Welt prägt. Wurden wir getragen und gut versorgt? Mussten wir etwas leisten, um genug zu bekommen? Oder mussten wir gar aufpassen, nicht vergiftet zu werden durch den Alkohol oder die Medikamente, die von Zeit zu Zeit über die Plazenta in unseren Kreislauf gelangen?

## Ursprung weit verbreiteter Mythen

Die moderne Psychologie hat von der Plazenta bis heute kaum Notiz genommen. Dabei hatten ihre Pioniere die Bedeutung dieses Organs bereits erahnt. Freud vermutete schon vor 1911 in der Plazenta den Ursprung der weitverbreiteten Mythologien über Zwillinge und Doppelgänger, wie zum Beispiel Romulus und Remus, Don Quixote und Sancho Panza oder Dick und Doof. In einem Brief an Jung schrieb Freud: „*Der schwächere Zwillingenbruder, der früher stirbt, ist die Plazenta, die nachgeburt, einfach deshalb, weil diese regelmäßig mit dem Kind von der selben Mutter geboren wird. Schon vor Monaten fand ich diese Interpretation bei einem modernen Mythologen, der keine Ahnung von Psychoanalyse hat, der einmal seine Wissenschaft vergaß und eine gute Idee hatte...*“ (McGuire u. Sauerländer, 1974). Lei-

der verfolgten weder Freud noch Jung diesen Gedanken weiter. Die Psychoanalyse sah in der Mutterbrust das erste Liebesobjekt des Kindes. Heute wissen wir, dass unsere körperliche und psychische Gesundheit bis ins hohe Alter entscheidend von unserer Entwicklung im Mutterleib geprägt ist (Entscheidung im Mutterleib, Spiegel 4/2000) und dass die Beziehung zur Plazenta vom Kind real erlebt und über sein Herz und seinen Blutkreislauf gesteuert wird. Die Beziehung zur Plazenta geht der Beziehung zur Brust voraus. Die Plazenta ist längst vor der Mutter-

## Die Autoren

Terence Dowling (MA., PhB., BA.) ist Vater von drei Kindern und arbeitet als Prä- und Perinataltherapeut in Heidelberg. Er hat bereits an zahlreichen nationalen und internationalen Kongressen teilgenommen und leitet Ausbildungsgruppen für Hebammen, Psychotherapeuten und Ärzte.

Dirk Leinweber (Dipl. Ing.) ist ebenfalls Vater von drei Kindern. Nach mehrjähriger Ausbildung arbeitet er seit 1997 mit Terence Dowling zusammen und leitet Selbsterfahrungsgruppen (weitere Informationen: [www.adelphos.de](http://www.adelphos.de) bzw. [www.placenta.de](http://www.placenta.de); E-Mail: [leinweber@adelphos.de](mailto:leinweber@adelphos.de); [dowling@adelphos.de](mailto:dowling@adelphos.de)).

brust unser erstes Liebesobjekt, die pulsierende Nabelschnur ist unser Urphallus.

In Selbsterfahrung, therapeutischer Körperarbeit und durch die Analyse von Träumen und Mythen kann die körperliche und seelische Bedeutung dieser ersten Liebe aufgedeckt werden. Nachfolgend wird deutlich, wie sehr sie unsere späteren Beziehungen prägt.

Die Prägung, die wir in dieser frühen Lebensphase erfahren, ist sehr davon abhängig, wie stark die Anforderung und der Stress waren, die wir in den Monaten engster Symbiose mit der Plazenta erlebt haben. Im folgenden wollen wir drei tiefenpsychosomatische Grundstrukturen skizzieren, die in den Erfahrungen der pränatalen Lebenszeit wurzeln.

## Pränataler Stress

Jeglicher Stress der Mutter führt auch zu Stress für das Kind in ihrem Leib. Sehr schnell kann es zu einer mangelhaften Blutversorgung des heranwachsenden Kindes kommen (mütterlicher

Nikotinkonsum führt zu einer extremen Form dieses Syndroms). Um einen solchen Mangel zu vermeiden, erhöht das Kind seine Herzaktivität und pumpt Blut durch die Nabelschnur-Arterien in seine Plazenta hinein. Diese Reaktion unterstützt den Blutstrom aus der Plazenta zurück zum Kind. Pränataler Mangel zwingt das Kind dazu, sein eigenes Blut, seine Lebensenergie zuerst seiner Plazenta, seinem ersten Beziehungsobjekt zu schenken. Das Kind lernt, dass es zuerst geben muss, um danach genug

zu bekommen. Nur so kann das Kind seine lebensnotwendige Versorgung kontrollieren und sichern. Tiefenpsychosomatisch geht es darum, sich das Leben zu verdienen, die eige-

ne Existenz durch Herzleistung zu sichern. Einfach entspannen, einfach auf Geschenktes zu warten, scheint verkehrt, sogar gefährlich zu sein. So geprägte Menschen können sich das Leben nur als Leben zu zweit vorstellen. Sie scheinen ihr Leben für andere zu leben, meistens in einer anstrengenden Symbiose. Durch ihren pränatalen Mangel sind sie gezwungene Helfer.

## Pränatale Vergiftung

Für viele ungeborene Kinder gibt es lebensbedrohliche Situationen, die sie nicht durch erhöhte Herzaktivität bewältigen können. Dies ist der Fall, wenn Giftstoffe das Kind über seine Plazenta erreichen. Trinkt eine Mutter zum Beispiel zuviel Alkohol, würde eine erhöhte Herzaktivität des Kindes zu einem verstärkten Rückfluss vergifteten Blutes führen. Das Blut ist manchmal „gut“ und manchmal „böse“, die Plazenta wird zu einem sehr ambivalenten Gegenüber. Das Kind schaut auf seinen Nabel („Nabelschau“), lernt, seine Herzaktivität zu drosseln und in Gefahr mit weniger Blut auszukommen. Versagen könnte tödlich sein. Es passt sich an und kontrolliert sehr aufmerksam, wann es sich öffnet, was es nimmt und was es gibt. Trotzdem kann das Kind Vergiftung nicht vermeiden und kommt mit einem negativen Körper-Selbstbild zur Welt. So geprägte Menschen leben immer mit der Angst, nochmals „vergiftet“ zu werden und sind daher in Beziehungen überaus wachsam und misstrauisch. Sie kompensieren ihr negatives Selbstbild durch Unehrllichkeit und permanente Anpassung. Sie versuchen sich - oft mit Erfolg - mit ihrer gekonnten Präsentation zu identifizieren. Leben ist immer ein Überleben, ein subtiler Kampf mit sich selbst, immer in der Angst, durchschaut zu werden.

## Implosion

Stress innerhalb der primären Beziehung zur Plazenta kann die psychosomatische Belastbarkeit des Kindes weit überschreiten. Solche Erlebnisse führen zu einer sogenannten psychosomatischen „Implosion“. Wenn, zum Beispiel unter der Geburt, eine große Menge Narkosemittel das Kind erreicht, hat es kaum eine Chance, sein Bewusstsein und seine Autonomie zu bewahren. Der Versuch des

Kindes, das Mittel durch erhöhte Herzaktivität aus seinem Körper zu befördern, führt zu einem verstärkten Rückfluss, ähnlich einem Todeschuss. Der Wille des Kindes, geboren zu werden, versinkt in Ohnmacht und Bewusstlosigkeit.

Auch durch eine fest um den Hals geschlungene Nabelschnur kann das Kind sich in seinem Geburtsprozess nicht behaupten, jegliche Bauch-Becken-Bein-Energie, jeder Impuls, geboren zu werden, wird unterdrückt. Die Plazenta, das erste Liebesobjekt, wird nicht nur ambivalent, sondern als lebensbedrohlich-negativ erlebt. Die pränatale Erlebniswelt und die Beziehung zur Plazenta gehen tragisch zugrunde.

Menschen, die dennoch ins Leben geholt werden, fehlt es an Willen, sich durchzusetzen, sich in der Welt zu behaupten und zu zeigen. Eigene Initiative, Überlegenheit und Aggression werden vermieden, weil sie zu Angst, Schuld- und Ohnmachtgefühlen führen. Da sie erlebt haben, dass Anpassung nicht rettet, blicken sie trotz aller Minderwertigkeitsgefühle und Versagen mit Arroganz auf die angepassten Macher dieser Welt, die sie gleich-

## Literatur:

Brown, M.: Die Heilende Berührung - Organismische Psychotherapie, Synthesis Verlag, Essen (1988)

Dowling, T. W.: Prä- und Perinatale Erfahrungen von Menschen mit autistischen Tendenzen. In Janus, L. u. Haibach, S. (Hrsg.): Seelisches Erleben vor und während der Geburt. (S.203 - 284), Neu Isenburg (1997), LinguaMed

Dowling, T. W.: Wir lieben nur, wovon wir träumen. Zwiespältigkeit und Aggressionen in engen Beziehungen. In Häsing, H. u. Janus, L. (Hrsg.): Ungewollte Kinder. Annäherungen, Beispiele, Hilfen (S 144 -157), Rowohlt Verlag (1994)

Hackenbroch, V: Entscheidung im Mutterleib, Spiegel 4/2000

Leinweber, D.: Das Primär Enneagramm. In: Enneforum Heft 1/01, Zeitschrift des ökumenischen Arbeitskreises Enneagramm e.V. (2001)

McGuire, W. & Sauerländer, W.: Sigmund Freud C.G. Jung - Briefwechsel, Fischer Verlag, Frankfurt am Main (1974)



**Hildegard von Bingen:** „Die Seele des Menschen ist symphonisch gestimmt.“ Quelle: Hildegard von Bingen, Kalender 1998, Herder

zeitig beneiden. Oft sind sie romantische Rebellen. Weil die plazentare Beziehung sie in die Nähe des Todes führte, sind Liebesbeziehungen für solche Menschen problematisch. Ihre Spontaneität wird gehemmt durch tiefe Minderwertigkeitsgefühle. Sie haben Angst vor Ohnmacht und Autonomieverlust und neigen zu paradoxen Äußerungen und Reaktionen. Partner haben oft das Gefühl, dass sie nicht richtig präsent sind.

## Lieben lernen

Natürlich ist die Beziehung zur Plazenta nicht die einzige Beziehung, die die Liebesfähigkeit eines Menschen prägt. Eine glückliche frühe Kindheit in einer liebevollen Familie kann viele dieser pränatalen Wunden heilen. Aber die moderne Stressforschung zeigt auch, dass Menschen, die als Erwachsene unter starken psychischen und psychosomatischen Störungen leiden, meist eine Reihe von aufeinanderfolgenden Traumatisierungen in ihrer Kindheit erlitten haben. Sie waren beispielsweise unerwünscht im Mutterleib, verletzt während der Ge-

### Drei Beispiele tiefenpsychosomatischer Muster mit Wirkung auf die Liebesfähigkeit

- *Es gibt zahlreiche Menschen, die sich in der Liebe nicht entspannen können. Sie können sich nicht lieben lassen, sind aber gleichzeitig süchtig danach. Ihre Sexualität ist oft exzessiv, getrieben und gezwungen. Loslassen und nicht mehr die Kontrolle zu behalten, nicht mehr Herr der Lage sein, ist schwierig oder scheinbar unmöglich. Sehr oft fühlen sich solche Menschen nach dem Liebesakt nicht gestärkt und glücklich sondern einsam und allein gelassen.*
- *Andere Menschen fühlen sich nach der Liebe beschmutzt, eingeengt und nicht im reinen mit sich selbst, dem Partner und der Welt. Ihr Verhältnis zu ihrem eigenen Körper und zur Sexualität ist zutiefst ambivalent. Sie lieben ihren Partner mit Vorbehalt, selten ist er „der richtige“, selten gut genug. Und trotzdem wird ein reinigender Streit oder eine Trennung sorgfältig vermieden. Viele dieser Menschen verharren in einer höchst ambivalenten Beziehung und akzeptieren ihr Unglück als Schicksal, bis sie schließlich krank werden. Manchmal wird sogar der Tod als willkommene Erlösung herbeigesehnt.*
- *Die größte Schwierigkeit haben jedoch Menschen, die in der Sexualität bedrohliche Gefühle von Ohnmacht und Entfremdung und sogar starke Bewusstseinsveränderungen bis hin zur Bewusstlosigkeit erleiden. Oft sehnen sie sich überaus stark nach Intimität und Geborgenheit und werden immer wieder von der Intensität ihrer Ängste und Schuldgefühle überrascht. Für manche kann die erste Trennung so starke Todesängste hervorrufen, dass sie sich nie wieder auf eine Liebesbeziehung einlassen. Andere ahnen schon in der Pubertät ihr tiefes Verletztsein und ihre Verletzlichkeit und leben für immer einsam und allein.*

burt, als Kleinkind weggeben, zu oft alleingelassen oder gar missbraucht. Trotz allem können spätere Beziehungen eine Heilungschance sein. Seit einigen Jahren ist es mehr oder weniger allgemein akzeptiert, dass jeder

von uns das Kleinkind in sich trägt und dass eine frühe Traumatisierung (zum Beispiel sexueller Missbrauch, Gewalterfahrung, Trennung von der Mutter) unser erwachsenes Leben und Lieben stark prägen kann. Viele Part-

## Mangel- und Stresserlebnisse in unserer ersten Lebensphase beeinträchtigen stark unsere Fähigkeit zu lieben und uns lieben zu lassen

ner in intimen Beziehungen spüren und verstehen, dass sie das verletzte Kleinkind ineinander wachrufen. Mancher Mann muss von Zeit zu Zeit Vater für seine Frau sein, manche Frau Mutter für ihren Mann.

Einige moderne Therapeuten sind sich heute bewusst, dass ihre KlientInnen auch unter ihrer Geburt und ihrer pränatalen Erfahrung leiden. Dieses Wissen ist jedoch noch weitgehend unbekannt. Dass unsere intimen Beziehungen pränatale Gefühle und Verletzungen wiederbeleben, ist eine sehr neue und für manchen noch befremdliche Erkenntnis.

Besonders in sexuellen Begegnungen kann unser Partner häufig die Rolle unserer verlorenen Plazenta und Nabelschnur einnehmen. Auf der einen Seite ermöglicht das eine Rückkehr zu vorgeburtlicher Geborgenheit und Ganzheit in der Sexualität.

Auf der anderen Seite können wir gerade in diesem regressiven Zustand von der Erinnerung an pränatalen Schmerz überwältigt werden. Viele Menschen haben die Erfahrung gemacht, dass gerade die intimste Liebe die größten Gefahren birgt und unsere tiefsten Ängste offenbaren kann. Mangel- und Stresserlebnisse in unserer ersten Lebensphase beein-

## Tiefenpsychosomatik - eine Ausbildung für Hebammen

Prä- und perinatale Psychologie und Medizin belegen immer detaillierter, wie prägend das Leben vor und während der Geburt für unsere spätere Gesundheit und unser Glück sein kann. So ist der Verlauf der Geburt nicht nur für die Mutter und ihr Bonding mit dem Baby wichtig, die Geburt ist auch eine zentrale tiefenpsychosomatische Erfahrung für das Kind.

Hebammen begleiten mit ihrem Einsatz und ihrer Erfahrung gebärende Mütter. Wenn diese Begleitung zu einer glücklichen und gesunden Geburt führen soll, muss die Hebamme in der Lage sein, das Kind durch den Geburtskanal zu begleiten. Wenn ‚nur‘ die Mutter im Blick behalten wird, dann - gerade dann - ist sie nicht richtig gesehen und nicht optimal betreut. Die Fähigkeit, das Kind unsichtbar im Geburtskanal zu begleiten, verlangt eine tiefe Empathie. Dazu ist nicht nur objektives Wissen über Möglichkeiten der kindlichen Stellung, Rotationen, Lage und der möglichen Fehlentwicklungen und Komplikationen erforderlich, wichtig ist auch die Intuition der Hebamme, die es ihr ermöglicht zu spüren, wie es dem Kind gerade geht. Jede erfahrene Hebamme weiß, dass

sie mit bestimmten Frauentypen sehr gut, mit anderen Frauentypen weniger gut arbeiten kann. Sie weiß auch, dass es unter ihren Kolleginnen auch andere Charaktere gibt, die gerade mit den Frauen gut zurecht kommen, mit denen sie ihre persönlichen Schwierigkeiten hat. Die Erfahrung im Kreissaal zeigt, dass manche Kombinationen - bestimmte Hebamme mit bestimmtem Frauentyp - regelmäßig zum gleichen Ergebnis führen!

Durch tiefenpsychosomatische Selbsterfahrung kann jeder Mensch seine eigenen Geburtserlebnisse und mögliche Traumatisierung integrieren. Durch sanfte Körperarbeit erleben die teilnehmenden Hebammen ihr ganz individuelles Geburtsmuster, das sich sowohl in unseren körperlichen Symptomen als auch unserer Charakterstruktur manifestiert. Die Arbeit in der Gruppe ermutigt den oft schwierigen Schritt, diese vertrauten Muster loszulassen und neuen Beziehungs-, Denk- und Handlungsmöglichkeiten auszuprobieren. Für eine Hebamme kann dies von großer Bedeutung sein und ihre Fähigkeit, empathisch Mutter und Kind zu begleiten, stark befreien.

*Terence Dowling*

trächtigen stark unsere Fähigkeit zu lieben und uns lieben zu lassen. Gerade in intimen Beziehungen zeigen sich die oben skizzierten tiefenpsychosomatischen Muster.

## Heilende Berührung

Prä- und perinatale Psychologie ermöglicht ein besseres Verständnis der menschlichen Sexualität. Therapeuten und Freunde, die die tiefenpsychosomatische Wirkung unserer Beziehung zur Plazenta verstehen, sind oft in der Lage, uns zu helfen, unsere pränatalen Wunden zu heilen und endlich „neu geboren“ zu werden. Dabei ist es häufig unerlässlich, dass sie uns nicht nur als neue Mutter oder neuer Vater-Mentor begegnen, sondern mit uns in die gesichtslosen, tieferen Urformen der Liebe eintauchen. Weil unser frühes Erleben vorsprachlich ist und in unserem Körper gespeichert wurde, sind Berührung und Kör-

perarbeit viel wichtiger und heilsamer als Worte. Im Johannes Evangelium (3:1-12) erklärt Jesus dem Nikodemus, dass niemand das Reich Gottes sehen kann (das heißt hier und jetzt heil und glücklich werden kann), wenn er nicht neu geboren wird. Nikodemus fragt sofort: „Wie kann ein Mensch, der schon alt ist, geboren werden? Er kann doch nicht in den Schoß seiner Mutter zurückkehren und ein zweites Mal geboren werden?“ Unsere tiefsten Verletzungen benötigen jedoch genau solch eine Regression.

Jeder von uns braucht eine Liebe, die uns zu unseren pränatalen Wunden führt, uns dort trägt und begleitet und uns den Weg zurück ins Licht offen hält. ●