Die Pflege des menschlichen Potentials

...vom Beginn des Lebens an

12 Leitprinzipien

Stell' dir eine Welt vor,...

in der jedes kleine Kind mit Wärme in die Familienmitte aufgenommen, geliebt, umsorgt wird und als das empfindende, mit Bewusstsein begabte Wesen gelten darf, welches es von seinem Lebensbeginn an ist. In dem Maße, in dem solche Kinder heranwachsen, wächst auch ihre Fähigkeit zu lieben, mit anderen Menschen mitzufühlen und Freude zu empfinden. Mit dem Heranwachsen unserer ersten Generation würden wir in einer solchen Welt sehen, wie sich die Wirkung allmählich ausbreitet und größere Lernfähigkeit, emotionale Intelligenz und Kreativität, das Hervortreten neuer Menschheitsführer, und gesündere Familien und Gemeinschaften bewirkt. *Unser Potential ist unbegrenzt.*

Pränatale und perinatale Psychologie

Unsere frühsten Beziehungs-Erlebnisse *aus der Perspektive des Babys* zu verstehen und zu erkennen, wie von diesen Erlebnissen Lebensmuster geprägt werden, ist seit 40 Jahren Forschungsgegenstand der Disziplin der pränatalen und perinatalen Psychologie. Der Forschungsbereich verwendet diese Perspektive, um unsere Erfahrungen von der Vor-Empfängnis bis hin zum ersten Lebensjahr zu fokussieren und das Augenmerk auf das zu richten, was aus diesen Erfahrungen gedeihende Kinder hervorgehen lässt, die zu stabilen, liebefähigen Erwachsenen werden.

Die pränatale und perinatale Psychologie umfasst Forschungsergbnisse und klinische Erfahrungen hochmoderner Bereiche wie zum Beispiel der Epigenetik, der biodynamischen Embryologie, der kleinkindlichen Psychohygiene, der Bindungs- und der frühkindlichen Traumaforschung, den Entwicklungs-Neurowissenschaften, und der Bewusstseinsforschung.

Wir bieten diese 12 Prinzipien als Leuchtturm für die Elternkompetenz, für eine berufsbezogene Praxis, Theorie und Forschung, und für die Unterstützung des menschlichen Potentials und einer Optimierung menschlicher Beziehungen vom Lebensbeginn an. Diese Prinzipien legen das Fundament für eine neue Bewegung in der Aufnahme und der Fürsorge unserer Babys. Jeder hat etwas beizutragen.

The Association of Prenatal and Perinatal Psychology and Health unterstützt die *12 Leitprinzipien.* **www.birthpsychology.com**

Um die PDF-Version der Broschüre *The 12 Guiding Principles* **in Englisch, Spanisch, Italienisch, Deutsch und anderen Sprachen herunterzuladen:**

www.12guidingprinciples-ppn.com

Druckversionen der Broschüre sind in Englisch und Spanisch erhältlich.

Wegen Rechte der Vervielfältigung sowie der Verteilung der Broschüre (außer der Verteilung der PDF-Broschüre selbst), beziehungsweise wegen der Veröffentlichung eines Buch- oder Veröffentlichungsteils halten Sie sich bitte an die Nutzungsvereinbarung: **www.12guidingprinciples-ppn.com**

Broschüre-Zitat: McCarty, W., Glenn, M., et al. (2018). *Nurturing Human Potential and Optimizing Relationships From the Beginning of Life: 12 Guiding Principles.* (Übers.) [Broschüre]. Natural Family Living–Right from the Start: Santa Barbara, CA.

Die Pflege des menschlichen Potentials und die Maximierung von Beziehungen vom Beginn des Lebens an

12 Leitprinzipien

1. Die Primärphase

Die für die menschliche Entwicklung wichtigste Phase beginnt schon vor der Empfängnis und verläuft bis Ende des ersten Lebensjahres. Während dieser Zeit werden für jede Ebene des Lebens entscheidende Grundlagen gelegt: für die physische, die emotionale, die mentale, die geistige und die Bindungsebene.

2. Bildung des zentralen Bauplans

Die Erlebnisse dieser Hauptphase bilden den Bauplan für unsere grundlegendsten Wahrnehmungen und Glaubenssätze sowie für die Art, wie wir uns in der Welt befinden – sowohl mit anderen als auch mit uns selbst.

Diese Basis-Elemente sind angeboren; schon in Neugeborenen sind sie feststellbar; sie initiieren lebenslange Seinsarten.

Diese angeborenen Kernmuster formen in tiefgreifender Weise unser Sein, ob in lebensfördernder oder in das Leben verschlechternder Weise.

3. Entwicklungskontinuum

Die menschliche Entwicklung verläuft vom pränatalen zum postnatalen Leben durchgehend. Postnatale Muster bauen auf vorangegangene pränatale Erlebnisse sowie auf Erlebnisse bei der Geburt auf.

Optimale Grundlagen für das Wachstum sowie für die Lebenskraft – dazu gehören die Gehirnentwicklung, die emotionale Intelligenz und die Selbstkontrolle – setzen optimale Bedingungen während der Zeit vor der Empfängnis sowie während der Schwangerschaft, der Geburt und des ersten Lebensjahres voraus.

Optimale Grundlagen einer stabilen Bindungsfähigkeit sowie gesunder Beziehungen setzen optimale Beziehungen während der Zeit vor der Empfängnis sowie während der Schwangerschaft, des Geburtserlebnisses und des ersten Lebensjahres voraus.

4. Potentiale und Fähigkeiten

Schon während dieser sehr frühen Hauptphase ist der Mensch ein bewusstes, empfindendes, mit einem Selbstgefühl begabtes Wesen.

Das menschliche Leben ist Ausdruck eines Suchens nach immer höheren Zuständen der Ganzheit und des Wachstums. Dieser angeborene Trieb lenkt und durchdringt unsere menschliche Entwicklung.

Beim Neugeborenen spielt sich das Wahrnehmen, die Kommunikation und das Lernen so ab, dass Fähigkeiten und Seinsmodi sowohl von „mind-to-mind“, als auch energetisch und physisch-sensorisch integriert werden.

5. Bindung

Schon von Beginn an spielt sich die menschliche Entwicklung innerhalb von Beziehungen ab. Menschliche Verbindungen und die menschliche Umgebung üben einen tiefen Einfluss sowohl auf die Qualität als auch auf die Struktur eines jeden Aspekts der Entwicklung des Babys aus.

Vom Beginn des Lebens an erfährt und verinnerlicht das Baby das, was auch die Mutter erlebt und fühlt. Die Beziehung des Vaters/Partners zur Mutter und zum Kind ist für die optimale Entwicklung des Kindes entscheidend.

Alle Beziehungen und Begegnungen zwischen Mutter, Kleinkind und Vater beeinflussen während dieser Hauptphase die Lebensqualität des Kindes und dessen Grundvoraussetzungen. Entscheidend für die Optimierung dieser Grundvoraussetzungen sind unterstützende, liebevolle und gesunde Beziehungen.

6. Angeborene Bedürfnisse

Das Bedürfnis nach Geborgenheit, nach Zugehörigkeit, nach Liebe und Fürsorge; das Gefühl, dass man als der Mensch gewollt, geschätzt und gesehen wird, der man ist – alle diese Bedürfnisse sind vom Lebensbeginn an vorhanden. Sie zu erfüllen, ein ihnen angemessenes Umfeld zu bieten, fördert und unterstützt eine optimale Entwicklung.

Die Pflege des menschlichen Potentials und die Maximierung von Beziehungen vom Beginn des Lebens an

12 Leitprinzipien

7. Kommunikation

Babys kommunizieren ständig und suchen ständig leiblich-seelische Bindung. So die Beziehung zum Baby zu gestalten, so auf es einzugehen, dass seine vielfältigen Kommunikationsfähigkeiten geachtet werden, stellt eine wesentliche Unterstützung für eine optimale Entwicklung und Ganzheit dar.

8. Die Verwobenheit zwischen Mutter und Kind

Von höchster Priorität ist, dass die Bindung zwischen Mutter und Kind – deren Verwobenheit miteinander – während der Schwangerschaft, der Geburt und des Kleinkindalters geachtet und optimiert wird.

9. Das Bonding

Die Geburt/das Gebären und das Bonding ist für die Mutter, das Kind und den Vater/Partner ein Entwicklungsvorgang von wesentlicher Bedeutung. Die durch diesen Vorgang geformten Kernmuster wirken sich auf das ganze folgende Leben aus.

Die positivsten Baby-und-Mutter-Entwicklungen zeigen sich dann, wenn sich die Mutter bestärkt und unterstützt fühlt und sich der naturgemäße Geburtsvorgang mit minimalen Störungen und ohne jede Unterbrechung der Mutter-Kind-Bindung und des körperlichen Kontakts zwischen Mutter und Kind entfalten darf. Werden das Kind und die Mutter voneinander getrennt, so muss die Kontinuität der väterlichen Bindung mit dem Kind zum Tragen kommen.

Das Baby reagiert und gedeiht dann am besten, wenn mit ihm direkt kommuniziert wird, wenn die Beziehung zur Mutter ungestört ist, und wenn der Geburtsvorgang die Fähigkeit des Babys unterstützt, die Folge der Ereignisse einzuordnen und zu integrieren.

10. Lösen und heilen

Das Lösen vergangener und noch aktueller Konflikte, Stress-Situationen und Probleme, welche sich auf die Lebensqualität aller Familienmitglieder auswirken, ist von oberster Priorität. Dies noch vor der Schwangerschaft zu tun, ist das Beste. Um einen optimalen Ausgang zu erzielen, empfiehlt sich im Bedarfsfall, so früh wie möglich während dieser entscheidenden Phase, eine therapeutische Unterstützung für Mutter, Kind und Vater.

11. Grundlegende Muster

Wenn Probleme ungelöst bleiben oder suboptimale Umstände und Erfahrungen während der Empfängnis, der Schwangerschaft, der Geburt und des ersten Lebensjahres auftreten, so kommt es häufig vor, dass durch lebensverschlechternde Muster Gesundheitsprobleme, stressbedingte Verhaltensweisen, Schwierigkeiten der Selbstkontrolle, der Bindung und des Lernens sowie andere Störungen dem ganzen Lebenslauf unterlegt werden.

12. Professionelle Unterstützung

Diese frühen, das Leben verschlechternden Muster betten unterbewusste und somatische Muster unterhalb des menschlichen Bewusstseins in das implizite Gedächtnis ein. Experten, die in pränataler und perinataler Psychologie geschult sind, können diese Muster feststellen und Babys sowie Kinder aller Altersstufen, auch Eltern und Erwachsene überhaupt zu einer Heilung dieser Primärmuster bzw. zu deren Umwandlung in lebensfördernde Muster verhelfen. Wann immer Eltern die eigenen ungelösten Probleme um die Schwangerschaft und Geburt ihrer Kinder lösen und heilen, kommt es ihren Kindern – egal wie alt diese sind – zugute.

Übersetzung ins Deutsche von Babel Linguistics Inc. (2018)
© 2008, 2016, 2017, 2018 Wendy Anne McCarty & Marti Glenn.
Alle Rechte vorbehalten. www.12guidingprinciples-ppn.com

Ursprünge der *12 Leitprinzipien*

Vorreiter im Felde der psychologisch orientierten pränatalen und perinatalen Therapie haben im Rahmen eines von der Bower Foundation subventionierten Projektes der akademischen Gemeinschaft zusammengewirkt, um die *12 Leitprinzipien* zu erarbeiten. Die Hauptautoren und Projekt-Koordinatoren sind:

Wendy Anne McCarty, PhD, RN, HNB-BC, DCEP
Mitbegründerin und Kernkollegin des *Prenatal and Perinatal Psychology Program* [Programm für pränatale und perinatale Psychologie], Santa Barbara Graduate Institute. Führungsperson im Optimieren der Humanpotential und des Familienlebens vom Beginn des Lebens an. Globale ganzheitliche Beraterin für Familien sowie für Berufstätige. Vortragende, Lehrende und Ausbildnerin. Theoretikerin der Frühentwicklung und Autorin des Buches *Welcoming Consciousness* sowie über 40 weiterer Publikationen.
www.wondrousbeginnings.com
drwmccarty@gmail.com

Marti Glenn, PhD
Gründungspräsidentin des Santa Barbara Graduate Institute mit postgraduierten-Programmen in pränataler und perinataler Psychologie. Klinische Leiterin des Ryzio Institute, Anbieterin professioneller Bildungsgänge und Intensivklausuren zur Aufarbeitung frühkindlicher Traumata bei Erwachsenen. Bahnbrechende Psychotherapeutin und Lehrende. Trägerin des „Verny Lifetime Achievement Award in Prenatal and Perinatal Psychology“.
www.ryzio.com
martiglennphd@gmail.com

***The 12 Guiding Principles* werden in zahlreichen Publikationen behandelt, darunter:**

Weinstein, A. (2016). Prenatal Development and Parents’ Lived Experiences. New York, NY: WW Norton.

McCarty, W. A. & Glenn, M. (2008). Investing in human potential from the beginning of life: Keys to maximizing human capital. Journal of Prenatal & Perinatal Psychology & Health, 23 (2), 117-135.

www.12guidingprinciples-ppn.com