

Wenn das Leben intensiv beginnt

Eltern Frühgeborener und kranker Neugeborener von Anfang an behutsam begleiten

Psychosoziale Elternbegleitung in der Neonatologie
Dipl.-Psych. Mechthild Rupp

Thementag der VIFF Baden-Württemberg 2026

20. März 2026

1

Struktur des Workshops

- Begrüßung
- Vorstellung eines Praxisbeispiels
- Angeleitete Reflexion eigener Fallvignetten
- Perinatalzentrum Level 1 - Grundsätzliche Informationen
- Wie unser Nervensystem mit Stress umgeht
- Aufgaben der Psychosozialen Elternbegleitung
- Wesentliches für unsere Arbeit mit den Eltern
- Analysedreieck zur Selbstreflexion
- Fazit

20. März 2026

2

Praxisbeispiel aus der Neonatologie



20. März 2026

3

Einstimmung aufs Thema

Angeleitete Visualisierung

- einer **ressourcenreichen Situation** in der Begegnung mit Eltern
- einer **herausfordernden Situation** im Kontakt mit Eltern im eigenen Arbeitsumfeld

20. März 2026

4

Perinatalzentrum – Level 1

Beispiel Frauenklinik/ Olgahospital des Klinikums Stuttgart

- Frauenklinik/ Geburtshilfe
- Neonatologie und neonatologische Intensivmedizin
- Pränataldiagnostik
- Kinderchirurgische Klinik
- Zentrum für angeborene Herzfehler, Pneumologie
- Kinderradiologie
- Kinderanästhesie
- Klinische Genetik

20. März 2026

5

Was erleben die Eltern (Beispiele)?

- **Situation pränatal:**
 - Kinderwunschbehandlungen, Fehl-/ Totgeburten in der Anamnese
 - Pränataldiagnose des Kindes
 - Schwangerschaftsspezifische Erkrankungen der Mütter, Geburtsbestrebungen
- **Situation perinatal:**
 - Schwierige Geburtsverläufe
 - Sectio: geplant, eilig, Notfall; Teil- vs. Vollnarkose
- **Situation postnatal:**
 - Zustand der Mutter und des Kindes
 - Bonding, Milchbildung, Kängurufen, Bindungsaufbau allgemein, fehlendes „Wochenbett“
 - Situation der Väter, familiäre Situation, soziale Situation
 - Postpartale Erkrankungen der Mutter (z.B. Angst-/Zwangsstörung, Depression)

Umgang mit Schuldgefühlen: „mein Körper hat versagt“, „ich habe so gesund gelebt“

20. März 2026

6

Wie unser Nervensystem mit Stress umgeht

Die Eltern erleben oft lang anhaltenden Stress mit viel

- Unsicherheit
- Komplexität
- Mehrdeutigkeit

Das Autonome Nervensystem (ANS) ist für die Regulation von Stress zuständig.

Beispiele für Symptome bei den Eltern:

- Hypervigilanz: gesteigerte Aufmerksamkeit
- Hohe Muskelspannung
- Motorische Unruhe
- Gesteigerte Denkfähigkeit
- Ohnmachtsgefühle (Stand by): z.B. nach Notsectio, bei Verschlechterung des Kindes

20. März 2026

Dipl.-Psych. Mechthild Rupp – Psychosoziale Elternbegleitung
in der Neonatologie

7

Aufgaben der Psychosozialen Elternbegleitung

Beispiele:

- Psychoedukation: ANS, Stressmanagement während des Klinikaufenthalts
- Anbieten von Gesprächen und Interventionen zur Stressreduktion und Umgang mit Schuldgefühlen
- Gefühlen des Kontrollverlusts entgegensteuern durch Förderung der Eigenaktivität -> reduziert Ohnmachtsgefühle
- Erleben von Selbstwirksamkeit fördern -> sich als Eltern fühlen
- Bindungsaufbau zwischen Eltern und Kind fördern
- Ganze Familie im Blick
- Umgang mit Ängsten: „Es wird einen Weg geben“, Bilder der Hoffnung
- Vor Entlassung: Aufklärung über Posttraumatische Belastungsstörung (PTBS) und allgemein über das Hilfesystem, z.B. Aufklärung über die Möglichkeiten der Frühförderung

20. März 2026

Dipl.-Psych. Mechthild Rupp – Psychosoziale Elternbegleitung
in der Neonatologie

8

Wesentliches für unsere Arbeit

In welchem Zustand befindet sich das Nervensystem der Eltern, wenn wir mit ihnen reden und in welchem Zustand befindet sich unseres?

- Stressreaktion der Eltern als Marker für den Grad der Verarbeitung
- Versuchen, sich aufeinander einzustimmen
- Auf Selbstregulation achten (z.B. vertiefte Bauchatmung)
- Co-Regulation der Eltern durch Schaffung eines haltgebenden Raumes (je nach Profession, verschiedene „Hüte“!)

Etwas von der Bindungsgeschichte zwischen Eltern und Kind verstehen

- Hypothesen ableiten (z.B. Stand der Behinderungsverarbeitung, Trennungsangst)

Auftragsklärung

- ressourcenorientiertes, kooperatives Gespräch mit den Eltern, Ableiten/ Absprechen eines professionellen Angebots (erlebte Selbstwirksamkeit der Eltern beachten)
- Prinzip der kleinen Schritte

Individuelle Begegnung auf Augenhöhe

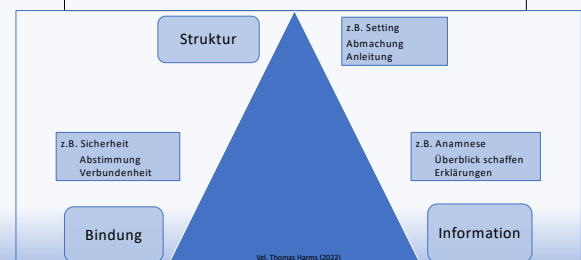
- Unterschiedliche Ausprägungen von Krankheiten/ Frühgeburtlichkeit und unterschiedliche Lebenserfahrungen der Eltern lassen sehr verschiedene Eltern-Kind-Geschichten entstehen

20. März 2026

Dipl.-Psych. Mechthild Rupp – Psychosoziale Elternbegleitung
in der Neonatologie

9

Analysedreieck zur Selbstreflexion



20. März 2026

Dipl.-Psych. Mechthild Rupp – Psychosoziale Elternbegleitung
in der Neonatologie

10

Was gibt uns eine Frühchenmutter mit?

„Es braucht viel Liebe und Geduld.“

Mutter von Alena, 2 Monate nach der Geburt ihrer kleinen Tochter in der 26. Schwangerschaftswoche, 650 g schwer, viele Wochen, bevor sie entlassen werden kann

Fazit:

Es sind nicht schwierige Eltern denen wir begegnen, sondern es sind Eltern, die es schwer hatten und haben.

Unsere Öffnung hin zu dieser Haltung ermöglicht Wege zu einer co-regulativen, bindungsnahen Begleitung der Eltern und ihrer Kinder.

20. März 2026

Dipl.-Psych. Mechthild Rupp – Psychosoziale Elternbegleitung
in der Neonatologie

11

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

20. März 2026

Dipl.-Psych. Mechthild Rupp – Psychosoziale Elternbegleitung
in der Neonatologie

12