

**Ungewollt kinderlos zu sein, ist ein schweres Los, die jahrelange Hoffnung auf Nachwuchs oft zermürbend. Womöglich durchläuft das Paar auch erfolglos die Wege der Reproduktionsmedizin. Der Traum vom eigenen Kind kann so zum Alptraum werden. Gibt es Alternativen? Ein vielversprechender Ansatz ist die moderne Hypnotherapie**



*Ein unerfüllter Kinderwunsch kann die Beziehung eines Paares auf eine schwere Belastungsprobe stellen*

# **UNGEWOLLT** VON CHRISTOPH TRICK **KINDERLOS**



## WIE MODERNE HYPNOTHERAPIE HELFFEN KANN

**F**ast jedes zehnte Paar kann heute keine eigenen Kinder bekommen. Kein Wunder, dass die Reproduktionsmedizin boomt, ungeachtet der damit verbundenen Risiken und möglicher ethischer Fragen. Etwa 1,5 bis zwei Millionen Paare sind von diesem Problem betroffen.

Ein Weg aus dem Dilemma kann die Hypnotherapie sein. Hypnose bedeutet aus dem Altgriechischen übersetzt „Schlaf“. Doch bei modernen Therapieformen wird der Patient nicht in einen hypnotischen Schlaf versetzt – vielmehr setzt man auf die Fähigkeit zur Selbsthypnose. Ähnlich wie beim Autogenen Training kann nach einigen Übungssitzungen mit einem Therapeuten eigenständig ein tiefer und stabiler Trancezustand erreicht werden. Das hilft bei Schlafstörungen, bei Nikotinabhängigkeit, bei Ängsten – und eben auch bei ungewollt ausbleibender Schwangerschaft.

So kommt die moderne Form der Hypnose mehr und mehr auch bei Kinderlosigkeit zum Einsatz. Sogar die Münchner Universitäts-Frauenklinik vermittelt ihren Patientinnen aufgrund guter Erfahrungen mit diesem Verfahren einen Termin bei einem Hypnotherapeuten. Der Ansatz dabei: Empfängnis, Schwangerschaft und Geburt werden als sensible psychologische Prozesse gesehen. Das bedeutet, selbst wenn körperliche Ursachen diagnostiziert worden sind, liegen die eigentlichen Gründe nicht selten im psychischen Bereich. Solche eventuellen seelischen Blockaden soll die Therapie aufspüren und mittels Hypnose über das Unbewusste auflösen.

Für Gabriele Maierhofer\* aus München wurde der Kinderwunsch so groß, dass sie sich für eine künstliche Befruchtung entschied. Aber alle Bemühungen blieben erfolglos. Dann erzählte ihr eine Freundin von der Möglichkeit einer Schwangerschaft durch Hypnotherapie. „Ich war zunächst skeptisch. Warum sollte ausgerechnet Hypnose helfen? Doch nach einigen Sitzungen bei der mir empfohlenen Therapeutin erkannte ich





**Bei der Hypnose wird ein tiefer Trancezustand erreicht, ohne dass der Patient die Kontrolle über sich verliert. So lassen sich Blockaden im Unbewussten aufspüren**



**Heilpraktikerin Cornelia Beyer hat schon vielen Paaren bei unerfülltem Kinderwunsch helfen können**

allmählich, dass ich innerlich nicht gefestigt und eigentlich gar nicht bereit für ein Kind war. Nach gut einem Jahr mit weiteren Sitzungen klappte es endlich – ich wurde schwanger!“ Was war bei dieser so genannten selbstorganisatorischen Hypnotherapie geschehen?

## Ein Fragebogen als Diagnose-Hilfe

Heilpraktikerin Cornelia Beyer aus Herrsching am Ammersee ist eine Spezialistin für Hypnotherapie bei unerfülltem Kinderwunsch. Sie erarbeitet mit ihren Patientinnen zunächst ein wegweisendes Bild: Wie es sich anfühlt, wenn die Frau dann tatsächlich ein gesundes Neugeborenes in ihren Armen hält. Die Patientin soll sich dazu beispielsweise auch eine passende Farbe und einen Ort des Wohlfühlens vorstellen. Sie wird gewissermaßen positiv konditioniert oder geerdet.

Ist das Vertrauen in die Therapie gefestigt und hat die Patientin genügend eigene Kraftquellen, also positives Denken und entsprechende Bilder entwickelt, wird es spannend: Es folgt eine gezielte Befragung des Unbewussten mit Hilfe eines diagnostischen Fragebogens, bei der sich die Pati-

entin im Trancezustand befindet. Der Therapeut erkundigt sich beispielsweise nach möglichen Ängsten, Schmerzen, Sorgen oder unverarbeiteten Traumata. Dadurch sollen die eigentlichen Probleme schnell und deutlich an die Oberfläche geholt werden.

Auch Jutta Meininger\* aus Augsburg trug ihr nicht bewusstes, unverarbeitete Probleme mit sich herum, die ihrem Wunsch nach einem Kind im Wege standen. Die Textilkaufrfrau hatte vor ihrer Hypnosetherapie nahezu das komplette Programm hinter sich gebracht: Entspannungstherapien, Ernährungsumstellung, Sitzungen bei einer Psychologin. Mit zunehmender Verzweiflung folgten Hormonbehandlungen und schließlich mehrere Versuche einer In-Vitro-Fertilisation. Gut zehn Jahre ging das so. Inzwischen tickte bereits unüberhörbar die biologische Uhr.

Dann hörte sie von den Erfolgen der modernen Hypnotherapie. Sie ließ sich einen Termin bei Heilpraktikerin Cornelia

Beyer geben. Nach mehreren Sitzungen stellte sich heraus: Ihre Mutter hatte ihr eine Abtreibung verschwiegen, ebenso eine spätere Totgeburt. All dies war eine kaum zu bewältigende Belastung für die allein lebende Mutter und ihr Einzelkind Jutta gewesen.

Das schwere Trauma wurde aus der Tiefe des Unterbewusstseins nach oben gebracht und dem abgetriebenen Kind wie auch der Totgeburt ein gebührender Platz eingeräumt. Jutta fühlte sich dadurch wie von einer schweren Last befreit. Es dauerte zwar noch eineinhalb Jahre, aber dann wurde die inzwischen Neununddreißigjährige schwanger und auf das erste folgte sogar noch ein zweites Kind.

## Nach zwei Fehlgeburten doch noch Nachwuchs

Auch bei Karin Berger\* war die Hypnotherapie erfolgreich. Dabei hatte sie diese Form der Kinderwunschbehandlung gar nicht gezielt angestreut. Bereits lange vorher hatte sie mit ihrer Hypnotherapeutin gearbeitet, um Ballast der Vergangenheit los zu werden. Doch auch die Möglichkeit, beim Wunsch nach einem Kind auf diese Weise „Steine aus dem Weg zu räumen“, erschien ihr einleuchtend. „Ich wollte individuelle Hilfe und in der Tiefe meiner Seele ergründen, was die Ursachen für die so lange ausbleibende Schwangerschaft sind.“

Es dauerte dann einige Monate, bis sie auf diese Weise tatsächlich Blockaden aus ihrer Vergangenheit ausräumen konnte. Danach fühlte sie sich sehr viel besser gewappnet, ein Kind auf seinem Weg in und durch das Leben begleiten zu dürfen.

Karin Berger hatte vor der Therapie zwei Fehlgeburten erlitten, allerdings waren die Ursachen dafür nicht klar. Eine künstliche Befruchtung wäre für sie nicht infrage gekommen. „Wir hatten bereits ein Kind, und deshalb stand das für uns nicht zur Debatte“, berichtet sie.

Die Hypnotherapie hatte sie übrigens auch noch als Geburtshilfe weiter durchge-



## Hypno-Diagnose-Fragebogen

Bei der Reise in das Unterbewusstsein stellen Hypnotherapeuten Kernfragen wie:

- Bestehen Ängste vor einer schweren Geburt?
- Gibt es unbewusste Sorgen um das Wohlergehen des Kindes?
- Könnte der potenzielle Vater des Kindes den Nachwuchs womöglich ablehnen?
- Dient die Kinderlosigkeit dem vermeintlichen Schutz der Familie vor einer Gefahr?
- Falls ja: Wer soll geschützt werden?
- Wer genau ist das gewünschte Kind? Ist es ein Kind um seiner selbst willen oder steht es für das Kind in der Frau etc.?

führt. Sie lächelt: „Die Geburt war überraschend leicht. Eine Stunde nachdem wir im Krankenhaus angekommen waren, hat unsere Tochter bereits das Licht der Welt erblickt. Die Vorbereitung mit der Hypnotherapie hat sicherlich dazu beigetragen, gelassener in die Entbindung zu gehen. Und während der Geburt konnte ich dann auch die Selbsthypnose einsetzen. Ich denke, das hat mir sehr geholfen. Marie ist jetzt übrigens vier Jahre alt und entwickelt sich ganz prima.“

## Das Interview zum Inema

# JEDE ZWEITE HILFESUCHENDE WIRD DURCH HYPNOSE SCHWANGER

Autor Christoph Trick im Gespräch mit der Heilpraktikerin und Hypnotherapeutin Cornelia Beyer. Sie hat bereits 35 ungewollt kinderlosen Paaren zum Elternglück verhelfen können.

**Frau Beyer, ist ungewollte Kinderlosigkeit ein schlimmes Schicksal?**

**Cornelia Beyer:** Ja, natürlich. Die meisten Betroffenen geraten dadurch in eine Art Lebenskrise.

**Was bedeutet eigentlich die „selbst-organisatorische Hypnose“ im Rahmen einer Hypnotherapie?**

**Cornelia Beyer:** Sie orientiert sich an der sogenannten inneren Weisheit des Klienten. Denn die Lösung, die Verantwortung und die Kompetenz liegen im Klienten selbst. Er ist somit frei von jeglicher Fremdbestimmung.

**Was glauben Sie sind die häufigsten Ursachen dafür, wenn sich der Nachwuchs nicht einstellen will?**

**Cornelia Beyer:** Häufig ist es die hohe Belastung beider Partner im Beruf, allgemeiner körperlich-seelischer Stress, aber auch unverarbeitete Konflikte oder Traumata sowie übernommene Themen aus dem Familiensystem. Dazu kommt heutzutage noch die starke Umweltbelastung.

**Warum haben Sie sich auf Hypnose als Therapie spezialisiert?**

**Cornelia Beyer:** Ich arbeite seit 2008 →



*Neben der Hypnotherapie nach Dr. Götz Renartz setzt Cornelia Beyer auch klassische Homöopathie, Phytotherapie und Qi Gong bei der Fruchtbarkeitsbehandlung ein*



*Dr. Götz Renartz gilt als Vorreiter der modernen Hypnotherapie in Deutschland*

mit der selbstorganisatorischen Hypnotherapie nach Dr. Götz Renartz. Das Thema Kinderwunsch kam dann durch eine Klientin auf mich zu, als ich selbst stark mit schwerer Krankheit und Tod im engsten Freundes- und Familienkreis belastet war. Die Spezialisierung auf den Anfang des Lebens war für mich eine große Freude und Erleichterung.

**Gehen Sie davon aus, dass beim Gros der ungewollt kinderlosen Paare statt körperlicher Ursachen, wie etwa gutartige Wucherungen in der Gebärmutter-schleimhaut (Endometriose), vielmehr seelische Probleme der Grund sind?**

**Cornelia Beyer:** Häufig ist dies so. Seelische Probleme können natürlich auch körperliche Symptome hervorrufen. Doch in meiner Praxis habe ich erlebt, dass Frauen trotz einer Endometriose oder bei Zyklusstörungen schwanger geworden sind.

**Welche psychischen Faktoren sorgen vorrangig für Probleme der Fruchtbarkeit, die den Betroffenen womöglich gar nicht bewusst sind?**

**Cornelia Beyer:** Meiner Erfahrung nach vor allem innere Konflikte mit Blick auf den Beruf und die Familie. Da kommen beispielsweise übernommene Traumata aus der Ahnenlinie hoch, wie der Tod im Kindbett einer Großmutter oder das eigene Nicht-willkommen-Sein im Familienverbund. Oder es handelt sich um unverarbeitete, verdrängte Gefühle durch eine Abtreibung als junge Frau oder schwierige vorausgegangene Schwangerschaften und Geburten.

**Wie stehen bei einer Behandlung in etwa die Erfolgschancen?**

## Hypnose hilft Hormonen auf die Sprünge

Dr. Götz Renartz ist Facharzt für Neurologie und Psychiatrie sowie für psychosomatische Hypnose und Psychotherapie. Er gilt als Vorreiter der modernen Hypnotherapie in Deutschland. Er sagt:

„Hypnose ist eine jahrtausendealte Heilkunst. Sie ist heute wissenschaftlich anerkannt und wird in einer zeitgemäßen Form in Medizin und Psychotherapie erfolgreich angewendet. Denn wie keine andere psychotherapeutische Methode wirkt sie auf das Unbewusste und somit auf die Körpersteuerung. Deshalb beeinflusst sie in positiver Weise die Psyche des Menschen und hilft, Selbstheilungskräfte zu aktivieren. Sie wirkt zudem auf das Immunsystem und den Hormonhaushalt ein. Das ist der Grund, warum Hypnose in besonderem Maße bei psychosomatischen Problemen hilft.“

Sie wird deshalb auch gerne bei Fruchtbarkeitsstörungen eingesetzt. Ein Beispiel ist das Hormon Prolaktin, das unter anderem den Eisprung kontrolliert. Bei bestehenden Konflikten kann Hypnose das nicht richtig funktionierende Hormon, ähnlich wie andere Sexualhormone, wieder normalisieren.“

**Cornelia Beyer:** Im Schnitt wird jede zweite Frau schwanger. Für einen auf Statistik fußenden Nachweis braucht es allerdings noch Langzeitstudien, aber bei mir liegen die Zahlen in etwa so. Ein Problem dabei: Manche Klientinnen brechen zu früh ab. Es braucht einfach ein gewisses Durchhaltevermögen. Aus meiner Erfahrung sind zwei bis fünf, manchmal bis zu gut 20 Sitzungen notwendig.

**Gibt es bereits Studien, die den positiven Einfluss von Hypnose gegen Kinderlosigkeit untermauern?**

**Cornelia Beyer:** Ein Ziel der Münchner Ambulanz für Autosystemhypnose ist die Zusammenarbeit mit der Forschung, um die positive Wirkung von Hypnose zu untermauern. In einer Studie am israelischen Zentrum für künstliche Befruchtung zeigte sich tatsächlich: Hypnose kann schwanger machen!

**Auf welche weiteren Behandlungsmethoden greifen Sie noch zurück?**

**Cornelia Beyer:** Auf die Homöopathie und die Pflanzenheilkunde. Speziell auch auf Spagyrik. Außerdem setze ich auf Übungen aus dem Qi-Gong. Und ich rate den Paaren außerdem zu einer Fruchtbarkeitsmassage, mit der sich das Paar gegenseitig etwas Gutes tun kann.

**Hat es dann geklappt, kann eine Hypnosetherapie auch bei der Geburtsvorbereitung helfen?**

# KINDERWUNSCH

**Cornelia Beyer:** Ja – sehr gut sogar. Angst und Schmerzen lassen sich auf diese Weise gut in den Griff bekommen.

**Vielen Dank für das Gespräch!**

\* ) Namen von der Redaktion geändert.

## Buchtipps & Infos

- Elke Eyckmanns/M. Merzenich/F.Nawroth: „Ein Kind – warum nicht auch für uns?“ Carl Auer Verlag, ISBN 978-3-89670-861-8, € 19,95
- Dorothee Kleinschmidt/P. Thorn/T. Wischmann (Hrsg.): „Kinderwunsch und professionelle Beratung – das Handbuch des Beratungsnetzwerkes Kinderwunsch Deutschland (BKID)“, Kohlhammer, ISBN 978-3-17-019940-8, € 25
- Millay Hyatt: „Ungestillte Sehnsucht – wenn der Kinderwunsch uns umtreibt“, Links Verlag, ISBN 978-3-86153-665-9, € 14,90, auch als E-Book erhältlich für € 9,99
- Marie F. Mongan: „Hypnobirthing – die Mongan-Methode“, Mankau, ISBN 978-3-938396-20-9, € 19,95

### Infos und Therapeutenlisten nach PLZ :

- Zentrum für angewandte Hypnose, Ansprechpartnerin Heike Simon, Bonifaziusstraße 2, 55118 Mainz, Tel. 06131-363662, www.deutsche-autosystemhypnose.de
- Deutsche Gesellschaft für Hypnose und Hypnotherapie e.V., Daruper Straße 14, 48653 Coesfeld,

Tel. 02541-880760, www.dgh-hypnose.de

- Ambulanz für Autosystemhypnose, Pavillonstraße 10, 66740 Saarlouis, Tel. 06831-9865433, www.ambulanz-hypnose.de oder
- Nußbaumstraße 14, 80336 München, Tel. 089-53 88 68 74, www.hypnose-sueddeutschland.de

- Beratungsnetzwerk Kinderwunsch Deutschland (BKID), Dr. Tewes Wischmann, Institut für Medizinische Psychologie Heidelberg, Bergheimer Straße 20, 69 115 Heidelberg, Tel. 06221-568137, www.bkid.de

- Hormon- und Kinderwunschzentrum der LMU München, Marchioninstraße 15, 81377 München, Tel. 089-7095-68253 (Patientinnen bekommen dort auf Wunsch auch eine Hypnotherapie vermittelt)

- Hannahs Schwestern – Initiative für ungewollt kinderlose Ehepaare, Christen aus verschiedenen landes- und freikirchlichen Gemeinden in Deutschland, Österreich und der Schweiz, Mittlere Stöckstraße 34, 75180 Pforzheim, Tel. 07231-784858, www.hannahsschwestern.de



**Etwa zwei bis zwanzig Sitzungen sind notwendig, bis es mit dem Baby klappt, so die Erfahrung der Hypnotherapeutin Cornelia Beyer**



## Immer ein Gewinn für Ihre Gesundheit BIO-Sonderhefte

Jetzt das neue 3er-Set zum Sonderpreis! siehe unten ↓



### BIO-Sonderheft Nr. 1/13 GESUNDE ERNÄHRUNG

Aus dem Inhalt: Öle, die helfen – Öle, die heilen · Spaß am Kochen mit Ayurveda · Jung und stark mit der Kraft der Pflanzen · Gutes Brot für Genuss und Gesundheit · Rohmacht froh · Die besten Tipps aus der 5-Elemente-Küche · Heiltees als Energiespender und vieles mehr ...

**Großer Extrateil: Müheles schlank. Mit 22 natürlichen Tipps zum Abnehmen**

136 Seiten, viele Bilder, € 5,90

### BIO-Sonderheft Nr. 5 ENDLICH STRESSFREI

Aus dem Inhalt: Wohlfühlen bei jedem Wetter · Power-Nahrung: Die besten Bio-Stoffe für eine bärenstarke Gesundheit · Das neue Feng Shui für mehr Erfolg im Leben · Yoga für jeden · Verjüngungskur und Anti-Aging · Schlafen wie ein Mummel mit Meditation zur inneren Mitte finden und vieles mehr ...

**Großer Extrateil: Medical Wellness. Wege zu Gesundheit und Wohlbefinden. Mit vielen Selbsthilfetipps**

136 Seiten, viele Bilder, € 5,90

### BIO-Sonderheft Nr. 4 WAS DER SEELE GUT TUT

Aus dem Inhalt: Die besten Schüssler-Salze gegen Ängste und Stress · Was uns wirklich glücklich macht · Das Tao der Sexualität · Das Geheimnis des richtigen Wünschens · Topfit durch Breath-Walk · Mut zur Veränderung – ein Weg zu innerer Freiheit · Wie man sich eine Auszeit nimmt und vieles mehr ...

**Großer Extrateil: Burnout – die besten sanften Heilmethoden**

136 Seiten, viele Bilder, € 5,90

Bitte senden Sie mir das BIO-Sonderheft (bitte ankreuzen)

Nr. 4  Nr. 5  Nr. 1/2013

zum Preis von je € 5,90 + Versandkostenpauschale € 2,-.

Ich wünsche die Zusendung von **allen drei Sonderheften zum Sonderpreis von nur € 12,-** + Versandkostenpauschale € 3,50.

Vorname/Name \_\_\_\_\_

Straße/Nr. \_\_\_\_\_

PLZ/Ort \_\_\_\_\_

Datum, Unterschrift \_\_\_\_\_

Bestellungen: - Post: B10 Ritter Verlag, Bahnhofstr. 9, 82327 Tutzing - Fax: 08153-937430