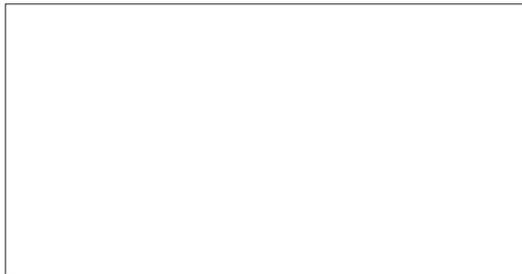




Benediktinerplatz 10,
9020 Klagenfurt
Tel und Fax: 0463 54 3 44
E-Mail: aktion.leben@aon.at
www.aktionleben-kaernten.at



2012/04 P. b. b



**Frohe, gesegnete Weihnacht
und ein glückliches Neues Jahr
wünscht Ihnen aus ganzem Herzen,
das Team der *aktion leben kärnten***

Der Verein aktion leben kärnten finanziert seine Tätigkeit
aus privaten Spenden und Subventionen.
Der Verein ist weder parteilich noch konfessionell gebunden.

Impressum

Herausgeber: Verein aktion leben kärnten
Vorsitzende: Viola Kuhn
Redaktion: Gunhild Weiss, Erika Brauner
Adresse: 9020 Klagenfurt, Benediktinerplatz 10
Telefon: 0463 54 3 44
Fax: 0463 54 3 44
Öffnungszeiten: Mo, Mi, Do : 8.00 – 11.30
Spendenkonto: RBB Klagenfurt Konto Nr. 38 8 36, BLZ 39358
E-Mail: aktion.leben@aon.at
Website: www.aktionleben-kaernten.at





Liebe Freundinnen und Freunde der aktion leben
kärnten,
sehr geehrte Damen und Herren!

Ich möchte Ihnen eine sehr persönliche und brandaktuelle Weihnachtsgeschichte erzählen:

Vor einigen Wochen hatten wir eine sehr bedrückende Vorstandssitzung. Durch die Auflösung der Mutter-Kind-WG waren wir tief in die roten Zahlen gesunken und wir waren einerseits ziemlich verzweifelt, andererseits aber auch einig, dass wir auch dieses Problem miteinander durchstehen werden. Nur das „Wie“ war halt noch nicht so ganz klar vorhanden.

Daheim hab ich mich dann zu meinem PC gesetzt und an alle Freunde und Bekannte gemailt, wie es uns geht und dass wir Hilfe bräuchten, mit der Bitte, es weiterzuerzählen und weiterzuleiten.

Es war unglaublich. Es kamen viele Rückmeldungen, Sach- und Geld-Spenden sowie Spendenzusagen von Einzelpersonen, aus Basaren, von Clubs etc. Meine Mail zog im Schneeballsystem weite Kreise und ich bin tief berührt, überglücklich und einfach aus tiefstem Herzen dankbar, für diese Welle der Hilfsbereitschaft, die uns entgegenkam. DANKE tausendmal an Sie alle. Sie haben uns nicht nur aus der Klemme geholfen, sondern haben uns auch in unserem Tun und Handeln bestätigt und auch neuen Mut gemacht, dass alles wieder gut wird. Danke dafür.

Ich wünsche Ihnen eine ruhige und besinnliche Adventzeit und ein gesegnetes Weihnachtsfest! Mein Weihnachtswunder hat heuer bereits im November begonnen!

Herzlichst
Viola Kuhn
Vorsitzende der aktion leben kärnten



Unser traditioneller Weihnachtsbasar fand wieder in der Kärntner Sparkasse statt. Mit viel Liebe und von fleißigen Händen vorbereitet, war er ein Erfolg. Beim Verkauf kommen wir immer wieder mit vielen Menschen ins Gespräch und neben dem Verkauf von schönen Geschenken werden auch *die aktion leben* und ihre Arbeit wieder ins Bewusstsein gerufen.

Wir gratulieren!!!

Viele Seminare, viele Stunden, viel Fleiß führten zum Erfolg!

Wir gratulieren unserer Mitarbeiterin Frau Erika Brauner zum erfolgreichen Abschluss zur Systemischen Sozial- und Lebensberaterin und freuen uns mit ihr aus ganzem Herzen. Ihr erfolgreicher Abschluss ist auch ein wichtiger Schritt zur Qualifizierung unserer Mitarbeiterinnen.

Es gratuliert dir liebe Erika, ganz herzlich
das Team der *aktion leben kärnten!*

Was wünschen Sie sich für die kleine Rosa?

Ich wünsche Rosa, dass es ihr einmal besser geht. Dass sie ein fröhlicher Mensch wird. Ein Mensch, der sich durchsetzen kann, der das Leben als schön empfindet.

Das wünschen wir ihr auch. Herzlichen Dank für das Gespräch und alles Gute.

Isabella Straub



**Wieder den Hauch von Kindsein spüren,
Heimlichkeiten, Geschenke finden,
Freude schenken,
Neugier und Erwartung spüren,
den Seelenschlüssel finden.
Ein Kind wird in uns geboren,
innere Türen öffnen für das Geheimnis der Geburt!**
(Gunhild Weiss)

**Frohe, gesegnete Weihnacht wünscht Ihnen aus ganzem Herzen,
das Team der aktion leben kärnten**

Eine etwas andere Weihnachtsgeschichte!

Ein Kind wurde geboren

Als Barbara zum ersten Mal kam, spürte ich, dass ich ihr die Begleitung in der Schwangerschaft mit Unterstützung der Bindungsanalyse (www.bindungsanalyse.at) anbieten sollte. Nach dem ersten Gespräch war es klar: Wir machen uns auf diese spannende Reise. Wir verbrachten daraufhin eine intensive, liebevolle, berührende und bewegte Zeit miteinander. Rosa, ihr Baby, ist so willkommen und liebevoll geborgen in dieser Welt angekommen, es scheint, dass sie sich gut vorbereitet hat in unserer gemeinsamen Zeit.



Aber davon lesen Sie jetzt unten weiter. Isabella Straub war sofort bereit, als ich sie bat, in ihrer klugen und sensiblen Art dieses Interview für die Weihnachtszeitung zu gestalten.

Es ist eine Weihnachtsgeschichte im Jahr 2012!

Vielen Dank, liebe Isabella!

Gunhild Weiss

„Wir schaffen das gemeinsam“

Mutter-Kind-Bindungsanalyse: Das klingt ein wenig technisch, kopflastig, vernunftgesteuert. In Wahrheit handelt es sich um eine sanfte Kontaktaufnahme der Schwangeren mit ihrem Baby. Eine Art „seelischer Nabelschnur“, die – gerade in schwierigen Situationen – dabei helfen kann, die Mutter-Kind-Beziehung bereits im Mutterleib aufzubauen und zu stärken. Wir sprachen mit Barbara K. (*Name anonymisiert*), die vor der Geburt ihrer Tochter eine Bindungsanalyse bei Gunhild Weiss in Anspruch nahm.



Barbara K. kommt mit ihrem Baby, der entzückenden Rosa, zum Interview. Rosa ist zwei Monate alt – ein waches, aufmerksames Baby. Barbara stillt die Kleine. Als das Baby unruhig wird, trägt sie es im Raum herum, schaukelt es sanft.

Wie sind Sie zur Aktion Leben gekommen?

Barbara: Ich habe Hilfe gebraucht, weil ich psychischen Stress hatte. Ich hab zwar immer gesagt, dass ich vor meinem 30. Geburtstag ein Kind will, doch als es so weit war, tauchten alle möglichen Unsicherheiten auf.

Ich war erst kurz mit meinem Freund zusammen, hatte auch Angst, dass die Beziehung nicht halten würde. Und vor den körperlichen Veränderungen. Mit den Ärzten konnte ich nicht sprechen, die haben nicht einmal versucht, mir die Ängste zu nehmen. Dann habe ich von der Aktion Leben gehört.

Weshalb haben Sie sich dazu entschieden, eine Bindungsanalyse zu machen?

Barbara: Das Baby in meinem Bauch war mir fremd. Ich hatte keine Beziehung zu diesem Wesen, fühlte mich wie eine Leihmutter. Ich wusste lange auch gar nicht, ob ich mich überhaupt für das Kind entscheiden sollte, es war ein ewiges

Hin und Her. Dazu kam, dass ich mich in der Beziehung nicht so wohl gefühlt hatte. Alles in allem eine schwierige Situation. Deshalb haben wir ziemlich früh mit der Bindungsanalyse begonnen, in der 20. Woche.

Wie kann man sich das vorstellen?

Gunhild Weiss: Zunächst gibt es ein klärendes Gespräch. Da wird geschaut, dass die Seele frei ist für das Kind. Man schließt die Augen, geht in sich, versucht Kontakt aufzunehmen, mit dem Baby zu sprechen.

Ihre Erfahrung mit der Bindungsanalyse?

Barbara: Ich habe sofort gespürt, dass sich etwas verändert. Außerdem konnte mir die Kleine genau vorstellen. Dass es ein Mädchen wird, habe ich mir übrigens früh sagen lassen, auch um die Beziehung zu stärken. Dienstag um Punkt 11 Uhr, wenn wir Termin hatten bei Frau Weiss, hat Rosa sich bemerkbar gemacht. Sie wusste, dass jetzt etwas geschieht. Ich hab in Gedanken ihre Händchen und Füßchen gestreichelt, dann wurde sie ruhig. Es war wie eine Meditation, wunderbar entspannend. Natürlich war auch die Geburt ein Thema.

Ich habe mir gewünscht, dass sie es mir nicht so schwer macht, dass wir das gemeinsam schaffen. Übrigens wurde Rosa am Dienstag um Punkt 11.00 Uhr geboren. Ich musste vorher noch den Termin bei Frau Weiss absagen. (*Lacht*)
Gunhild Weiss: Es ist tatsächlich wichtig, ein Ritual zu etablieren. Das Baby gewinnt Sicherheit und Stabilität, wenn die Bindungsanalyse immer zum selben Zeitpunkt stattfindet.

War der Vater der Kleinen auch involviert?

Er war von Beginn an bei den Sitzungen dabei. Das war wunderschön. Auch für ihn war das Baby etwas Fremdes, auch er konnte sich anfänglich nicht dafür entscheiden. Von der Bindungsanalyse war er sehr berührt. Er hat geweint. Ich habe ihn so noch nie gesehen. Das hat auch unsere Beziehung gestärkt.