

Was die «Ausbildung in Geburtsvorbereitung» will:

EINE GANZHEITLICHE BETREUUNG WÄHREND SCHWANGERSCHAFT, GEBURT UND NACHGEBURTSPHASE

■ Christian Urech

«Wir arbeiten mit unserer „Ausbildung in Geburtsvorbereitung“ vor allem daraufhin, das Selbstvertrauen und die Eigenverantwortlichkeit bei den werdenden Eltern zu fördern», sagt Cécile Malevez-Bründler, Initiantin und Ausbildungsleiterin. In früheren Zeiten wurden Frauen von einer Dorfhebamme während der Schwangerschaft, der Geburt und dem Wochenbett ganzheitlich betreut. Sie war nicht nur Sachverständige, sondern auch Vertrauensperson in dieser Angelegenheit.

Heute werden schwangere Frauen zwar in medizinischer Hinsicht bestens betreut, aber es ist kaum jemand da, der die ganzen Umstände, in denen sie sich befinden, wahrnimmt und entsprechend reagiert. Werdende Eltern suchen deshalb immer häufiger eine Vertrauensperson, mit der sie auch die sozialen, emotionalen, spirituellen und sexuellen Aspekte der Veränderung im Leben, die eine Schwangerschaft mit sich bringt, erörtern können. Sie wollen sich über die physischen, psychischen und pränatalen Prozesse der Schwangerschaft, der Geburt und des Wochenbettes informieren; sie wollen Bewusstsein, Selbstvertrauen und Sicherheit gewinnen auf die Geburt hin. Sie wollen eine aktive Rolle

übernehmen und verantwortlich mitentscheiden bei medizinischen Massnahmen während der Geburt. Nicht zuletzt wollen sie Körper- und Wahrnehmungsübungen machen, sich massieren und entspannen lernen, um die Wahrnehmung zu sensibilisieren und zu vertiefen und um das Wohlbefinden zu steigern. Die Geburtsvorbereitung, wie Cécile Malevez sie versteht, will diesen Bedürfnissen gerecht werden.

Ein komplexes Thema

Geburtsvorbereitung, meint Cécile Malevez, sei ein komplexes Thema. Es beinhaltet so viele verschiedene Aspekte, dass es eine Ausbildung braucht, um sie zu vermitteln. Mit dem Ziel, die werdenden Eltern zu mehr Selbstvertrauen und Eigenverantwortlichkeit zu führen, sei der Präventivgedanke verbunden, den schwangeren Frauen eine «beschwerdefreiere» Schwangerschaft, ein «beschwerdefreieres» Wochenbett zu ermöglichen – «beschwerdefreier» nicht nur im physischen, sondern auch in dem Sinn, dass die Frauen die ganzen Veränderungen, die Schwangerschaft und Geburt mit sich bringen, psychisch besser verarbeiten können. Diese Veränderungen, meint Cécile Malevez, seien wohl noch nie so einschneidend gewesen wie heute, wo die Frauen berufstätig sind und dementsprechend immer verschiedene Rollen gleichzeitig ausüben müssen. «Früher war es für die Frauen verhältnismässig einfach, in die Mutterrolle hineinzuwachsen. Sich heute darin zurechtzufinden bedingt, dass man sich im voraus damit auseinandersetzt – mit dem Partner zusammen, dessen Rollenverständnis sich in bezug auf das Vater-

werden ja auch enorm verändert hat. Die Selbstverständlichkeit der Elternrolle ist weggefallen und muss jetzt bewusst erarbeitet werden.»

Wie ist es zur «Ausbildung in Geburtsvorbereitung» gekommen?

«Den Anstoss zu dieser Ausbildung habe ich im Grunde schon mit meiner ersten Schwangerschaft und Geburt erhalten», erzählt Cécile Malevez. «Ich habe zwei Töchter, die 14 respektive 12 sind. Auf die erste Geburt bereitete ich mich lediglich mit Schwangerschaftsturnen vor, also hinsichtlich meiner körperlichen Fitness. Vor der zweiten Geburt ging ich zusammen mit meinem Partner in einen Geburtsvorbereitungskurs, der auch soziale und psychologische Faktoren wie die Veränderung der Partnerschaft mit einbezog. Dieser Kurs weckte in mir den Wunsch, selber solche Kurse zu geben – in der Innerschweiz gab es damals nichts Vergleichbares –, und ich fragte die Kursleiterin, eine Hebamme, ob sie mich „von Frau zu Frau“ ausbilden würde. Mit ihr erarbeitete ich die Grundlagen meiner zukünftigen Tätigkeit und bildete mich dann stetig weiter auf den verschiedenen Fachgebieten, die diese Art der Geburtsvorbereitung beinhaltet. Und dann fing ich an, selber Kurse zu geben – zunächst als Einzelperson. Bis ich merkte, dass die Nachfrage wesentlich grösser war als das, was ich kapazitätsmässig anbieten konnte.

Auf diese Weise kam mir die Idee einer solchen Ausbildung. Es gab zwar schon eine Weiterbildung in Geburtsvorbereitung für Hebammen, Physiotherapeutinnen und Gymnastiklehrerinnen, von der aber alle anderen Frauen ausgeschlossen waren. Auch fand ich, dass es in der Schweiz eine gute, solide Ausbildung zur Geburtsvorbereiterin brauche, die nicht nur auf Zürich und die Innerschweiz beschränkt ist.»

Cécile Malevez setzte sich also hin und schrieb ein Ausbildungskonzept – in Zusammenarbeit mit Fachleuten aus der Medizin, der Gynäkologie, der Psychologie usw. Das bedeutete eine gewaltige, fächerübergreifende Aufgabe, die dem Trend zum Spezialistentum augenfällig zuwiderläuft. «Ganzheitliche Geburtsvorbereitung» ist denn auch ein wichtiges Stichwort für Cécile Malevez. Ganzheitlich, das heisst zum einen, dass der Partner miteinbezogen wird. Es heisst zum anderen, dass unter Geburt nicht nur der eigentliche Akt des Gebärens verstanden wird, sondern auch die

Auskünfte über die Ausbildung und Adressen von diplomierten Geburtsvorbereiterinnen erhalten Sie im Sekretariat Ausbildung in Geburtsvorbereitung, Hertensteinstrasse 29, 6004 Luzern, Tel. 041/52 90 15.

ganze Zeit der Schwangerschaft davor und danach auch das Wochenbett mit- einbezogen werden – Geburtsvorbereitung als Beitrag nicht nur an eine «gute» Schwangerschaft und Geburt, sondern auch als ein «guter» Einstieg in die neue Rolle als Mutter und Vater. Und es heisst schliesslich, dass, wie schon gesagt, die verschiedenen Aspekte des Prozesses «Schwangerschaft und Geburt» berücksichtigt werden, also psychosoziales Grundwissen, medizinisches Grundwissen und Körperarbeit, und zwar immer unter dem Gesichtspunkt des Praxisbezugs.

Als das Ausbildungskonzept dann stand, ging es darum, Strukturen zu seiner Umsetzung zu finden. Es war für Cécile Malevez klar, dass die Ausbildung nicht auf privater Basis verwirklicht, sondern breit abgestützt werden sollte. Heute wird sie von einem Verein getragen, und Frauen aus der ganzen Schweiz machen die Ausbildung.

Und wie wird sie finanziert? Eigentlich rechneten die VereinsgründerInnen mit der kräftigen Unterstützung durch Bund, Kantone und Gemeinden, da es sich bei ihr schliesslich um ein gemeinnütziges Angebot handelt. Aber die Gelder sind knapp geworden, und so muss der Verein nach den ersten beiden Kursen mit einem Defizit kämpfen. «Der dritte Kurs, den wir jetzt anbieten, sollte aber einigermaßen kostendeckend sein», meint Cécile Malevez zuversichtlich. Zögernd finden sich auch Geldgeber der öffentlichen Hand und privater Institutionen und Firmen. Wichtiger ist jedoch, dass die Ausbildung heute vom Kanton Luzern stipendienrechtlich anerkannt wird – und andere Kantone werden jetzt wohl nachziehen. Dadurch können die Ausbildungsbeiträge kostendeckend gestaltet werden, ohne dass deswegen Frauen, die die Ausbildung machen wollen, in finanzielle Schwierigkeiten geraten müssen.

Die Geburtsvorbereiterin als Vertrauensperson

Im Verlauf der Geschichte sind Schwangerschaft und Geburt immer mehr zu einer rein klinisch-medizinischen Angelegenheit geworden. Alle anderen Aspekte, die sich rund um die Geburt ergeben, sind nun nicht mehr abgedeckt. Früher begleitete die Hebamme die Schwangere durch den ganzen Prozess und war Vertrauensperson, heute ist ihre Aufgabe, wenn sie im Spital arbeitet, auf die durchschnittlichen zwölf Stunden der eigentlichen Geburt von den Eröffnungswehen bis zur Nachgeburtphase beschränkt. Nach der Geburt wird die Mutter von der Abteilungsschwester betreut, etwas später macht der Arzt eine Nachkontrolle, schliesslich geht sie zur

Mütter- und vielleicht zur Stillberaterin. Aber niemand begleitet sie mehr durch den ganzen Prozess und fängt sie auf, wenn etwas schief läuft und die Frau zum Beispiel einen Abort hat. Die Geburtsvorbereiterin soll diese «vakante» Funktion der Vertrauensperson und der konstanten Begleiterin (neben all den voneinander abgetrennten Spezialistinnen) nun übernehmen – ähnlich, wie das früher die Hebamme gemacht hat oder wie sie es heute bei Hausgeburten wieder vermehrt tut. Sie «vernetzt» also, um ein in Mode gekommenes Wort einmal mehr zu verwenden, die ganzen Hilfsangebote, die heute schwangeren Frauen zur Verfügung stehen. Und stärkt damit, wie Cécile Malevez immer wieder betont, das Selbstvertrauen der Frauen enorm.

Eigenverantwortlichkeit heisst auch, die eigenen Grenzen zu erkennen

«Früher haben Mütterberaterinnen und Ärzte den Müttern geraten, ihre Kinder nachts schreien zu lassen und sie nur zu fixen Zeiten zu füttern. Heute gibt es den umgekehrten Trend, das Kind unter keinen Umständen schreien zu lassen – auch wenn sich die Mutter damit überfordert. Es kann aber auf keinen Fall das Ziel unserer Geburtsvorbereitung sein, jetzt in dieses andere Extrem zu verfallen. Die Eigenverantwortlichkeit wahrzunehmen, das heisst für Mütter auch, die eigenen Grenzen zu respektieren. Es geht uns also darum, dass die Mütter autonomer werden und mehr sich selbst als den Rezepten äusserer Autoritäten vertrauen.»

Und Cécile Malevez fährt fort: «Jede Frau muss sich in den körperlichen und sozialen Veränderungen, die mit der Schwangerschaft und der Geburt einhergehen, emotional erst einmal zurechtfinden. Sie muss sich vielleicht eingestehen, dass es Zeiten gibt, in denen sie mit dem Anderswerden durch die Schwangerschaft nicht zurechtkommt, und dass sie zum Beispiel gefühlsmäs-

«Heute werden schwangere Frauen zwar in medizinischer Hinsicht bestens betreut, aber es ist kaum jemand da, der die ganzen Umstände, in denen sie sich befinden, wahrnimmt und entsprechend reagiert.»

«Es geht uns also darum, dass die Mütter autonomer werden und mehr sich selbst als den Rezepten äusserer Autoritäten vertrauen.»

sig Probleme hat mit ihrem veränderten Aussehen – schliesslich sind die Frauen ja einem tyrannischen Schlankkeitsideal unterworfen. Sie muss sich mit einer veränderten Rolle im Berufsleben auseinandersetzen. Vielleicht hatte sie vorher eine Kaderposition inne. Und plötzlich steht sie vom Morgen bis am Abend in ihrer Wohnung und hat keine sichtbaren Erfolgserlebnisse mehr, im Gegenteil: das Kind schreit unter Umständen auch dann noch, wenn sie es gebadet und gestillt und herumgetragen hat. Das kann eine Frau emotional total schaffen, und sie entwickelt aus ihrer Frustration heraus wahrscheinlich zeitweise auch negative Gefühle dem Kind gegenüber. Diese können aber nicht zugelassen werden und ziehen Schuldgefühle nach sich.

Über solche Dinge offen zu sprechen, ist für die Betroffenen fast immer eine ungeheure Erleichterung. Manchmal hilft es nur schon zu wissen, dass andere diese Gefühle auch kennen. Ich finde es deshalb ganz wichtig, dass Frauen schon vor der Geburt darauf vorbereitet werden, dass solche Gefühle bei ihnen auftauchen können. Und dass Frauen miteinander darüber reden, wie man mit sogenannten negativen Gefühlen und Schuldgefühlen umgehen kann.»

Früher waren Mütter mit ihren oft widersprüchlichen Gefühlen meist ziemlich allein. Cécile Malevez erinnert sich aus ihrer Praxis an Fälle, in denen Frauen am Telefon, kaum hatten sie ihren Namen genannt, hemmungslos zu weinen begannen. Schliesslich stellte sich heraus, dass sie zum Beispiel nicht stillen konnten und deshalb ganze Berge von Schuldgefühlen mit sich herumtrugen. Sie glaubten von sich, schlechte Mütter zu sein. Oft genügten, meint Cécile Malevez, in diesen Situationen aber schon ein paar aufmunternde Worte, um den Frauen wieder etwas Selbstvertrauen zu geben.

Gebären ist loslassen

Die Vermittlung der spirituellen Aspekte von Schwangerschaft und Geburt ist eine nicht ganz undelicate Angelegenheit, berührt sie doch einen sehr persönlichen, sehr intimen Bereich des Menschen. Cécile Malevez möchte diese Vermittlung denn auch eher als eine

Grundhaltung der AusbilderInnen verstanden wissen, da sie «ja nicht etwas ist, das man als Fach unterrichten kann.» Diese Haltung, die hinter der Vermittlung aller thematischen Inhalte stehen sollte, sieht sie als eine ganz bestimmte Beziehung zum werdenden Leben, als eine solche des Respekts dem Leben überhaupt und der Kreatur gegenüber.

Cécile Malevez versteht die Geburt als den Anfang eines Weges, aber auch als den Anfang eines Weges, der schliesslich im Tod endet. «Das Gebären hat viel mit Loslassen zu tun», sagt sie, «und mit Hingabe. Das ist beim Sterben nicht anders; auch hier geht es um Hingabe, Loslassen, Abgeben... Nicht nur Mütter, auch Väter sagen mir immer wieder, dass sie das so empfunden haben. Sie erfahren das ungeheure Lebenspotential, das bei einer Geburt spürbar wird; es erscheint ihnen in diesem Moment aber auch plausibel, Leben und Sterben als einen Kreislauf zu empfinden.»

Wie sollen Erkenntnisse über pränatale Prozesse vermittelt werden?

Was hält Cécile Malevez von der pränatalen Psychologie? Wie werden deren Inhalte den künftigen AusbilderInnen vermittelt?

Die Psychologin, die in ihrem Kurs teil über pränatale Prozesse informiert, geht von den unterschiedlichen Modellen und Theorien aus, sagt Cécile Malevez. Sie arbeite zum Beispiel mit dem Buch «Das Seelenleben der Ungeborenen» von Dr. Thomas Verny und den Büchern von Stanislav Grof (siehe auch Buchhinweise auf Seite 40). Zunächst stelle sich die Frage, was die gelieferten Informationen für die Geburtsvorbereiterinnen selbst bedeuten, was sie mit ihnen anfangen können; die schwierigere Frage aber sei die, wie diese Inhalte den schwangeren Frauen vermittelt werden sollen, also die Frage der Umsetzung in die praktische Arbeit mit den schwangeren Frauen. Sie persönlich, sagt Cécile Malevez überzeugt, wähle einen indirekten Weg. «Ich probiere es zu vermeiden, den Schwangeren mit der Möglichkeit der pränatalen Beeinflussung Angst zu machen und ihnen zum Beispiel zu sagen, was das Kind im Bauch schon alles hört und spürt und aufnimmt. Ich versuche ihnen diese Inhalte nahezubringen, indem ich sie dazu anrege, mit dem Kind in Beziehung zu treten. Ich mache zum Beispiel Visualisierungen. Das ist auch eine gute Methode für die Väter, die ja oft etwas weg vom Prozess der Schwangerschaft und vom Ungeborenen sind, mit dem Kind im Bauch Kontakt aufzunehmen.

Ich führe sie also in ihrer Vorstellung durch die Gebärmutter hindurch und probiere sie dazu zu bringen, sich das Kind vorzustellen, es vielleicht zu lieben etc. Auf diese Art versuche ich die Liebe der werdenden Eltern zu ihrem ungeborenen Kind zu vertiefen und damit den Erkenntnissen der pränatalen Psychologie indirekt Rechnung zu tragen. Den Eltern wird dann klar, dass das kein Neutrum ist, was da im Bauch der Mutter heranwächst, sondern ein empfindendes Wesen. Oder ich frage zum Beispiel in die Runde hinein: Haben sie Namen, die Kinder in den Bäuchen drin?» Es ist also ein «positiver» Weg, den Cécile Malevez im Umgang mit dem heiklen Thema der pränatalen Psychologie vorschlägt. Alle anderen Vorgehensweisen findet sie fragwürdig. «Viele der Bücher, die zu diesem Thema auf dem Markt sind», ist sie überzeugt, «gehören nicht in die Hände von schwangeren Frauen. Wenn man schon davon ausgeht, dass die “negativen” Gefühle und Befindlichkeiten der Schwangeren das ungeborene Kind beeinflussen, so ist es doch offensichtlich, dass die Last der Verantwortung und die Schuldgefühle, die mit der Lektüre solcher Bücher verbunden sein können, für Mutter und Kind erst recht schädlich sind.» Deshalb ist ein sehr subtiles Vorgehen mit diesen Inhalten unbedingt nötig – ein Vorgehen, das den Müttern Wege aufzeigt und nicht sie ihnen verbaut.

Der «positive Schmerz»

Viele der Aussagen zur prä- und perinatalen Psychologie seien überdies noch immer stark spekulativ. Was ihr auffalle, sagt Cécile Malevez, sei die Interpretation, die häufig hinter den Behauptungen zu prä- und perinatalen Prozessen stehen würden. Bei Frédéric Leboyer

zum Beispiel, dem Autor des berühmten Buches «Geburt ohne Gewalt», könne man wörtlich nachlesen, dass der Schmerz, der dem Kind während der Geburt zugefügt werde, traumatisch sei. «Und das ist meiner Meinung nach die kulturelle Interpretation eines Gefühls. Schmerz wird negativ bewertet. Dabei gibt es Leute in anderen Kulturen, die ein Gefühl, das wir als Schmerz empfinden, vielleicht als Lust oder Freude erfahren. Da kann man doch nicht so einfach die Geburt mit Schmerz gleichsetzen und ihr dadurch einen negativen

«Ich denke im Gegenteil, dass die Art, wie wir geboren werden, eine wunderbare Einrichtung ist, um als Mensch auf die Welt zu kommen.»

Einfluss unterstellen! Ich denke im Gegenteil, dass die Art, wie wir geboren werden, eine wunderbare Einrichtung ist, um als Mensch auf die Welt zu kommen – dass die Mutter die Wehen spürt und das Kind durch den Geburtskanal hindurchmassiert wird. Wichtig ist doch vielmehr, dass liebevolle Hände und eine liebevolle Stimme es in dieser Welt empfangen und nicht irgendwelche kalten Instrumente.» Die Interpretation des Schmerzes als etwas Negatives und unser Umgang mit dem Schmerz (ihn zu bekämpfen und zu betäuben mit Medikamenten und Suchtmitteln) sei symptomatisch für unsere Gesellschaft. «Und deshalb erscheinen solche Bücher, die den Vorgang des Gebärens nicht in einen Gesamtzusammenhang stellen, sondern





ihn aus einer einseitigen, beschränkten Perspektive heraus interpretieren – zum Beispiel als „Trauma der Geburt“. Die sogenannte schmerzhafte Geburt setzt ja auch eine ganz gewaltige Lebensenergie frei. Dem Kaiserschnitt-Kind fehlt die Erfahrung, durch den Geburtskanal hindurchgekommen zu sein. Ich negiere die psychische Wirkung des Geburtserlebnisses durchaus nicht. Aber jede Erfahrung hat zwei Seiten, und ich finde es nicht gut, wenn man nur die eine Seite beleuchtet und akzentuiert.»

Was würde Cécile Malevez einer Frau raten, die ein Buch über prä- und perinatale Psychologie gelesen hat und der es jetzt schwerfällt, mit ihrer Schwangerschaft umzugehen, weil sie das Gefühl hat, alles, was sie macht, sei falsch? «Ich würde zuerst herauszufinden versuchen, woher sie diese Idee hat. Und dann würde ich ihr zu vermitteln versuchen, was sie schon alles für das Kind getan hat, was sie ihm schon alles gegeben hat. Und schliesslich würde ich abklären, ob es allenfalls Möglichkeiten gibt, ihr die Schwangerschaft zu erleichtern. Vielleicht hat sie Ansprüche an den Partner, vielleicht stimmt mit ihrer Arbeitssituation etwas nicht? Oder es findet sich ein anderer Weg, ihr Wohlbefinden zu verbessern und ihr Selbstvertrauen zu stärken.»

Körper- und Atemwahrnehmungsübungen, Massagen

Ich will von Cécile Malevez schliesslich noch wissen, wie die «Ausbildung in Geburtsvorbereitung» die Arbeit mit Schwangeren auf der Körperebene vermittelt. «Wir arbeiten mit Körper- und Atemwahrnehmungsübungen, Entspannungsübungen und Massagen. Dieser

Bereich der Geburtsvorbereitung hat wieder das Ziel, die Autonomie und das Selbstvertrauen der Schwangeren zu stärken – das Vertrauen in die eigene Person und in die Paarbeziehung, denn die meisten der Übungen sind paarbezogen. Nur schon, dass der Mann die Hände auf die Schultern der Frau legt, hat eine Wirkung und ist für sie ein Zeichen dafür, dass der Mann ihr etwas geben kann, was ihr wohltut. Natürlich können die Frauen diese Übungen auch untereinander machen, und einige von ihnen auch allein für sich selbst. Wichtig ist: je mehr sie sich selbst spüren und wahrnehmen können, desto mehr Vertrauen haben sie in sich selbst. Natürlich können alle diese Körperübungen auch unabhängig von einer Schwangerschaft praktiziert werden. Fussmassagen, Rückenmassagen, Kopfmassagen, Hände auflegen, um den Atem zu spüren, ein bisschen Weite zu erfahren – das sind alles Dinge, die nicht nur auf die Geburt hin ihre heilsame Wirkung entfalten.» Für Cécile Malevez ist es sogar ein Markenzeichen für eine gute Geburtsvorbereiterin, wenn diese so arbeitet, dass das Vermittelte übertragbar auf das ganze Leben ist und nicht nur reduziert ist auf den Akt der Geburt – einmal mehr taucht das Stichwort «ganzheitlich» auf.

Natürlich wird im Kurs auch eine Atemtechnik vermittelt, die hilft, mit dem Schmerz während der Geburt besser umgehen zu können. Auch diese Übung bezieht den Partner mit ein. Es ist Cécile Malevez wichtig, dass die Frauen dem Schmerz nicht nur mit Entspannungsübungen begegnen, sondern dass sie ihn auch herauslassen, ihm einen Ausdruck geben können, indem sie stöhnen und schreien. «Zuerst genießen sich beim Üben die meisten ein bisschen,

aber nach der Geburt kommen sie dann zu mir und sagen: Das war wunderbar, wie wir zusammen stöhnen konnten.

Wir haben gelernt, dass man auf die Zähne beisst, wenn man Schmerzen hat. Dabei ginge es darum, den Schmerz anzunehmen, statt ihn zu unterdrücken. Schmerz drängt nach Ausdruck – ihn auszudrücken ist die beste Art, mit ihm umzugehen.»

So gesehen, sei der Geburtsvorgang eine wunderbare Chance, mit seinen ganz elementaren Körperempfindungen in Kontakt zu kommen und endlich einmal die Kontrolle zu verlieren.

Wichtig ist, im Hinblick auf den Umgang mit dem Schmerz, auch die genaue Information über den Geburtsvorgang: Darüber, welche Phasen und welche Symptome er hat, wann und

wodurch der Schmerz ausgelöst wird – und dass er ganz natürlich ist. Das hilft den werdenden Eltern, Ängste abzubauen und Selbstvertrauen zu gewinnen. Es bringt sie auch von gewissen Bildern und Vorstellungen weg, die sie sich vielleicht aufgrund von Erzählungen machen und die ganz falsch sein können.

Die Rolle des Mannes

Auch beim Vater geschehe während einer Schwangerschaft und Geburt sehr viel, sagt Cécile Malevez. Sie beobachtet, dass bei den Vätern regelrechte «Schwangerschaftssymptome» auftreten, dass sich zum Beispiel ihr Körpergewicht verändere. «Ich sehe die Rolle des Vaters bei der Geburt darin, dass er die Frau durch diesen Prozess hindurchbegleitet. Im Spital muss er vielleicht auch ein wenig der Anwalt der Frau sein der Spitalwelt gegenüber. Ich gebrauche zur Veranschaulichung dessen, was ich meine, gerne ein Bild: Die eigentliche Arbeit bei der Geburt leistet die Gebärmutter – sie funktioniert bis zu einem gewissen Grad selbständig, unabhängig vom Willen der Frau. Diese hat aber die Aufgabe, das Umfeld um diese Gebärmutter herum optimal zu gestalten, indem sie „richtig“ atmet, den Schmerz zulässt, loslassen kann usw. Die beste Voraussetzung für die Frau, sich auf den Prozess des Gebärens einzulassen, ist, dass sie sich geliebt, angenommen, ernstgenommen, geborgen und getragen fühlt – und diese Aufgabe fällt weitgehend dem Mann zu. Er trägt also ganz wesentlich dazu bei, dass das Umfeld der Frau optimal gestaltet ist und dass sie sich gut fühlen kann.» ■