Weiterbildung Nachdiplomkurs der Hebammen in Geburtsvorbereitung

Atelierbewegung, Zürich

Vortrag vom 24.5.02 über

Mutterschaft und Krise und Eltern werden – Eltern sein

U. Davatz, www.ganglion.ch

A Mutterschaft und Krise

I. Einleitung

Die Geburt eines Kindes ist für jede Familie eine natürliche Krisensituation, d.h. die Familie muss zusätzliche Anpassungsleistung erbringen, was sie in eine Krise stürzen kann, wenn nicht genügend Reserven vorhanden sind.

Da die Mutter die Hauptrolle hat, ist sie diejenige, die am meisten Unterstützung benötigt und auch am ehesten in eine Krise gerät.

Da die Mutterrolle aber nicht zum voraus geübt werden kann, treffen einen die Überraschungen erst im Augenblicke nach der Geburt.

II. Was sind die verschiedenen Gründe, die bei der Mutter eine Krise auslösen können?

1. Schlechte oder nicht genügend tragfähige Partnerbeziehung

- Die werdende Mutter ist angewiesen auf eine zusätzliche Unterstützung vom Partner und wenn sie diese nicht hat, kann sie psychisch dekompensieren, weil sie sich überfordert fühlt.
- Die Dekompensation kann eine Depression oder eine Post-partum Psychose sein.
- Manchmal wählt sie dann einen Traumpartner als Ersatz, meist trifft die Wahl ihren Gynäkologen, weil dieser ihr in der schwierigen Situation, wo sie leicht verletzlich war, beigestanden ist.
- Wenn die Mutter nicht genügend Unterstützung vom Partner erhält und sich in ihrer Mutterrolle überfordert fühlt, passiert leicht eine Rollenumkehr

https://adhs.expert

und das Kind wird zur Unterstützung der Mutter, was für das Kind langfristig gesehen entwicklungsbehindernde Konsequenzen hat.

2. Schlechte, oder zu enge, nicht abgelöste Beziehung zur eigenen Mutter

- Wenn die Beziehung zur eigenen Mutter noch konflikthaft verknüpft ist, kann die Geburt des Kindes diesen Konflikt wieder aufleben lassen.
- Die Geburt des Kindes spielt dann häufig eine Rolle beim Ablösungskonflikt der Mutter von ihrer eigenen Mutter. Mit dem Kind kauft sie sich quasi los von ihrer noch nicht abgelösten, eigenen Mutterbeziehung, oder versucht dies zumindest.
- Sieht die junge Mutter ihre eigene Mutter als Übermutter, kommt sie sich klein und unfähig vor ihr vor; sie versucht diesem Vorbild immer zu genügen und setzt sich dadurch enorm unter Druck, ein Leistungsdruck, der sie schnell in die Überforderung bringt.

3. Schlechte oder konflikthafte Beziehung zur Schwiegermutter

- Fühlt sich die junge Mutter von der Schwiegermutter kritisch beobachtet, weil sie von dieser nicht ganz akzeptiert ist, kann sie ebenfalls in eine Krise geraten, besonders wenn sie sich als Mutter noch etwas unsicher fühlt.
- Sie fühlt sich dann direkt oder indirekt dauernd kritisiert, was ihre mütterliche Kompetenz natürlich heruntersetzt.
- Meist fühlt sie sich der Schwiegermutter auch hilflos ausgeliefert, weil ihr Mann sie nicht schützt, sondern eher zu seiner Mutter hält, weil er in dieser Beziehung nichts verderben will, als dass er seine Frau gegen die Übergriffe seiner eigenen Mutter verteidigen würde.
- Wohnen die zwei Familien noch im gleichen Haus, ist diese Situation noch viel schwieriger und die junge Mutter hat ständig Probleme, sich abzugrenzen und ihre eigene Rolle und ihren Platz im System zu finden.

4. Probleme beim Kind

- Handelt es sich beim Kind nicht um ein pflegeleichtes Kind, sondern ein Kind mit Problemen oder gar mit einer Krankheit, fühlt sich die junge Mutter immer schuldig für diese Krankheit; sie denkt, sie habe etwas falsch gemacht.

https://adhs.expert

- Sie springt dann zu Ärzten und versucht sich dort Hilfe und Unterstützung zu holen, was sie jedoch häufig nicht erhält, denn diese behandeln nur das Symptom, können die Mutter aber oft nicht unterstützen, weil sie für den Arzt nur ein Störfaktor in der Symptombehandlung beim Kinde ist.
- Die grossen Schuldgefühle der Mutter werden in der Behandlung häufig missachtet und es wird deshalb schlecht damit umgegangen.

III. Wie kann die Hebamme die Mutter auf die Krise besser vorbereiten und dadurch vorbeugen?

- Auf eine Krise lässt sich eigentlich nie richtig vorbereiten, und schon gar nicht, wenn die Geburt ja an sich als schönes, erfüllendes Ereignis angesehen wird, sonst macht man nur Angst und führt dadurch die Krise selbst herbei.
- Die letzte Vorbereitung auf jeden neuen Schritt im Leben, eine neue Entwicklungsphase in einem lebendigen System, ist das volle, bewusste Ausleben der momentanen Phase, des Hier und Jetzt.
- Je mehr man die Frau ins Hier und Jetzt bringt, um so besser wird sie ihre Sache machen, denn die Geburt ist ein natürlicher Vorgang und kein geplanter, kontrollierbarer Vorgang.
- Was die Hebamme jedoch im Vorfeld machen kann, ist, sich informieren über das Beziehungsnetz. Das heisst, sie kann die Beziehungen zur eigenen Mutter, Schwiegermutter und zum Ehemann kurz abfragen und erfahren, wo allenfalls Hilfe zu erwarten wäre, wo eher nicht, weil man sich dadurch gestört fühlt, mit welcher Unterstützung die Mutter rechnen kann und will, falls sie Hilfe braucht.
- Und zur Hilfe und Unterstützung für die junge Mutter kann nur gesagt werden, dass man ihr aufzeigt, dass dies normal ist und dass sie keine Bärenmutter oder Löwenmutter sein muss, die ihre Kinder alleine aufziehen kann, sondern dass sie eine Menschenmutter ist, die Hilfe braucht und annehmen darf und dass sie deshalb keine schlechte Mutter ist und schon gar nicht versagt hat.
- Weiter kann man der Mutter aufzeigen, dass sie ihren Ehemann anleiten soll, ja muss, wenn sie Hilfe von ihm will und dass sie die Hilfe nicht einfach stumm erwarten soll und dann Enttäuschung zeigt, wenn er ihre Bedürfnisse nicht erspürt und spontan erfüllt hat.

https://adhs.expert

- Auch der eigenen Mutter und Schwiegermutter gegenüber soll sie sich klar zum Ausdruck bringen mit ihren Wünschen und Abgrenzungsbedürfnissen. Sie tut dies alles zum Wohle des Kindes.

B Eltern werden – Eltern sein

I. Die wichtigste Veränderung – von der Paar zur Dreierbeziehung

- Der wichtigste Wechsel von der Paarbeziehung zur Familie ist die Tatsache, dass man seine enge Partnerbeziehung mit der engen Beziehung zum Kinde teilen muss.
- Man hat nicht nur eine enge Beziehung zu seinem Partner, man hat neu auch eine enge Beziehung zum Kinde.
- Für die Mutter verläuft diese Umstellung hormonbedingt quasi automatisch, sie bezieht sich von der Natur her jetzt vermehrt auf ihr Kind.
- Für den Vater ist es etwas schwieriger, er muss sich bewusst auf seine neue Vaterrolle umstellen.
- Er muss auch lernen, die Beziehung zu seiner Frau mit dem Kinde zu teilen, was nicht allen Männern gleich leicht fällt.
- Je abhängiger ein Mann von seiner Frau ist, je unreifer er ist, um so schwerer fällt es ihm, seine Frau zu teilen, er kann sogar böse werden oder sich eine andere Frau nehmen.
- Je symbiotischer die Frau sich mit ihrem Baby verbindet, um so weniger hat sie Verständnis für die Bedürfnisse ihres Mannes nach Nähe zu ihr.
- Oft wird dieses Problem darin gelöst, indem man das Kind einfach ins Ehebett legt, um beide Beziehungen gleichzeitig zu befriedigen.
- Diese Lösung kann unter Umständen schwierig werden, in dem das Kind bei Eheschwierigkeiten langfristig zum „Ehetherapeuten", zum Bindeglied und Vermittler in der Ehebeziehung wird.
- Dies wiederum verhindert eine eigenständige Entwicklung des Kindes in seiner Persönlichkeit.

https://adhs.expert

II. Wie kann die Hebamme darauf vorbereiten, den Wechsel von der Paar- zur Dreierbeziehung besser zu überstehen?

- Die Hebamme kann im Vorbereitungskurs durchaus Fragen stellen wie man gedenkt, seine Paarbeziehung nach der Geburt des Kindes weiterzuleben.
- Dabei müssen Mutter und Vater einzeln befragt werden und nicht gleich auf das „Wir" eingetreten werden.
- Es wäre auch hilfreich, von andern Vätern zu hören, wie sie die Umstellung geschafft haben.
- Die Mutter muss speziell gefragt werden, wem sie das Kind anvertrauen könnte, um sich streckenweise wieder ganz auf den Mann beziehen zu können.
- Beide dürfen gefragt werden, welche Unterstützung sie annehmen wollen und können.
- Die beiden Beziehungen sollen auch klar getrennt betrachtet und analysiert werden, die Mutter/Vater-Kindbeziehung und die Mann-Frau-Paarbeziehung, nur so kann man beiden gerecht werden.

Da/KDL/ps

https://adhs.expert