

Zeitschrift:	Schweizer Hebamme : officielle Zeitschrift des Schweizerischen Hebammenverbandes = Sage-femme suisse : journal officiel de l'Association suisse des sages-femmes = Levatrice svizzera : giornale ufficiale dell'Associazione svizzera delle levatrici
Herausgeber:	Schweizerischer Hebammenverband
Band:	91 (1993)
Heft:	12
Artikel:	Anna Manz : eine Frau, die den Menschen zum "klingen" bringt
Autor:	Manz, Anna / Fankhauser, Lisa / Forster, Sylvia
DOI:	https://doi.org/10.5169/seals-950908

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 08.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

dern wiederum eine Begleitung während der ersten Monate des Mutterseins. Die ganze Begleitung erstreckt sich auf eine Dauer von bis zu einem Jahr. Meistens finden diese Kurse in der Region, im Dorf oder im Quartier der (werdenden) Eltern statt. In dieser Zeit haben die Frauen und Paare auch die Möglichkeit, andere (werdende) Eltern kennenzulernen, Erfahrungen auszutauschen und neue soziale Kontakte zu knüpfen.

Wertvolle Unterstützung

Alle diese aufgelisteten Aktivitäten unterstreichen, dass die Geburtsvorbereiterinnen des SFG eine wertvolle Unterstützung für (werdende) Eltern darstellen. Die Ausbildung zu diesem Beruf zeigt, dass die Geburtsvorbereiterinnen bestens auf ihre Arbeit vorbereitet sind und so eine ideale Ergänzung zur (Spital-) Hebamme, zum Geburtshaus, zum Spital, zur Ärztin oder zum Arzt sind.

Zusammenarbeit und gegenseitige Unterstützung im Interesse der Frau sind gefragt.

Im Januar 1990 hat der SFG den Schweizerischen Hebammenverband angeschrieben und sich nach Weiter- oder Ausbildung in Geburtsvorbereitung und Rückbildung innerhalb seines Verbandes erkundigt. Ziel dieser Anfrage war, ob derartige Projekte innerhalb des Hebammenverbandes in Planung seien und ob eventuell eine Zusammenarbeit möglich wäre.

Die damalige Präsidentin gab zur Antwort, dass im Moment keine Weiter- oder Ausbildungspläne vorhanden seien.

Unterdessen hat sich aber vieles geändert, so dass der SFG noch einmal sein Interesse an einer Zusammenarbeit auf den verschiedensten Ebenen bekunden möchte. Denn der SFG will alte Vorstellungen und Bilder loslassen, will offen sein für Neues. □

**SHV-Mitglieder
sind
informiert!**

Anna Manz – eine Frau, die den Menschen zum «Klingen» bringt

Interview mit Frau Anna Manz in ihrem gemütlichen Heim in Thun. Die Fragen stammen von Lisa Fankhauser (ZK).

Das Interview führte: Sylvia Forster.

sf:

- Welchen Werdegang brauchten Sie, um Geburtsvorbereiterin zu werden?
- Was für Ausbildungsmöglichkeiten würden Sie einer Hebamme empfehlen?

A. Manz:

- a) Ich bin zufällig Geburtsvorbereiterin geworden. Ich lernte Krankenschwester, Hebamme und Sozialarbeiterin. Bei meiner Weiterbildung in gruppentherapeutischer Richtung traf ich Frauen, die unzufrieden waren mit dem damaligen (1977) Angebot von mechanischer Gymnastik plus Information. Sie baten mich, Geburtsvorbereitungskurse zu geben. Für mich war es eine Freude, die Herausforderung, Frauen ganzheitlich zu betreuen, anzunehmen. Erst später besuchte ich die Ausbildung an der Lamaze-Klinik und lernte bei Sheila Kitzinger und Ruth Menne.
b) Geburtsvorbereitung sollte bereits in der Hebammenausbildung integriert sein, mit der Möglichkeit, nachher Weiterbildungskurse zu besuchen.

sf:

Was ist Ihrer Meinung nach das Wichtigste in der Geburtsvorbereitung für die Schwangere und die Hebamme?

A. Manz:

Wichtig ist, was ich bin und was ich tue, nicht nur, was ich weiß. Man kann viel Wissen anhäufen, ohne sich davon berühren zu lassen, ohne eine eigene innere Veränderung zuzulassen. Immer mehr Einsichten sammeln, ohne die Möglichkeit einer wirklichen Veränderung, macht uns ver-rückt.

Das gilt für eine Schwangere, die immer mehr darüber weiß, was wichtig ist für das Kind, die Vorstellungen über eine ideale Geburt sammelt, die alles richtig zu machen versucht (richtig atmen, auf dem Stuhl, im Wasser oder was immer gerade als das Beste betrachtet wird) und doch kein Vertrauen hat in die eigenen inneren Vorgänge und keine Ahnung hat, wie sie sich selber unter

Druck setzt und wie sie dies weniger tun könnte.

Für die Hebamme gilt das gleiche: Eine warme, vertrauensvolle Atmosphäre lässt sich nicht mit Wissen schaffen, sondern ist abhängig davon, wie sie anwesend ist.

sf:

Bereiten Sie die Frauen mit Hilfe einer bestimmten Methode (z.B. Lamaze oder Rolfing) vor, und wie beurteilen Sie aus Ihrer Erfahrung die verschiedenen Methoden?

A. Manz:

Nein, für mich ist die Frau wichtig und nicht die Methode.

Ich betrachte mich nicht als Expertin, die da beurteilen könnte, was richtig und falsch ist. Ich kann nur sagen, was für mich stimmt, was zur Zeit meine Wahrheit ist. Die Menschen sind verschieden. Ich habe von vielen Menschen gelernt, weil etwas, das sie mit-teilten, mich berührte und in mir Anklang fand – so wurde es meine Wahrheit. Sonst sammelt man die Methoden der andern zum Weitergeben und ist dann damit beschäftigt, wessen Wahrheit man glauben sollte.

sf:

Wie würden Sie Ihre Art, Frauen auf die Geburt vorzubereiten, charakterisieren? Oder anders gefragt, lernen die Frauen, wie sie atmen müssen, oder lernen sie, indem sie atmen?

A. Manz:

Wofür ich Geburtsvorbereitung mache: Für die Entwicklung von mehr Selbstgefühl. Um zu lernen, die eigene Wirklichkeit anzunehmen, auch Schmerzliches, oder einen Sinn zu finden in scheinbarer Sinnlosigkeit. Nicht eine Methode lernen, damit es nicht schmerzt, sondern lernen, mit Schmerzen umzugehen. Dann bin ich nicht mehr eine Gefangene von Wünschen und Schmerzen, sondern ich kann lernen, mich dem Geburtsergebnis bewusst hinzugeben,

und werde mir zutrauen, auf meine Art und Weise zu gebären. Die Geburt ist ein Teil des Lebens; die Art und Weise, wie ich lebe, wird auch mein Gebären bestimmen.

sf:

Betreuen Sie als Geburtsvorbereiterin auch nichtschwangere Frauen?

A. Manz:

Geburtsvorbereitung war nur ein Teil meiner Arbeit. Im Moment biete ich keine Kurse mehr an für Eltern, aber ich gebe Weiterbildungskurse in Geburtsvorbereitung, wobei ich besonders die Arbeit mit der Stimme miteinbeziehe. Außerdem betreue ich Frauen, Männer und Kinder mit speziellen Problemen.

sf:

Sind schwangere Frauen empfänglicher für Ihre «Botschaften» als Nichtschwangere?

A. Manz:

Schwangere Frauen sind in einem Umbruch, der die gesamte Persönlichkeit bewegt. Durch umwälzende Stoff-

wechselvorgänge und das Wachsen von neuem Leben im Innern wird das Gewohnte erschüttert. Ich glaube, dass alle Menschen in solchen Situationen, ob Verlust, Trennung oder Tod, wandlungsbereiter sind. Etwas wird neu in der Schwangerschaft, und die Geburt ist ein Enden. Das sind Zeiten, wo wir spüren, dass eine Veränderung notwendig ist!

sf:

Welchen Stellenwert hat für Sie die Anwesenheit und Beteiligung der Väter während der Geburtsvorbereitung?

A. Manz:

Ich habe immer Paarkurse gegeben, auch weil es dieses Angebot damals sonst nicht gab. Es gibt ja in der Regel nicht nur die werdende Mutter, sondern auch den werdenden Vater. Eine Schwangerschaft bringt Veränderungen in die Paarbeziehung, z.B. wie reagiert der Mann auf seine Frau, die das gemeinsame Kind in sich trägt, mit Rivalität oder Identifikation? Das kann eine Reifungs-krise/-chance sein für die Beziehung. Der Mann als Befruchtter kann als werdender Vater seine weibliche Seite entdecken.

Ich betrachtete die Männer als Kursteilnehmer, welche alle Übungen für sich mitmachten und nicht nur als Begleiter und Handlanger dabei waren. Ein Paarkurs ist auch eine Gelegenheit, gemeinsam eine Beziehung zum Kind aufzubauen und Eltern zu werden.

sf:

Ich weiss wenig über die Funktion der Stimme unter der Geburt. Welche Funktion haben z.B. die einzelnen Vokale beim Stöhnen? Wie hängen die Stimme und der Körper zusammen – und wie die Atmung und die Stimme?

A. Manz:

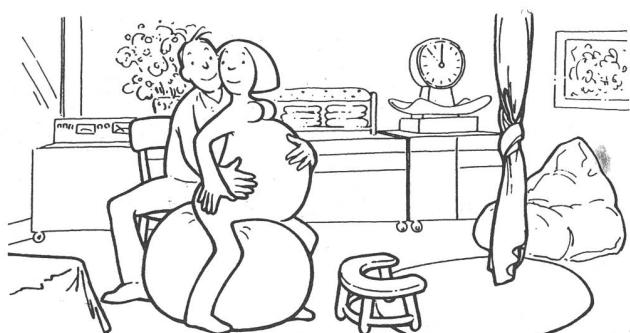
Für mich hat die Stimme unter der Geburt keine andere Funktion als sonst im Leben: Sie ist ein Mittel, sich auszudrücken. Ob die Stimme im Alltag wirklich zum Selbstausdruck gebraucht wird, ist eine andere Frage.

Wir haben Sprache im Mutterleib als Empfänger erlebt und gefühlt, wir haben die Erinnerung daran in unserem Innern. Jetzt brauchen wir jedoch Sprache im Alltag häufig so, dass sie uns von

Zweitägiger Workshop über GEBURTSVORBEREITUNG «Das Becken: Basis für Weiblichkeit und Welt der Geburt»

Für Schwangere wird das Becken mehr und mehr Mittelpunkt ihrer gedanklichen und gespürten Welt. Es ist eine Wiege und ein Nest des Kindes – genauso Basis für Stärke und Stabilität sowie lichter, geöffneter Raum für Intuition und Beweglichkeit.

Die beiden Referentinnen möchten Sie auf eine Reise durch Ihr Becken einladen und Ihnen durch praktische Erfahrungen Hilfen und Anregungen für die Geburtsvorbereitung geben.



Referentinnen: Frau Sabine Friesen-Berg, Ltd. Lehrhebamme

Frau Annemie Hoppe, Leiterin der Elternschule vom Vinzenz Pallotti Hospital, D-Bensberg

Datum/Zeit: **14. Januar 1994, 13-18 Uhr und 15. Januar 1994, 10-16 Uhr**

Ort: Thurgauisches Kantonsspital, 8500 Frauenfeld

Kurskosten: Fr. 250.- inkl. Mittagessen am 15.1.94

Begrenzte Teilnehmerinnenanzahl

Anmeldungsunterlagen erhalten Sie bei Frau R. Forster (Telefon 054 723 72 53), Sekretariat PD Dr. med. J. Eberhard, Chefarzt Frauenklinik, Thurgauisches Kantonsspital, 8500 Frauenfeld.

AMEDA
Egnell

Einhandmilchpumpe AMEDA-Egnell

Die hygienische, reinigungsfreundliche Einhandmilchpumpe für effizientes, ermüdungsfreies Abpumpen und Verfüttern der wertvollen Muttermilch.



AMEDA AG, Medizin Technik, Baarerstrasse 75, CH-6300 Zug 2
Telefon 0041-42-234353 Telefax 0041-42-224112

Homöopathie – für alle Fälle

Omida bietet Ihnen das grösst lieferbare Sortiment von über



2000 Einzelmittel

- C und D Potenzen bis C/D 1000 in Globuli, Dilutionen, Tabletten
- LM Potenzen in Dilutionen, Globuli
- KXM/KLM/KCM Korsakov, Einzeldosen
- Diverse Salben • Taschenapothen

Herstellung nach HAB (Homöopathischem Arzneibuch).

Lieferung prompt und zuverlässig.

OMIDA Erlistrasse 2
6403 Küsnacht a.R.
Tel. 041-81 60 92
Ihr Partner für Homöopathie

>FLAWA< MIMI

STOZ • PFÄFFIKON ZH

FLAWA MIMI Stillkompressen – optimaler Schutz für die Brust während der Stillphase.

- einzigartig weich und sicher
- hohe Saugfähigkeit
- nicht rücknässendes, hautfreundliches Innenvlies



Erhältlich in Apotheken und Drogerien.

Bitte senden Sie mir **FLAWA MIMI Gratis-Muster**.

Name _____

Adresse _____

FLAWA AG, MIMI Muster, CH-9230 Flawil, Tel. 071/84 91 11

unserer eigenen inneren Erfahrung wegführt und unser Inneres nicht mehr reflektiert. Das hat mit Resonanz bzw. fehlender Resonanz zu tun: Ein Ton ist eine Vibration, eine Schwingung. Wenn ein Ton in mir drin ist, ist eine Vibration da. Oft ist sie aber nur noch im Kopf, vielleicht noch im Brustraum, sonst aber nirgends mehr. Wo bleibt da die Resonanz, die Schwingung, welche andere berührt?

Wo eine Stimme im Körper nicht vibriert, stimmt etwas nicht mit der Spannung der Muskeln, sie sind zu stark angespannt oder zu schlaff. Über die Stimme und ihre Vibration können wir daran arbeiten, dass die Muskelspannung und die Atmung harmonisiert werden,

was für die Geburt wie das sonstige Leben nützlich ist, weil dann mehr Pulsieren und Fliessen möglich ist.

sf:

Wenn Sie einer Hebamme, die eine Frau während der Geburt begleitet, das mitgeben könnten, was Ihnen als das Wesentliche Ihrer Geburtvorbereitung erscheint – was wäre das?

A. Manz:

Wichtig ist, dass die Hebamme dem Leben dient und nicht der Technik oder den Ärzten.

sf:

Besten Dank für das interessante Gespräch! □

Bericht über das Treffen der Interessengruppe Geburtvorbereitung (GB) durch Hebammen

Dorothee Eichenberger, Berufsschullehrerin für Hebammen

Eine Initiantinnengruppe von vier Hebammen veranstaltete am Samstag, den 30.10.1993, ein gesamtschweizerisches Treffen von Hebammen, die in der Geburtvorbereitung (GB) tätig sind. Der Gruppe ging es vor allem darum, den Stellenwert der GB im Rahmen des Hebammenberufes zu klären. Nach der Begrüssung erklärten sie den anwesenden Hebammen (20-30) sogleich das Tagesprogramm.

Zuerst waren vier Kurzreferate über die GB geplant. Anschliessend sollten sich die Anwesenden, in Gruppen aufgeteilt, mit verschiedenen Themen auseinandersetzen. Am Nachmittag war geplant, dass die Gruppen ihre Ideen zu den jeweiligen Themen im Plenum vorstellen würden. Die drei Themen waren:

- Geburtvorbereitung und Krankenkassen
- Geburtvorbereitung und bestehende Ausbildungen/Fortbildungen
- Geburtvorbereitung und Medien

Vier Referate über Geburtvorbereitung.

Die vier Referate der Hebammen waren Erlebnis- und Erfahrungsberichte der Aufgaben, gesetzlichen Vor-

aussetzungen und finanziellen Aspekte der GB.

Generell wurde von den Referentinnen ausgesagt, dass GB eine präventive Wirkung in bezug auf das ganze Geschehen der Mutterschaft hat. Obwohl diese Prävention bekannt ist, decken die Krankenkassen die Kosten eines Kurses nur teilweise und zahlen diese direkt den Frauen zurück. Vor allem gibt es keine feste Bestimmung für die Krankenkassen, die anfallenden günstigen Kosten der Kurse zu übernehmen. Alle vier Hebammen legten Wert darauf, dass sie GB anbieten, die individuell auf die Bedürfnisse der Frauen oder Paare angepasst wird. Gemäss den Angaben der vier Frauen sind die wichtigsten Ziele der GB-Kurse:

- Selbstverantwortung stärken, teilweise persönliche Verantwortung im Geschehen Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett übernehmen können
- Ängste abbauen durch Information, Körperarbeit und Atemarbeit
- Entspannungshilfen und Massage anbieten zur Verhinderung eines Klinikaufenthaltes bei einer Risiko-Schwangerschaft

Gruppenarbeit

Nach den kurzen Vorträgen bildeten sich drei Gruppen.

In der Gruppe **Geburtvorbereitung und Ausbildung/Fortbildung** wurde zuerst das Thema der heutigen Ausbildung der Hebammen besprochen. In der dreijährigen Grundausbildung beziehungsweise eineinhalbjährigen Zusatzausbildung steht zu wenig Zeit zur Verfügung, um dem Gebiet der Geburtvorbereitung gerecht zu werden. Anschliessend überlegt sich die Gruppe: «Wie lernen diplomierte Hebammen, Informationen über Schwangerschaft, Geburt, Wochenbett sowie alternatives Wissen weiterzuvermitteln? Wie kommen Hebammen dazu, Rückbildung und Elternbegleitung anzubieten?» Nach einem intensiven Austausch über diese Fragen entstand die Überzeugung, dass in Zukunft vom Hebammenverband Fortbildungskurse zum Thema Geburtvorbereitung und Rückbildung angeboten werden sollten.

Im Plenum stellte die Gruppe die heutige Situation in einer Hebammenausbildung sowie einen ersten Entwurf für eine Fortbildung für diplomierte Hebammen vor. Die Gruppe gab einige Hinweise für ein gutes Konzept. Darin waren enthalten:

- Vorbedingungen für den Besuch der Fortbildung (z.B. diplomierte Hebamme mit 1-2 Jahren Berufserfahrung)
- Kompetenzliste, die aussagt, welche Tätigkeiten ausgeübt werden
- Inhalte und Ziele (z.B.: Methodik und Didaktik, Rückbildung, Entspannungshilfen, Massage, Kursaufbau und Public Relations)
- Organisation des Fortbildungsablaufes, jetzt bestehende Kurse sollten integrierbar sein
- Ausweis für den Kursbesuch

In der Gruppe **Geburtvorbereitung und Medien** war folgende Frage im Zentrum: «Soll den Hebammen die Berechtigung zugesprochen werden zu inserieren, wenn sich das Inserat auf Geburtvorbereitung, Rückbildungsgymnastik und Entspannungsmassage sowie weitere alternative Methoden bezieht?»

Die Antworten der Gruppe waren klar. Solange die Krankenkassen die Kosten