Zeitschrift: Hebamme.ch = Sage-femme.ch = Levatrice.ch = Spendrera.ch

Herausgeber: Schweizerischer Hebammenverband

Band: 112 (2014)

Heft: 10

Artikel: Der "schwangere Mann" : ¨ber den oft mühsamen Weg in die Vaterschaft

Autor: Hildebrandt, Sven

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-949314

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: 09.12.2025

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

Der «schwangere Mann» – Über den oft mühsamen Weg in die Vaterschaft

Gebannt starrt das junge Paar auf das Indikatorfeld des Teststreifens, auf dem prompt zwei dunkelblaue Linien erscheinen. Sofort bricht die Frau in Jubel aus: Endlich! Endlich ist es geschafft! Ich bin schwanger. Der Mann verharrt unsicher, denn ein merkwürdiges Gefühl macht sich in ihm breit. Freilich hat auch er Grund zur Freude, denn so lange haben die beiden auf diesen Moment gewartet – und auch er wünscht sich doch sehr ein Kind. Aber warum will sich bei ihm keine Freude einstellen? Warum kränkt er seine so glückliche Frau mit der sprachlosen Zurückhaltung? Von aussen betrachtet hat diese Unsicherheit einen ganz simplen Grund, der dem Paar jedoch momentan nicht bewusst ist: Dieser Mann ist soeben Vater geworden – und diese Tatsache wird sein Leben entscheidend verändern.

Sven Hildebrandt, Dresden (D)

Wir erleben derzeit einen grundlegenden Wandel des Männer- und damit auch des Vaterbildes. Wenn wir diesen soziokulturellen Wandel verstehen wollen, müssen wir die geschlechtsspezifischen Rollenmuster im historischen Kontext betrachten. Die Grossväter der Männer, denen wir heute im Geburtsraum begegnen, waren noch ganz von Zucht, Disziplin und Unterordnung geprägt. Kriegerische Tugenden wurden als männliche Werte bejubelt. Ein Mann war ein Mann, wenn er sich hart gab und keine Schwächen zeigte.

Es folgte die Generation der «68er» mit einer fast anarchistisch anmutenden Gegenreaktion. Sie war geprägt von einer Emanzipation des Männerbildes von Zucht und Ordnung. Die Väter unserer heutigen Klienten brachen aus den von Disziplin und Zwängen geprägten Strukturen aus. Trotz allem «Flower-Power» konnte sich der Mann jedoch nicht vollständig aus den patriarchalen Grundmustern befreien.

Doch nun scheint es sich zu entwickeln – zaghaft und unsicher noch: das Zeitalter des «Mannes in der Friedenskultur». Die jungen deutschen Väter von heute leben in der dritten Generation, in der der Krieg keine prägende Realität mehr ist, sondern eine Zeit, die wir nur aus dem Fernsehen kennen. Und diese Abwesenheit von kollektiver Gewalterfahrung verändert eine Gesellschaft – und damit auch das Bild vom Mann-Sein.

Vaterbild der Friedenskultur

Es wäre grundsätzlich falsch, alle Männer über einen Kamm zu scheren. Natürlich gibt es nach wie vor den Macho, der seine eigene Karriere über alles setzt, der seine Familie nicht wertschätzt und hierarchische und kriegerische Verhaltensmuster pflegt. Dennoch erleben wir eine unübersehbare Entwicklung hin zu einem weicheren, «weiblicheren» Männerbild, das Männlichkeit als ein achtsames Ausbalancieren geschlechtsspezifischer Eigenschaften in einem wertschätzenden, gleichberechtigten Kontext versteht.

Dabei wäre es falsch, den «neuen Mann» mit Attributen des «Warmduschers» zu umschreiben. Die Vätergeneration von morgen ist nicht schwach – sondern sie definiert Stärke nach neuen Massstäben. Der Mann darf sich aus der die älteren Generationen prägenden Angst befreien. Er muss nicht mehr töten, um zu leben. Diese neuen inneren Räume werden durch ein verändertes Rollen- und Familienbild erfüllt.

Ein ganz prägnantes Zeichen dieser Entwicklung ist die Einbindung des Mannes in das System von Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett. Noch vor wenigen Jahrzehnten reduzierte sich die Rolle des Partners darauf, kettenrauchend vor der Kreisssaaltür auf und ab zu gehen und dankbar auf den Ruf nach heissem Wasser zu reagieren. Es war undenkbar, dass ein Mann mit seiner Frau zum Frauenarzt ging, um die Schwangerenbetreuung mitzuerleben. Oft erfolgte der erste Kontakt zum Kind durch die aseptische Scheibe der Neugeborenenstation. Und wenn der Mann dann Frau und Kind nach einer Woche aus der Klinik abholte, hatte er die grossartigsten Momente neu geborener Elternschaft schlichtweg verpasst.

Der typische Mann von heute interessiert sich für die Schwangerschaft seiner Frau, geht mit zur Vorsorgeuntersuchung, sitzt im Geburtsvorbereitungskurs, nimmt an der Geburt teil, bleibt nach der Geburt mit seiner Familie zusammen und bringt sich aktiv in die Betreuung in den ersten Wochen und Monaten ein. «Neue Männer»

haben Familienbewusstsein und leiden darunter, dass sie von der Gesellschaft in das alte Muster des «Ernährers» gezwungen werden.
Für Frauen ist diese Entwicklung in aller Regel ein Glücksfall, denn Bevormundung, Benachteiligung, Unterdrückung oder gar Gewalt gegen Frauen und Kinder haben in diesem Bild vom Mann-Sein nichts mehr zu suchen. Und so können sie ihrerseits ihren Platz im soziokulturellen System unserer Gesellschaft neu ausloten. Für jede einzelne Frau ergeben sich daraus bessere Entwicklungsmöglichkeiten, eine veränderte Arbeitsteilung in der Familie und neue Chancen der Selbstverwirklichung. Insofern verwundert es nicht, dass die Frauen die Metamorphose der «neuen Männer» nicht nur gutheissen und unterstützen, sondern sogar aktiv beschleunigen wollen.

«Das Gras wächst nicht schneller, wenn man daran zieht.» (Afrikanisches Sprichwort)
Genau darin liegt eine grosse Gefahr mit potenziell problematischen Folgen: Wird die Entwicklung überstrapaziert, kann sie durchaus auch wieder kippen. Ein gutes Beispiel möglicherweise nachteiliger Aspekte ist die Teilnahme des Mannes an der Geburt. Mussten noch in den späten 1980er-Jahren Männer um den Einlass in den Kreisssaal kämpfen und sich dabei unwürdigen Prozeduren «Alien»-artiger Hygieneverpackungen unterziehen, ist die Anwesenheit des Partners bei der Geburt heute fast Normalität. Im Gegenteil: Die Erwartungshaltung an die jungen Väter ist heute seitens der Frauen und auch seitens der Hebammen so gross, dass die Männer sich gar nicht mehr so einfach einer Teilnahme entziehen können.
Dabei ist die Vorbereitung der Männer auf diesen für sie oft belastenden Moment fast immer unzureichend. Zwar versuchen die meisten Hebammen, die Partner aktiv in die Kurse einzubeziehen und auf deren Fragen und Vorbehalte einzugehen. Dennoch kann von einer wirklichen «männerspezifischen» Geburtsvorbereitung in aller Regel

Autor

Dr. med. Sven Hildebrandt ist Frauenarzt und Geburtshelfer in Dresden (Deutschland). Er hat gemeinsam mit zwei Hebammen ein Geburtshaus gegründet, in dem er regelmässig «Vaterabende» zur männerspezifischen Geburtsvorbereitung anbietet. Der Autor ist Hochschullehrer für Hebammenwissenschaft in Innsbruck und Fulda und Präsident der Internationalen Gesellschaft für prä- und perinatale Psychologie und Medizin (ISPPM) sowie der Dresdner Akademie für individuelle Geburtsbegleitung (DAfiGb).

Inge Loos
Beirätin Hebamme.ch
Bern

Liebe Leserin, lieber Leser

Noch kennen wir nicht das Datum, aber es wird eine eidgenössische Abstimmung zum Vaterschafts- oder Elternurlaub geben. Es wird noch darüber diskutiert, welches Modell vorgeschlagen werden soll, denn die neue Elternschaft sollte die Gesellschaft vorzugsweise so wenig wie möglich kosten. In der Bundesverwaltung wird heute schon ein Monat Vaterschaftsurlaub gewährt. Ist das vorbildlich oder gar wegweisend? Allein der Zusatz «Urlaub» ist jedoch ein kleiner Affront angesichts der Anpassungsarbeit, die in der Zeit nach der Geburt von Eltern geleistet wird. Elternzeit oder noch besser Elternschutzzeit würde mir deutlich besser gefallen und darauf hinweisen, dass nicht an die Sonne, zum Strand oder zu abenteuerlichen Exkursionen in die Berge gereist wird, sondern es darum geht, das Neugeborene mit seinen Bedürfnissen kennenzulernen und eine tragfähige Beziehung zu ihm aufzubauen. In dieser Zeit sollen auch die Rollen und Aufgaben in der Partnerschaft neu verteilt oder eine Gesprächskultur entwickelt werden, in der die neuen Aufgaben, Gefühlsturbulenzen, Körperzustände oder sich widersprechenden Bedürfnisse diskutiert werden, damit die Eltern ihre Beziehung stabilisieren können. Zehn europäische Staaten haben die Situation erkannt, sie gewähren eine Elternzeit bis zu drei Jahren, mit einem bezahlten Anteil zwischen fünf und zwanzig Monaten (OECD, 2013).

Was auch immer entschieden wird, Frauen haben Hebammenbetreuung zugut. Wie sieht es aber in diesem Bereich für die Männer aus? Werden Männer, nicht nur unter der Geburt, sondern während der gesamten Primalperiode in die Betreuung einbezogen, damit sie den Übergang zur Vaterschaft handhaben können? Der Geburtshelfer Sven Hildebrand tut es. Er bietet Geburtsvorbereitung für Männer an und gibt uns einen interessanten Einblick in seine Arbeit. Im Interview mit Matthias Borer und in der Studie von Francine de Montigny werden wichtige Bedürfnisse der Väter angesprochen.
Im Beitrag der Verhaltensbiologin Evelin Kirkilionis geht es darum, wie angeborene Fähigkeiten von Eltern und Bedürfnisse der Kinder zusammengebracht werden können.

Herzlich, Inge Loos

nicht gesprochen werden. Dieses Defizit ist den Hebammen nicht vorzuwerfen: Sie sind Frauen und betrachten die Geburt naturgemäss aus weiblicher Sicht. Und auch seitens der Männer gibt es nicht selten eine Art Fluchtverhalten: man will keine Schwäche zeigen und Zweifel oder Ängste möglichst verbergen.

Dabei wäre es so wichtig, das bevorstehende Geburtserleben aus einem rein männlichen Blickwinkel zu betrachten – idealerweise von Männern mit hoher geburtshilflicher Kompetenz und eigenen Geburtserfahrungen. Derartige Angebote werden erfahrungsgemäss dankbar und mit grosser Aufgeschlossenheit angenommen. Solche «Vaterabende» können eine Vielzahl die Männer bewegende Fragen klären: Wie kann ich mich als Mann auf die bevorstehende Geburt vorbereiten? Wo ist mein Platz im Geburtsraum? Welche Eindrücke und Belastungen erwarten mich? Wie kann ich meine Frau unterstützen? Wie gehe ich mit meiner eigenen Angst um?

Ein wichtiges Beispiel für die grosse Bedeutung dieser Art der Geburtsvorbereitung ist die Erklärung der biologischen Vorgänge in der Übergangsperiode. Diese Phase der Geburt ist seitens der Gebärenden von besonderer Destruktivität, Mutlosigkeit, von Fluchtgedanken und unerträglichem Schmerzerleben gekennzeichnet. Zur Überwindung dieses Moments der Stagnation und des Leidens kann der Partner einen entscheidenden Beitrag leisten. Dazu muss er jedoch verstehen, dass hier ein fast gesetzmässiger Vorgang stattfindet, dessen besondere Psychodynamik typisch für die Übergangsperiode ist. Nur so kann er das destruktive Verhalten seiner Frau einordnen, auf innere Distanz gehen und die Gebärende optimal unterstützen. Ohne Vorbereitung wäre er schockiert und würde seinerseits resignieren und leiden. Seine im «Vaterabend» erworbene Kompetenz erlaubt ihm jedoch einen positiven Umgang mit dieser kritischen Geburtsphase: «Aha, die Übergangsperiode! Genau wie im Vaterabend beschrieben!» Der Partner leidet nicht mit, sondern motiviert seine Frau – und ist damit der Hebamme eine wirkliche Hilfe.

Rücksicht und Empathie

Trotz guter Vorbereitung kann der Mann jedoch bei der Geburt an seine Grenzen stossen. Insbesondere beim Auftreten einer Regelwidrigkeit kommt es immer wieder vor, dass die anwesenden Männer die Krise dramatisch verschärfen. Andererseits hinterlässt eine Komplikation in der Seele des Mannes oft Spuren, die sein emotionales, körperliches und sexuelles Erleben nachhaltig beeinflussen. Diese Tatsache wird von den beteiligten Hebammen und Ärzten immer wieder unterschätzt – und viele Männer verbergen ihren Schock aus Scham und Insuffizienzgefühl vor ihrer Umgebung.

Deshalb ist es wichtig, den Partner bei der Geburt immer im Blick zu behalten, ihm ausdrücklich die Freiheit zu geben, jederzeit den Raum verlassen zu dürfen – und ihn in kritischen oder potenziell traumatisierenden Situationen sogar aktiv hierzu zu ermutigen. Wenn wir den Vater in das Geburtsgeschehen einbeziehen, dann sollte er das Recht auf Rücksichtnahme und Empathie haben.

Mit relativ einfachen Mitteln ist eine solch rücksichtsvoller Einbezug möglich: Wir sollten transparent und klar sein, damit der Mann unser Handeln versteht. Er sollte in das Krisenmanagement einbezogen sein – und wenn er nur die Stirn seiner Frau mit einem kalten Waschlappen betupfen muss. Besonders bedeutsam ist die diskrete Positionierung möglichst hinter der Frau. Ein kurzer Blickkontakt, eine Mut machende Nachfrage und ein tröstendes Wort kann die Situation des Mannes deutlich stabilisieren.

Bei der Betreuung des Mannes bei der Geburt müssen die beteiligten Ärzte und Hebammen beachten, dass jeder Mensch in Extremsituationen sein eigenes Bewältigungsmuster entwickelt. So gibt es den «Desinteressierten», der den Anschein erweckt, ihn gehe das alles gar nichts an. Oder es gibt den «Witzelnden», der alles ins Lächerliche zieht. Es gibt den «Hobby-Gynäkologen», der alles am schwangeren Weib und Leib zu ergründen und zu verstehen versucht. Und es gibt den «Anhänglichen», dem es schwer fällt, Distanz und Respekt zu wahren. Alle diese Verhaltensweisen, die nicht selten den Umgang mit dem Mann wirklich erschweren können, sind keine bösartigen Verhaltensmuster, sondern charakterliche Versuche, mit der Belastung fertig zu werden. Das bedeutet nicht, dass der Mann völlig frei ist und wir jede seiner Verhaltensweisen tolerieren müssen. Unter Umständen ist es sogar notwendig, den Mann in die Grenzen zu weisen. Aber generell sollten alle Beteiligten Milde und Grossmut walten lassen.

Der «schwangere Mann» ist in unserer heutigen Zeit eine grossartige Bereicherung der Geburtskultur. Wir können durch seine Präsenz in der Schwangerschaft, bei der Geburt und im Wochenbett viele kostbare Momente erleben – und für den Mann selbst kann die Geburt seines Kindes eine Sternstunde des Lebens sein.

L'homme «enceint» – A propos du cheminement souvent ardu vers la paternité

Le Dr. Sven Hildebrandt, gynécologue-obstétricien à Dresde (Allemagne) a fondé avec deux sages-femmes une maison de naissance qui propose régulièrement des «soirées pères» dédiées à une préparation à la naissance spécifiquement «mâle». Il dresse d'abord le portrait de l'homme d'après-guerre qui a surgi dans un contexte de «culture de la paix». Désormais, cet «homme nouveau» s'implique personnellement dans le processus complexe de la grossesse et de la naissance.

«L'herbe ne pousse pas plus vite si on la tire», dit le proverbe africain. La naissance est une affaire de femmes, les sages-femmes l'envisagent spontanément d'un point de vue féminin et les attentes des pères d'aujourd'hui sont parfois démesurées. Cependant, il est possible de les impliquer avec respect et empathie. Par exemple, dans la gestion de situations critiques ou potentiellement traumatiques, on peut les aider à trouver leur place en leur faisant comprendre que chaque personne développe ses propres modèles d'adaptation face au stress.

Literaturtipps zum Thema «Männer im Geburtsvorbereitungskurs»

aus der gleichnamigen Bachelorarbeit von Robyn Cody, Studentin Bachelorstudiengang Hebamme ZHAW, Winterthur

Bergström M, Rudman A, Waldenström U, Kieler H (2013)
Fear of childbirth in expectant fathers, subsequent childbirth experience and impact of antenatal education: subanalysis of results from a randomized controlled trial.
Acta Obstetricia et Gynecologica Scandinavica, 92, 967–973,
DOI: 10.1111/ aogs.12147

Diese quantitative Subanalyse einer randomisierten, kontrollierten Studie aus Schweden untersucht drei Monate post partum das Geburtserlebnis von Vätern, die eines von zwei Modellen der Geburtsvorbereitung besucht haben.
Das eine Modell ist ausgerichtet auf eine Psychoprophylaxe und beinhaltet praktische Übungen sowie die Vermittlung von geburtsspezifischen Informationen. Das Grundmodell der Geburtsvorbereitung beinhaltet lediglich Informationen zu Schwangerschaft, Geburt und Elternschaft. Zusätzlich unterscheidet die Studie zwischen Männern mit und ohne signifikante paternale Angst. Das Resultat zeigt, dass Männer mit signifikanter paternaler Angst vom Modell der Psychoprophylaxe mit Informationen plus praktischen Übungen profitieren. Die Studie kann Kursleiter/innen motivieren, sich vermehrt mit diesem Modell der Geburtsvorbereitung auseinanderzusetzen sowie achtsam bezüglich dieser potentiell vulnerablen Gruppe von Männern zu werden.

Andrews L (2012)
Men's place within antenatal care
The Practising Midwife, 15, 7, 16–18.

Dieser Artikel von L. Andrews, Hebammendozentin und Doktorandin an der Universität in Dublin, setzt sich mit der Rolle des Mannes in der pränatalen Versorgung auseinander. Es wird aufgezeigt, dass Männer zunehmend im Prozess der Schwangerschaft, der Geburt und in der postpartalen Zeit involviert werden wollen. Diese Tatsache sollte im Gesundheitswesen erkannt und genutzt werden. Hebammen können in der Geburtsvorbereitung und in den Schwangerschaftskontrollen die Anwesenheit des Mannes fördern, ihre Ängste ansprechen und sie dazu motivieren Fragen zu stellen. Demzufolge ist es von grosser Bedeutung, dass Hebammen die Bedürfnisse von Männern in der pränatalen Zeit verstehen und den Kontakt zu ihnen suchen. Die Begleitung des Übergangs in die Vaterschaft sorgt nicht nur für das Wohlergehen des Mannes, sondern auch für das der Frau und des Kindes.

Steen M, Downe S, Bamford N & Edozien L (2012)
Not-patient and not-visitor: A metasynthesis fathers' encounters with pregnancy, birth and maternity care.
Midwifery, 28, 422–431.

Das Ziel dieser Studie ist, die Erfahrungen von werdenden Vätern aufzuzeigen, die eine Mutterschaftsversorgung in einem Setting mit qualitativ hochstehenden Ressourcen erlebt haben. Dafür wurden hochwertige qualitative Studien untersucht, welche die Erfahrungen von Männern während Schwangerschaft, Geburt und bis sechs Monate post partum beinhalten.
Die Ergebnisse zeigen, dass sich Väter in zwei Rollen wiederfinden. Als Partner, der seine Partnerin unterstützen möchte und als Elternteil, der den Prozess des Vater-Werdens erlebt. Dabei empfinden sie die Wahrnehmung ihrer Rolle seitens des Gesundheitspersonals als undefiniert. Dies führt zu Unsicherheiten, Distanzierung und Ängsten.
Die Autoren der Studie schliessen daraus, dass werdende Väter ihren Wunsch nach der Unterstützung ihrer Partnerinnen nur dann erfüllen können, wenn sie selbst unterstützt werden. Für die Praxis bedeutet dies, die aktive Förderung der Teilnahme von werdenden Vätern in Bezug zur Partnerin und im Gesundheitswesen.

Die Redaktion dankt herzlich.