

Zeitschrift: Obstetrica : das Hebammenfachmagazin = la revue spécialisée des sages-femmes
Herausgeber: Schweizerischer Hebammenverband
Band: 119 (2021)
Heft: 4

Vorwort: Editorial
Autor: Udressy, Floriane

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: 15.04.2026

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

Liebe Leserin, lieber Leser

Das Wort Ressource erinnert mich an eine Geschichte ... Jene von Ana, die ihre dritte Schwangerschaft nur mit Mühe erduldet, da sie Schmerzen hatte, wenig Schlaf fand und ihren Mann kaum sah, weil er zu viel arbeitete. Sie spürte eine Distanz gegenüber ihrem Kind. Ana suchte Zuflucht in einer Hypnose.

– Sie können Ihren Körper und Ihr Baby einen guten Platz wählen lassen. Im Lehnstuhl? Mit Kissen auf dem Boden?

Nichts behagt ihr, sie sitzt aufrecht, steif, mit dem Rücken von der Wand weg. Ist es Ihnen bequem?

Nein, aber es geht. Sie sitzt im Schneidersitz, ohne Kissen. Nein, nicht auf Französisch, auf Englisch.

Sie ist ohne Stütze, angespannt, als hätte sie kein Baby im Bauch. Wir werden in einer Sprache sprechen, die weder ihre noch meine ist. Ich versuche, mich auf dieses gemeinsame Unbehagen einzulassen und sie dort abzuholen, wo sie gerade ist.

– Wo möchten Sie hingehen, an einen Ort der Ressourcen, der Lebenskräfte? Nichts ...

Unerwartet, doch auf Ana fokussiert, kommt mir das Bild eines Baums!

– Gibt es vielleicht einen Baum, dort, wo Sie sind?

JA.

Ein Türchen öffnet sich. Und es folgt ein langer Weg in der Hypnose. Zu ihr hin, zu einem Baum, dessen Name ich nicht kenne. Wärme, Feuchtigkeit ... Ein zarter Schatten und dann ein Garten, denn sie erkennt: der Garten ihrer Grossmutter. Sich dort hinsetzen, hinlegen, ganz gut geschützt. Die Luft ist lau, schwer und leicht zugleich. Die Stadt pulsiert im Hintergrund. Die Stille und die Geräusche der Grossmutter, die kommt und geht. Das Ernten der köstlichen, reifen Früchte. Das Baby bewegt sich.

– Möchten Sie Ihrem Baby den Baum zeigen? Oder soll Ihre Grossmutter ... Ihr Tonus verändert sich, sie lehnt sich zurück, entspannt sich.

Die Hypnose vertieft sich und die Reise geht weiter: Emotionen, ein langer, achtsamer Dialog mit ihrer Grossmutter, ihrem Baby in ihrer wiedergefundenen Muttersprache. Indem wir uns gemeinsam an den Baum gelehnt haben, hat Ana selbst auf ihre Ressourcen zurückgreifen können, was ihr für den Rest der Schwangerschaft und beim Empfang ihres Kindes helfen wird. Ich wünsche Ihnen wunderbare, und vor allem unerwartete Entdeckungen!

«Ana hat selbst auf ihre Ressourcen zurückgreifen können, was ihr für den Rest der Schwangerschaft und beim Empfang ihres Kindes helfen wird.»



Floriane Udressy,
Frei praktizierende Hebamme,
Hypnosepraktikerin und -Ausbildnerin.

Herzlich, Ihre

Floriane Udressy