

**Zeitschrift:** Obstetrica : das Hebammenfachmagazin = la revue spécialisée des sages-femmes

**Herausgeber:** Schweizerischer Hebammenverband

**Band:** 122 (2024)

**Heft:** 6

**Artikel:** "Was ich als Hebamme von Eltern gelernt habe"

**Autor:** [s.n.]

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1056156>

#### **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:** 25.01.2026

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

# «Was ich als Hebamme von Eltern gelernt habe»

Jetzt sind die Hebammen an der Reihe! Sie arbeiten freiberuflich oder im Krankenhaus, sind Geburtshelferinnen in Geburtshäusern, Dozentinnen oder Forscherinnen: Jede von ihnen erzählt mit ihrem eigenen beruflichen Profil, wie die Arbeit mit Familien und Eltern ihre tägliche Praxis bereichert – und was sie davon mitnimmt.



**«Die Frau spürte intuitiv, was richtig ist»**

Als junge Hebamme Ende der 80er-Jahre und ohne Erfahrung mit Schwangerschaft, Geburt oder Wochenbett war der frühe Kontakt mit werdenden Eltern sehr wertvoll. Damals gab es noch kein Studium für Hebammen. Nach einer kurzen schulischen Phase im ersten Lehrjahr machte ich meine erste Praxiserfahrung – im Gebärsaal und auf einer Wochenbettstation. Indem ich mich mit werdenden Eltern unterhielt, bekam ich einen Einblick in das Erleben einer Schwangerschaft. An die Aussage einer Schwangeren in einer Hebammenkontrolle kann ich mich bis heute gut erinnern: «Jetzt muss endlich das Kinderbett vorbereitet werden.» Wenig später sah ich die Frau wieder im Gebärsaal für die Geburt ihres Kindes. Diese Erfahrung lehrte mich, dass die Frau intuitiv spürte, was jetzt richtig für sie ist und was sie braucht – in diesem Fall den Nestbau.

Seit 2008 absolvieren Hebammen ein Studium. Damit die Hebammenstudierenden von heute auch die Möglichkeit erhalten, sich schon früh mit werdenden Eltern auszutauschen, wurde an der Fachhochschule das Projekt «Lernen von werdenden Eltern» initiiert. Die User\*innen, wie die Schwangeren in diesem Projekt auch genannt werden, geben als Fachkundige Auskunft über ihre Schwangerschaft. Dadurch können angehende Hebammen ihre Fähigkeiten und ihr Verständnis erweitern.

**Anita, Hebamme, wissenschaftliche Mitarbeiterin  
an der Berner Fachhochschule Gesundheit, Bern**



**«Wir sind zwar alle Eltern,  
aber trotzdem unterschiedlich»**

Jede Familie funktioniert anders: Das habe ich in meiner Arbeit in der Wochenbettbetreuung gelernt. Ich achte also immer darauf, mein Fachwissen stets auf die individuellen Bedürfnisse einer bestimmten Familie zuzuschneiden. Gemeinsam mit ihr erkunde ich, was in ihrer spezifischen Situation am wirksamsten ist. Mit einem Neugeborenen müssen Eltern sich zum Beispiel an einen anderen Schlafrhythmus gewöhnen und herausfinden, wie sie den fehlenden Schlaf etwas nachholen oder die Schlafzeit generell verlängern können. Aber jedes Neugeborene schläft anders und auch Mütter und Väter haben ihre eigenen Gewohnheiten. Die einen sind Frühaufsteher\*innen, andere Nachteulen und wiederum andere Vielschläfer\*innen. Auch gelingt es nicht allen, am Tag den Nachtschlaf nachzuholen. Allgemeine Ratsschläge würden nicht ausreichen. Diesen Grundsatz übertrage ich auch auf meine eigene Familie, indem ich mich frage, was für uns am besten ist und wie eine Lösung aussehen könnte. Jeder Ansatz hat seine Berechtigung. Wir sind zwar alle Eltern, aber trotzdem sehr unterschiedlich.

**Julia, frei praktizierende Hebammme, Luzern,  
und klassische Sängerin**



**«Man darf auch Mensch sein»**

Ich war frisch ausgebildet und hatte gerade erst begonnen als Hebammme zu arbeiten, da erlebte ich eine Totgeburt mit. Als das leblose Baby geboren war, musste auch ich weinen. Die Mutter sagte später zu mir: «Danke für deine Tränen. Dein Mitgefühl bedeutet mir mehr als jedes Schmerzmittel.» Das ist mir für immer in Erinnerung geblieben. Es lehrte mich, dass unsere Tränen, ob aus Trauer oder Freude, auch im Pflegealltag willkommen sind. Ich darf in meiner Rolle als Hebammme auch Mensch sein. Ein andermal gelang es einer Mutter im Wochenbett nach tagelangen Herausforderungen endlich zu stillen – sie weinte vor Freude. Da musste ich auch gleich ein paar Tränen vergießen. Der Vater, der auch anwesend war, wandte sich an mich. «Wie schön, dass Sie Ihre Gefühle teilen. So fühlen wir uns als unerfahrene Eltern verstanden und geborgen.»

Ich habe ganz allgemein gelernt, wie wichtig es ist zuzuhören. Elternschaft ist vielfältig und spannend, kann aber auch ganz schön herausfordernd sein. In zahlreiche Situationen machte ich die Erfahrung, dass gerade kleine Gesten und Hilfen für Familien oftmals von grosser Bedeutung sein können.

**Sarah, Hebammme, Doktoratsstudium, forscht zum Thema Still- Selbstwirksamkeit und  
babyfreundliche Praktiken**



**«Auch der Tod schwingt bei einer Geburt mit»**

In meiner Arbeit als Hebammme treffe ich Menschen aus aller Welt. Ich höre gerne zu, was sie mir über die Riten und Bräuche rund um die Geburt eines Kindes zu erzählen haben. Insbesondere bei der Pflege des Neugeborenen bieten sich gute Gelegenheiten für einen Austausch.

Bei vielen Traditionen geht es darum, das Neugeborene und auch die Mutter zu beschützen oder für ihre Gesundheit zu danken. Zugegeben, ich habe tatsächlich etwas gestutzt, als ich zum ersten Mal eine Schere und ein Messer im Kinderbett des Neugeborenen entdeckt habe. Beides soll dem Säugling Schutz geben und ihn stark machen. Ein dünnes, rotes Schnurarmband hat eine ähnliche Funktion. Es soll beschützen und das Glück anziehen. Kürzlich hat mir eine Familie erzählt, dass es in ihrer Kultur die Tradition gebe, dem Neugeborenen vierzig Tage nach der Geburt die Haare zu rasieren und sie dann auf einer Waage zu wiegen. Der entsprechende Wert wird in Form von Silbermünzen an Bedürftige gespendet als Ausdruck der Dankbarkeit für das neugeborene Kind. Die sehr tiefe Mütter- und Säuglingssterblichkeit in der Schweiz lässt manchmal vergessen, dass der Tod bei einer Geburt mitschwingt. Diesen unzeitigen Tod am Lebensanfang abzuwehren, ist tief verwurzelt. Die Arbeit mit Eltern hat mich Demut gelehrt. Wenn es medizinisch vertretbar ist, lasse ich Eltern gewähren, auch wenn nicht alles meinen Wertvorstellungen oder «unseren» Regeln entspricht. Meine Rolle als Hebammme sehe ich vor allem darin, Eltern zu unterstützen und sie in ihrer Rolle zu würdigen.

**Barbara, Hebammme, Aargau**



### Weitergabe von Wissen

Ich habe kürzlich von einer syrischen Mutter eine Wiegetechnik gelernt, auf die ich selbst nie gekommen wäre. Dabei setzt man sich mit ausgestreckten, parallelen Beinen aufs Bett. Man legt ein flaches Kissen darauf und das Baby auf das Kissen und bewegt sich leicht von links nach rechts oder hebt alternierend ein Bein nach dem anderen leicht an. Der Vorteil ist, dass die Mutter (oder der Vater) die Hände frei hat und das Baby nicht ganz nah bei der Mutter ist. So kann es, sofern es gestillt wird, die Milch nicht riechen, was manchmal dazu führen kann, dass Babys sich nicht beruhigen. Bei dieser Wiegetechnik ist das Baby trotzdem mit dem elterlichen Teil in Kontakt, nimmt seinen Geruch wahr und hört seine Stimme. Seit ich diese Technik kenne, zeige ich sie auch Eltern. Das ist ein gutes Beispiel, wie Wissen weitergegeben wird!

**Jeanne**, Hebamme im Kanton Waadt



### «Väter geniessen es, mehr eingebunden zu sein»

Rollen sind wandelbar; das durfte ich in den letzten Jahren in der Begleitung von Familien mit Baby direkt mitbekommen. Die stereotypen Geschlechterrollen weichen auf. Im Vergleich zu früher sind Väter stärker in die Babyzeit eingebunden. Natürlich trifft das nicht auf alle Familien zu. Mütter stärkt es aber enorm, wenn der Mann dabei ist und sie unterstützt – und Väter geniessen es, mehr eingebunden zu sein. Es ist ein Gewinn für beide Seiten.

In meiner Arbeit spielt Vertrauen eine grosse Rolle. Das erfuhr ich in den vielen Jahren in Zusammenarbeit mit Eltern. Vertrauen baut man in der Regel im Laufe der Zeit auf, man muss sich erst kennen lernen. Daher ist es für Eltern von Vorteil, wenn sie schon vor der Geburt von einer Hebamme begleitet werden, dann, wenn in der Regel noch Ruhe herrscht. Sollte es aus irgendwelchen Gründen nach der Geburt zu mehr Druck kommen, ist die Basis schon da. Eltern entlastet es, wenn sie nicht erst bei Hektik oder in einer schwierigeren Situation damit anfangen müssen, Vertrauen aufzubauen. Sie ist Voraussetzung für jede gelingende (Zusammen)arbeit zwischen Fachperson und Patientin oder Patient.

**Brigitte**, Hebamme und Craniosacraltherapeutin

## Wochenbettkalender



Selbstfürsorge

Täglich

Bonding

Ruhe und Kraft tanken

Rezepte

Körperübungen

Partnerschaftspflege

6 Wochen

Fokus auf die Mutter



Bestellen unter: [www.wochenbettkalender.ch](http://www.wochenbettkalender.ch)



**Präsidentin | Présidente**  
Barbara Stocker Kalberer  
b.stocker@hebamme.ch  
Frohburgstrasse 17, 4600 Olten  
M 079 754 86 60

**Sektionen | Sections**

Aargau-Solothurn  
**Delia Weber**  
aargau-solothurn@hebamme.ch  
Ischernstrasse 3, 4528 Zuchwil  
M 076 284 99 08  
**Sabina Keller**  
aargau-solothurn@hebamme.ch  
Bächle 6, 5225 Bözberg  
M 079 277 07 62

Beide Basel (BL/BS)

**Laura Rückert**  
l.rueckert@sunrise.ch  
Josefengasse, 4143 Dornach  
M 077 485 90 02

Bern

**Tiffany Buffier**  
bern@hebamme.ch  
Chemin de l'Ecrue 30, 1565 Missy  
M 078 840 49 29

Fribourg

**Christine Etter Macculi**  
info@sage-femme-fribourg.ch  
Rte du Lac 45, 1787 Môtier  
M 079 261 62 17  
**Mélanie Ciejak**  
info@sage-femme-fribourg.ch  
Chemin du Verger 38, 1752 Villars-sur-Glâne  
M 078 952 69 10

Genève

**Laetitia Ammon-Chansel**  
laetitia.ammonchansel@gmail.com  
Chemin des Clos, 1248 Hermance  
M 078 820 34 61

Glarus

**Rebecca Chachkis-Weitnauer**  
info@hebammercbecca.com  
Südstrasse 11, 8753 Mollis  
M 077 424 96 01  
**Helene Creo**  
helene.creo@gmx.ch  
Landstrasse 98, 8754 Netstal  
M 078 755 45 21

Neuchâtel-Jura

**Mélanie Jeannerod**  
melnaulot@hotmail.fr  
Ruelle Rousseau 3, 2114 Fleurier  
M 079 152 60 81  
**Julie Aeschbacher**  
julie.aeschbacher@hotmail.com  
Le Coïnat 59, 2916 Fahy  
M 078 724 43 26

Oberwallis

**Ruth Karlen**  
ruthkarlen@hebamme-hin.ch  
Mühlackerstr. 26a, 3930 Visp  
T 027 945 15 56

**Ostschweiz (SG/TG/AR/AI/GR)**  
**Bettina Gertsch**  
shv-ostschweiz@hebamme-hin.ch  
Lämmlisbrunnenstrasse 55, 9000 St. Gallen  
M 079 921 91 92

**Schwyz**

**Andrea Burtschi**  
andrea.burtschi@bluewin.ch  
Sonnenpark 24b, 8863 Buttikon  
M 078 854 58 61  
**Cornelia Kälin**  
cornelia\_st@gmx.ch  
Husmatraining 18, 6422 Steinen  
M 079 366 09 11

**Ticino**

**Veronica Grandi**  
info@levatrici-ti.ch  
Via alla Motta 3A, 6517 Arbedo  
T 091 825 88 01, M 078 696 39 69  
**Fabienne Farine**  
levatrice.fabienne@gmail.com  
Via Siegfried Bieber 53, 6817 Maroggia  
M 079 587 01 49

**Valais romand**

**Anne-Gaëlle Duay**  
agduay@gmail.com  
Route de pradecor 6, 1965 Savièse  
M 079 904 14 94  
**Edith De bock**  
edith.debock@yahoo.com  
Route du marais du sable 14, 1913 Saillon  
M 079 376 11 09

**Vaud**

**Laurence Juillerat**  
secretariat@votresagefemme.ch  
Route du Bugnon 21, 1823 Glion  
M 079 732 06 64

**Zentralschweiz (LU/NW/OW/UR/ZG)**

**Lea Pfenninger**  
post@hebammpfenninger.ch  
Dorfstrasse 32a, 6005 Luzern  
M 076 449 46 82

**Zürich und Schaffhausen**

**Isabel Frei**  
i.frei@shv-zh.ch  
Eichliackerstrasse 12, 8406 Winterthur  
M 076 261 91 46  
**Patrizia Frey**  
p.frey@shv-zh.ch  
Dora-Staudinger-Strasse 11, 8046 Zürich  
M 079 830 51 27

**Sektion Geburtshaus- und  
Hausgebürt-Hebammen**

**Section sages-femmes des maisons  
de naissance et accouchements à domicile**  
**Natascha Sebök**  
ghhg.praesidentin@protonmail.com  
Turmstrasse 64, 8400 Winterthur  
M 079 624 54 92  
**Rafaela Joos**  
ghhg.praesidentin@protonmail.com  
Alte Fehrlorferstrasse 10, 8332 Rumlikon  
M 076 506 48 82

**Herausgeberin | Editeur** Schweizerischer Hebammenverband (SHV). Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht unbedingt die Meinung des SHV wieder. Die Reproduktion von Beiträgen in elektronischer Form ist mit Quellenvermerk gestattet | Fédération suisse des sages-femmes (FSSF). Les articles signés ne reflètent pas forcément l'opinion de la FSSF. La reproduction des articles sous forme électronique est autorisée avec une référence à la source

**Redaktion | Rédaction** Redaktorin Deutschschweiz: Esther Grosjean, e.grosjean@hebamme.ch | Rédactrice Suisse romande: Jeanne Rey, j.rey@sage-femme.ch **Geschäftsstelle**

**SHV | Secrétariat de la FSSF** Frohburgstrasse 17, 4600 Olten, T +41 (0)31 332 63 40, info@hebamme.ch, www.hebamme.ch **Redaktioneller Beirat | Conseil rédactionnel** Katharina Albert, Céline Audemard, Aurélie Delouane-Abinal, Christina Diebold, Clizia Iseppi, Patricia Perrenoud, Anita Ruchti Dällenbach **Konzept | Concept** www.la-kritzer.ch

**Jahresabonnement | Abonnement annuel** Nichtmitglieder CHF 109.–, inkl. 2,5% MWST, Ausland CHF 140.–, Einzelnnummer CHF 13.20, inkl. 2,5% MWST + Porto. Das Abonnement verlängert sich um ein weiteres Jahr, wenn es nicht bis zum 31. Oktober des laufenden Jahres schriftlich beim SHV gekündigt wird | Non-membres CHF 109.–, 2,5% TVA inclue, étranger CHF 140.–, prix du numéro CHF 13.20, 2,5% TVA inclue + porto. L'abonnement est automatiquement renouvelé pour un an s'il n'est pas résilié par écrit auprès de la FSSF au 31 octobre de l'année en cours. **Insetar-**

**marketing | Régie d'annonces** rubmedia AG, Iris Frei, Seftigenstrasse 310, 3084 Wabern, T +41 (0)31 380 13 22, iris.frei@rubmedia.ch, www.rubmedia.ch **Layout, Druck |**

**Mise en page, impression** rubmedia AG, Seftigenstrasse 310, 3084 Wabern, www.rubmedia.ch **Papier** Refutura 90 gm<sup>2</sup>, 100% Altpapier, zertifiziert nach FSC und Blauer Engel | Refutura 90 gm<sup>2</sup>, 100% papier recyclé, certifié FSC et Ange Bleu **Auflage | Tirage** Druckauflage 3531 Exemplare, erhöhte Auflage 3700 Exemplare, verbreitete Auflage (WEMF-beglaubigt 2022/2023) 3261 Exemplare | Tirage total 3531 exemplaires, distribution supplémentaire 3700 exemplaires, tirage diffusé (certifié REMP 2022/2023) 3261 exemplaires | ISSN 2624-7747

**121. Jahrgang | 121<sup>e</sup> année**

Offizielle Zeitschrift des Schweizerischen Hebammenverbandes | Revue officielle de la Fédération suisse des sages-femmes | Giornale ufficiale della Federazione svizzera delle levatrici | Revista uffiziala da la Federaziun svizra da las spandreras

**Erscheinungsweise | Parution**

9 Mal im Jahr, Doppelausgaben  
im Januar/Februar, April/Mai und August/September |  
Publié 9 fois par an, numéro double en  
janvier/février, avril/mai et août/septembre



# Obstetrica

Jetzt auch als ePaper erhältlich.  
Disponible désormais aussi en ligne.

Deutsch:

Français:



Achten Sie auf dieses Icon.  
Icône à repérer.



Weitere Informationen:  
[www.hebamme.ch](http://www.hebamme.ch)

Plus d'informations:  
[www.sage-femme.ch](http://www.sage-femme.ch)