

Handwerk und Mundwerk: Hebammen begleiten Familien

Margarita Klein, 22.Juli 2009, für die DHZ, Oktober 2009

Der Beruf der Hebamme birgt eine Fülle von Möglichkeiten, sich selbst je nach individuellen Vorlieben und Stärken sowohl im medizinischen Bereich als auch im eher pädagogisch-beratenden Bereich weiterzubilden und zu spezialisieren. Hier soll es darum gehen, welche Rolle eine Hebamme als Begleiterin für die ganze Familie und ihre gesunde Entwicklung übernehmen kann, wenn sie daran interessiert ist und sich entsprechend fortgebildet hat.

Für den Zeitraum von Beginn der Schwangerschaft bis zum Ende des ersten Lebensjahres kann die Hebamme für die Gesundheit von Mutter, Vater und Kind und auch für die Beziehung dieser Menschen miteinander als Person und als Funktion bedeutungsvoll sein.

Im Sinne des Konzepts der Salutogenese kann sie auf vielerlei Weise die Gesundheit unterstützen. Dabei meint der Begriff „Salutogenese“, also die Entstehung von Gesundheit, nicht dasselbe wie der Begriff Prävention. Prävention ist die Vermeidung von und Vorbeugung vor Krankheit, Salutogenese umfasst die Faktoren, die den Menschen dabei unterstützen, die oft unvermeidlichen Belastungen des Lebens zu bewältigen. Es geht dabei um das Erkennen, Bewusstmachen und Stärken der Kräfte, die den Menschen zur Verfügung stehen und weniger um die Entstehung oder Behandlung von Krankheit. Der Fluss des Lebens ist kein begradigter Kanal sondern bleibt oft unvorhersehbar und turbulent. Gesundheit bedeutet, die Kräfte zu haben, die notwendig sind, um im Strudel des Lebens halbwegs zu schwimmen, manchmal mit Lust und Vergnügen, manchmal so knapp mit dem Kopf über Wasser. Die Hebamme übt einen Gesundheitsberuf aus, der sich vor allem mit dem Erhalt von Gesundheit beschäftigt und weniger mit der Heilung von Krankheit. Damit nimmt sie eine Sonderrolle im Gesundheitssystem ein. Eine Frau kann in den Genuss von Hebammenhilfe kommen, auch und gerade dann, wenn sie gesund ist, eine Diagnose und damit eine Definition einer Krankheit ist nicht notwendig. Eine weitere Besonderheit: Der Auftrag der Hebamme erstreckt sich auf die Gesundheit der Einheit von Mutter und Kind, und ist damit nicht nur auf eine Person beschränkt, die als Patient definiert ist.

Hebammen stärken Gesundheit: Salutogenese als Aufgabe

Ein Schlüsselbegriff im Konzept der Salutogenese ist der Begriff der Kohärenz. Damit gemeint ist das Gefühl für einen inneren Zusammenhang und einen äußeren Zusammenhalt. Wenn ein Mensch seine Lebensereignisse als stimmig erlebt, wenn er das Gefühl hat, Teil eines größeren sozialen und spirituellen Zusammenhangs zu sein, hat er viele Möglichkeiten und Kraftquellen, um Belastendes zu ertragen. Die Schwangerschaft, die Geburt und alle Veränderungen die damit im Zusammenhang stehen können eine Frau, einen Mann, ein Paar verwirren oder gar verstören. Die Hebamme als Begleiterin kann dazu beitragen, die Ereignisse zu verstehen, ihnen einen Sinn zu geben und zu lernen, wie die neue Situation zu handhaben ist.

Der emotionale Aspekt der Beziehung

Aus der Bindungstheorie ist bekannt, dass Menschen ein ausreichendes Maß an Sicherheit brauchen, um sich mit Vertrauen und Neugier auf etwas Neues einlassen zu können. Die Hebamme kann in der Schwangerschaft, unter der Geburt und in den Wochen danach die Funktion einer sicheren Basis für die Eltern übernehmen. Sie kann für Konstanz sorgen, indem sie während des gesamten Zeitraumes für die Familie da ist. Sie ist ansprechbar für Fragen und Probleme und bietet auch von sich aus Kontakt an, nur um zu schauen, ob alles in Ordnung ist, um zu bestärken und Sicherheit zu geben. Frauen wünschen sich von ihrer Hebamme Kontinuität und Verlässlichkeit. Sie wünschen sich eine Hebamme als feste Ansprechpartnerin oder ein kleines Team, dessen Mitglieder sie kennen. Und sie wünschen sich einen partnerschaftlichen Umgang, der ihnen Wahlmöglichkeiten lässt und Raum für die eigene Entwicklung.

Eine solche Art von Beziehung erfordert ein hohes Maß an Professionalität, um für etliche Monate und bei gelegentlich großer Intimität einen Zustand „warmer Distanz“ aufrecht zu erhalten (Verena Schmid in der DHZ vom Juli 2009). Sollte diese Haltung punktuell oder dauerhaft verloren gehen, könnte Supervision der Fachfrau das Mittel der Wahl sein.

Der strukturelle Aspekt professionellen Handelns

In der Hebammenarbeit gibt es drei große Arten von Fragestellungen, die sich strukturell unterscheiden lassen (in Anlehnung an Ludewig). (Damit keine Missverständnisse entstehen: Jetzt geht es nicht um Inhalte, sondern um Strukturen!) Sie erfordern eine jeweils eigene Art der professionellen Intervention. Eine klare Unterscheidung hilft, die passende Form der Reaktion zu finden und damit Beziehungsstörungen und Missverständnisse zu vermeiden.

1. Fragestellung: Was ist wie zu tun?

Beispiele: Nabelpflege, Windelwechsel, Stillposition, Gymnastik

Intervention: **Anleitung**

Hier geht es um Handwerkszeug, um praktischen Rat, Üben, auch um Körperübungen.

Diese Art Fragestellung steht im frühen Wochenbett im Vordergrund. Aber auch wenn viele praktische Fragen beantwortet sind, gibt es noch viel zu tun.

2. Fragestellung: Wie kann ich das aushalten?

Die Situation ist dadurch gekennzeichnet, dass die Fakten nicht zu ändern sind.

Beispiele: nächtliche Störungen des Schlafs, ein unschöner Geburtsverlauf, das Kind ist krank, schreit viel, das Leben mit dem Kind ist anstrengend etc.

Intervention: **Begleitung**

Jetzt geht es darum anzuerkennen, dass die Situation selbst im Moment im Wesentlichen nicht zu ändern ist. Gemeinsam kann die Hebamme mit der Familie Kräfte und Ressourcen finden, um die Zeit heil zu überstehen. Mitfühlendes Dabeibleiben, Geduld sind die notwendigen Qualitäten. Die Hebamme sollte nicht ändern wollen, was nicht zu ändern ist. Jetzt hilft die Zuversicht, dass die Familie es schafft.

3. Fragestellung: Ich fühl mich unwohl. Hilf mir, die Situation zu verändern!

Hier sind oft Gefühle im Spiel: Ärger, Frust, Enttäuschung, Erwartungen an andere, Ambivalenzen.

Schnelle Lösungen mit einem guten praktischen Rat von der Hebamme werden oft

mit „ja, aber ...“ beantwortet oder nicht umgesetzt. Diese Fragestellung tritt schwerpunktmäßig auf, wenn die ersten Tage und Wochen vorbei sind.

Intervention: Beratung

Die Grundannahme ist bei professioneller Beratung (nicht Rat geben!), dass zwei *Fachleute* kooperieren. Jede ist jeweils kompetent für ihre Bereiche: Die Klientin und der Klient für ihr und sein Leben und die Fachperson für das Fachgebiet.

Wir beraten uns miteinander, um erstmal herauszufinden, wo genau für die Frau oder den Mann das Problem liegt, ob sie oder er einen Einfluss auf die Situation hat, wie er oder sie sich eine gute Lösung vorstellt und was genau er oder sie tun kann, um das Problem zu lösen.

Wenn dann Eltern und Hebamme klar ist, wohin die Reise gehen soll, welches Ziel angestrebt wird, dann erst ist Anleitung möglich, der praktische Rat, die Antwort auf die Frage: Wie ist es zu tun?

(siehe auch Klein, DHZ, 11+12/2008)

Wenn eine Hebamme diese Strukturen klar unterscheiden kann, kann sie den unterschiedlichen Anforderungen an professionelle Begleitung durch die gesamte Lebensphase passender gerecht werden. Auch wenn sie selbst rasch eine gute Idee zur Anleitung hätte, ist manchmal zuerst Beratung im o. a. Sinne notwendig, um den Boden für den guten, praktischen Rat zu bereiten. Gegen die eigene Ungeduld kann die Erinnerung an das afrikanische Sprichwort helfen:

„Das Gras wächst nicht schneller, wenn man daran zieht.“

Auf diese Weise kann sie dazu beitragen, das Gefühl der Selbstwirksamkeit bei den Familien zu stärken, ein wichtiger Aspekt für das Gefühl, im Kern gesund zu sein, selbst wenn man gerade einen Schnupfen oder einen Milchstau hat oder wenn ein anderes Problem auf die Seele drückt.

Kohärenz: Man braucht ein Dorf, um ein Kind zu erziehen

Das Gefühl von Zugehörigkeit, die Erfahrung, nicht allein zu sein, gibt Menschen die Möglichkeit, Belastungen leichter zu bewältigen. Die Partnerschaft und andere verwandtschaftliche Bezüge sind für den Schutz der Schwangerschaft und die frühe Kindheit von großer Bedeutung. Die Hebamme kann viel dazu beitragen, dass Schwangere und Eltern von Neugeborenen ihr „Dorf“ entdecken, wertschätzen und erweitern. Und sie ist selbst für einige Wochen oder Monate ein Teil des Dorfes.

Verbindungen herstellen

Als Leiterin von Gruppen (Geburtsvorbereitung, Rückbildungsgymnastik etc.) ist die Hebamme neben ihrem sachlichen Auftrag auch wichtig für den Aufbau der Netzwerke der jungen Eltern untereinander. Das größte Kompliment, das eine Gruppenleiterin bekommen kann, ist der Satz: „Wir waren eine so gute Gruppe!“ Wenn es gelungen ist, eine wohlwollende, akzeptierende, respektvolle Stimmung herzustellen, in der sich jede und jeder angenommen fühlt, dann entwickeln die TeilnehmerInnen untereinander häufig interessierte, unterstützende Umgangsweisen miteinander.

Manche Gruppen bleiben im Kontakt, selbst wenn die Kinder schon groß sind.

„Wir waren gerade mit den Frauen aus unserer Babygruppe für ein Wochenende am Meer“, erzählt die Mutter eines 18jährigen, *„ohne die „Babys“ natürlich!“*

Ob eine Gruppe gelingt oder nicht, ist nicht nur Glücksache. Auch die Leitung eines Kurses ist professionelles Handwerk, das erlernt werden kann. Eine natürliche Begabung zur und Freude an der Rolle einer Gastgeberin ist eine gute Voraussetzung dafür.

Orte der Kraft

Viele Hebammen führen allein oder als Gruppe eine Praxis. Es sind im Lauf der letzten Jahre Räume entstanden, die für junge Eltern Anlaufstelle und Zentrum in diesen ca. zwei bedeutungsvollen Jahren ihres Lebens darstellen. Hier finden sie eine warme Atmosphäre und Menschen mit gleichen Interessen. Die guten Geister eines solchen Ortes verstärken ihre Wirkung gegenseitig.

Viele Aspekte des Themas Gesundheit lassen sich an einem solchen Ort verwirklichen. Zugehörigkeit stellt sich ein zu dem Ort und zu all den anderen Familien, die diesen schon besucht haben.

Netzwerke

Selbstverständlich kann eine Hebamme nicht alles können. Oft werden Themen an sie herangetragen, die nicht in ihr Fachgebiet fallen: alle nur denkbaren gesundheitlichen Themen, massive psychische Probleme, Paarkonflikte, Erziehungsfragen im Zusammenhang mit größeren Kindern, rechtliche oder soziale Themen wie finanzielle Hilfen, Schuldnerberatung, Probleme von MigrantInnen etc. Es kann einer Familie sehr helfen, wenn die Hebamme weiß, welche Stelle oder Fachperson sie zum jeweiligen Thema aufsuchen kann. Dafür ist es nützlich, wenn die Hebamme selbst ein gutes professionelles Netzwerk hat und sich im Sozialraum ihrer Stadt gut auskennt.

Schlussfolgerungen

Gesundheit zu fördern ist die Aufgabe der Hebamme.

Die Begleitung von Familien über einen längeren Zeitraum erfordert gleichermaßen hohe emotionale Kompetenz und professionelles Handeln.

Die Begleitung von Familien durch die Hebamme, die zum Ziel hat, körperliche Gesundheit und unterstützende Beziehungen zu fördern, ist ein weiterer Schritt zur Erweiterung des Berufsbildes.

Damit dieses auf professionelle Weise geschieht, ist es notwendig,

- das Fachwissen zu erweitern um die Themen Entwicklung des Kindes, Kindergesundheit und Kinderkrankheit, Ernährung, Familiendynamik und Bindungsentwicklung, psychische Erkrankungen, Frauengesundheit und Verhütung
- die kommunikative Kompetenz zu stärken in den Bereichen Beratung und Gruppenleitung
- gute Netzwerke mit anderen Berufen aufzubauen
- mithilfe von Supervision Verstrickungen und Konflikte zu bereinigen und im Coaching günstige Arbeitsformen zu entwickeln, damit die Hebamme selbst gesund bleibt.

Für Familienhebammen, die in hochbelasteten Familien arbeiten, sind außerdem Kenntnisse besonderer Themen: z. B. Armut, Sucht, Migration, Traumatisierung und Kenntnisse der Strukturen des psychosozialen Hilfesystems erforderlich.

Wer soll das bezahlen?

Ein Teil der möglichen Arbeit kann im Rahmen der Hebammengebührenordnung abgerechnet werden.

Bei besonderen gesundheitlichen Belastungen kann die Frauenärztin oder der Kinderarzt weitere Besuche anordnen.

Die Familienhebammen, die in sozial hochbelasteten Familien arbeiten, werden vom Jugendamt, vom Gesundheitsamt oder von freien Trägern der Jugendhilfe finanziert. Es wäre zu wünschen, dass auch weniger extrem belastete Familien in den Genuss dieser Leistungen kämen. Das wäre eine gute Investition in die seelische und körperliche Gesundheit der kommenden Generation.

Nie waren Hebammen im öffentlichen Bewusstsein so präsent wie heute: Es ist jetzt eine günstige Zeit, um auf der politischen Ebene die Forderung:

„Hebammenbegleitung für alle Familien“ und eine bessere Bezahlung für gute Qualität und Professionalität anzugehen –auch wenn gerade die „notleidenden“ Banken viel öffentliches Geld beanspruchen.

Literatur:

Klein, Margarita: Systemisch denken- gut beraten in DHZ, 11/2008 und 12/ 2008

Diess.: Was Familien brauchen, DHZ, 12/ 2007

Diess.: Salutogenese- Die Entdeckung der Gesundheit in: Hebammen fördern Gesundheit, Tagungsband des Hebammenkongresses in Leipzig 2007

Diess.: Familie leben in Das BabyBuch, Beltz Verlag, Weinheim 2009

Lorenz, Rüdiger: Salutogenese, Grundwissen für Psychologen, Mediziner, Gesundheits- und Pflegewissenschaftler

Ludwig, Kurt: Einführung in die theoretischen Grundlagen der systemischen Therapie, Carl-Auer-Verlag, Heidelberg 2005

Meller, Simone: Salutogenese durch Selbstverwirklichung, Tectum Verlag 2008

Schiffer, Eckhard: Wie Gesundheit entsteht, Beltz Verlag, Weinheim 2001

Schmid, Verena: Die Kunst der Mäeutik- Ressourcen der Frau stärken in DHZ, 7/2009

Die Autorin

Margarita Klein ist Diplom-Pädagogin und Hebamme, hat eine Ausbildung in systemischer Beratung/Familientherapie und in Hypnose. Sie leitet in Hamburg *KREISEL e. V. ...für das Leben mit Kindern*, Institut für Weiterbildung und Familienentwicklung. Dort bietet sie unter anderem für Hebammen Fortbildungen an zu den Themen „Systemische Beratung für Familien mit Säuglingen und kleinen Kindern“, „Familienhebamme – eine Chance für einen besseren Start“, „Massagen für Babys und Kinder“ und „Gesund bleiben, auch wenn der Beruf belastet!“.

Sie ist Mitherausgeberin und Autorin von *Das BabyBuch*, März 2009, Beltz – Verlag, Autorin von „Schmetterling und Katzenpfoten“ (Ökotoxia Verlag) und „Wenn Babys weinen“ (Irisiana Verlag), und Mitautorin in „Das Neugeborene in der Hebammenpraxis“.

Kontakt:

Ehrenbergstr. 25, 22767 Hamburg, www.kreiselhh.de

Tel. (040) 38 616 909

E-Mail: margaritaklein@kreiselhh.de