

Was bringt Männern Geburtsvorbereitung?

Dr. Richard Schneebauer



Bis Mitte der 80er Jahre hieß es für Männer vor dem Kreissaal meist noch "Betreten Verboten". Heute begleiten in westeuropäischen Ländern mehr als 90% der werdenden Väter Ihre Partnerin bei der Geburt. Die Situation hat sich so grundlegend verändert, dass es einigen Männern sogar schwer fällt, sich abseits der Norm gegen eine Teilnahme an der Geburt zu entscheiden. Die am häufigsten genannten Gründe für die Nichtteilnahme sind vor allem die Angst, die Partnerin leiden zu sehen oder nicht adäquat helfen zu können bzw. die Angst vor Komplikationen bei der Geburt. Der hohen Bereitschaft, die Partnerin bei der Geburt zu unterstützen, steht die Tatsache gegenüber, dass Männern bei der Geburt eine passive, beobachtende, eher zurückhaltende Rolle zukommt. Hier beginnt das Problem: Männer tun sich oft schwer mit dem "Einfach nur da sein", stundenlang "einfach nur da sein". Sie sind gewohnt etwas zu tun, anzupacken. Trotz der Rollenveränderungen steckt das nach wie vor tief in den meisten Männern. Zu den Gefühlen der Unsicherheit und Angst die neben Freude und Glück ganz normal zur Geburt dazugehören, gesellen sich dann bei den Männern oft Gefühle der Hilflosigkeit und Ohnmacht. Ich kann nichts tun – bedeutet sich auch ein Stück hilflos zu fühlen. Das wäre eigentlich ganz normal. Gestehen sich Männer das nicht ein, ist nicht nur ihr eigenes Geburtserleben negativer, sondern sie setzen bisweilen auch Aktionen, die für Partnerin, Hebamme und Arzt eher eine zusätzliche Belastung und Anspannung bedeuten können. Hier kann Geburtsvorbereitung entscheidend helfen, speziell wenn sie sich direkt an Männer richtet. Mittlerweile ist auch wissenschaftlich nachgewiesen (vgl. Schäfer u.a. 2008), dass Männer sich durch spezielle Kursteile, welche u.a. die oben genannten Themen mänderspezifisch behandeln, auf die Kreissaalsituation besser vorbereitet fühlen. In der genannten Studie bewerteten sie auch im Nachhinein das Geburtserleben signifikant positiver im Vergleich zu Männern, die "lediglich" als Begleiter in Paarkursen teilnahmen. Die Frauen, deren Partner einen speziellen Männerkurs besucht hatten, beurteilten die Unterstützung durch ihren Partner als hochwertiger als die Vergleichsgruppe. Auch beim Eintreten von Komplikationen zeigten sich positive Effekte. Es wurde nachgewiesen, dass eine spezifischere Vorbereitung von Männern im Rahmen der Geburtsvorbereitung einerseits Ängste der Männer vor der Ausnahmesituation im Kreissaal abbauen, und andererseits zu einer besseren Unterstützung der Gebärenden führen können. Bleibt zu hoffen, dass sich Männer noch stärker in die Geburtsvorbereitung einbinden und dabei speziell an Sie gerichtete Inhalte vorfinden.