

Emotionales Erleben der Geburt aus Müttersicht...Impulsvortrag

Wie geht es der Mutter?

Es gibt nicht „Die“ Mutter.

Töchter werden zu Müttern.

Jede für sich:

Ganz individuell, mit allen Sehnsüchten, Ängsten,
Wünschen und Realitäten aus der Vergangenheit im
Zusammenspiel mit dem was passiert im „Hier und Jetzt“

Alles Hysterie?

Die Zeit um die Geburt ist ein besonderer und sensibler Raum in der Wahrnehmung:

Von Atmosphäre

Der Sprache

Den Blicken

Von Handlungen, erfolgten und unterlassenen

Dies kann zu Irritationen führen, zu Verletzungen und auch zu inneren Abbrüchen.

„Meine Wunschvorstellung wäre ja gewesen eine ganz natürliche Wassergeburt oder Hausgeburt...[.]...die Geburt ist halt meine und ich kann auf meinen Körper hören und sie ist nicht so sehr fremdbestimmt...“ Julia

Spannungsfeld Geburt

Moment und Prozess zugleich

Symbolische Kraft der Geburt versus Realität des Momentes

Einstehen für die eigenen Vorstellungen, einstehe für das eigene Kind.

Geburt als Übergangsprozess

Bewusstes Erleben:

Vom Zustand der Symbiose das Kind in sich zu haben, hin zu dem nachgeburtlichen Zustand, dass beide Organismen für sich sind in einer symbiotischer Beziehung.

Realisieren und Begreifen, es ist wahrhaftig, damit kommt meistens ein Gefühl der Überforderung im Moment der Klarheit der Verantwortung

Die Bedeutung des Partners, von Partnerschaft zur Elternschaft

„ Die Hebamme hat mich gut betreut und unterstützt, sie war sehr hilfreich. Es war für mich auch beruhigend, dass eine Ärztin anwesend war. Und natürlich mein Mann, dem ich schon vorher gesagt hatte, dass er für mich sprechen soll, wenn ich nicht „gehört“ werde. So hat er auch mit Nachdruck eingefordert, dass die Rückenlehne hochgestellt wurde. Da wurde ich erst einfach übergegangen....allem in allem war die Geburtssituation für mich so angenehm vertrauensvoll, dass ich mich einlassen konnte.“

Elisabeth

Geburt als Neuanfang

Heraustreten aus der eigenen vergangenen Familien -
Geschichte und der Sehnsucht eine neue eigene
Familiengeschichte zu gestalten.

Wirkt unterschiedlich stark je nach Biographien.

Bei Eltern mit hoch belasteter Biographie wie ein
Neubeginn.

Geburt als eine körperliche Erfahrung

Vom Einlassen und dem Loslassen

Schmerzerleben

Gewaltiges Erleben versus Gewalterfahrung

Mitgestalten versus Kontrollverlust

Selbstbestimmt/ Fremdbestimmt

Re-traumatisierung

„ich bin davon ausgegangen, dass ich bei einem Kaiserschnitt eine Teilnarkose bekomme..[..]...man sagte mir, nein das geht nicht, das würde das Kind in Gefahr bringen, wir müssen eine Vollnarkose machen, für mich war das ein Schock, die hatte ich total ausgeblendet diese Möglichkeit. Da kam für mich nochmal ganz akut dazu, dass ich nichts mitkriege, also ein kompletter Kontrollverlust, weil, es ist ja auch ein operativer Eingriff ..[..], ich hatte dann ganz doll Angst, dass dann auch bei mir Komplikationen auftreten, ich weder mein Kind, noch mehr meine innere Weiblichkeit in mir habe, sie mir die Gebärmutter rausnehmen müssen“. *Julia*

Ich – Du/ Ratio -Emotionen

Die Kraft der unverarbeiteten Gefühle?

Du bist da – ich fühle mich aber trotzdem unglücklich?

Darf ich trauern, obwohl du gesund bist?

Ist mein eigenes Leben jetzt vorbei?

Ich hatte mir die Rolle meines Partners anders vorgestellt?

„Ich denke eine frühere Verarbeitung der Erlebnisse hätte mir geholfen, bzw., dass das wahrgenommene Gefühl Berechtigung hat und während der Geburt Dinge von den Verantwortlichen nicht korrekt ausgeführt wurden. Dadurch hätte ich mich leichter von meinen negativen Gefühlen emanzipieren können.“

Katharina

Die individuelle Wirklichkeit

Kann sich ganz anders gestalten und anfühlen wie es von „Außen“ gesehen und eingeschätzt wird.

Darf ich das jemanden erzählen? Von den scheinbaren Tabuthemen, in der Mutterschaft und das Gefühl, sie nicht fühlen zu dürfen.

„Nach der Geburt war ich nicht in der Lage, das erlebte irgendwie einzuordnen. Durch die Tatsache, das ich Zwillinge bekommen habe, blieb mir auch kaum die Möglichkeit der Reflexion. Alle Außenstehenden waren froh, dass die Geburt nicht zu früh und ohne Sectio abgelaufen ist. Diese äußere Wahrnehmung traf sich nicht mit meinem Inneren, weshalb ich permanent weinen musste, beim Gedanken an meinen Geburtsverlauf....“

Katharina

Mögliche Auswirkung auf die Bindung bei
Schuld und Scham
Verfangen und hängengeblieben in der Geburt
Schatten im Hier und Jetzt
Wenn (sich) verzeihen nicht möglich ist
Wenn die Symbolkraft zu übermächtig wird

„Etwas Magisches, Natürliches wurde komplett zerstört“

„...nach dem setzen der PDA war ich nicht mehr Teil war ich nicht mehr Teil dieser Geburt. Ich habe nichts mehr gespürt. Die Verbindung zwischen mir und meinem Kind war gekappt. Mir wurde permanent der Eindruck gegeben, es müsse schneller gehen. Es wurde mir keine Zeit gelassen, etwas zu fühlen. Andauernd kam die Ärztin und hat mir manuell den Muttermund gedehnt. Das empfand ich als extrem übergriffig. Dann wurde die Blase ebenfalls manuell geöffnet, ohne dass es mit mir abgesprochen wurde. Es war, als ob ich nur teilnahmsloser Zuschauer wäre. Als ich dann, als das Kind schon im Geburtskanal steckte, aus einer inneren Panik-

und wohl aus dem Wunsch nach Selbstbestimmung in diesem Moment – „STOP“ schrie, rannte die Ärztin hinaus und holte eine Hebamme, die sich dann plötzlich auf meinen Bauch warf und das Kind herausdrückte. Meine Geburt wurde gemacht, ich war Mitwirkende am Rande. Ich hatte dabei keine Gefühle und konnte auch nicht in mich hinein hören, was mein Kind macht oder braucht. Das schmerzt bis heute – und ich denke auch- und dies wurde mir erst viel später klar- das der Umstand der Geburt dazu geführt hat, das mein Kind geschrien und ich eine Riesendepression hatte.“ Margit

Mit herzlichen Dank an die Frauen und Familien, die mit ihrem Vertrauen und durch ihre Offenheit - mir ihre Geschichten und Gefühle zu erzählen - mein Verständnis klarer und tiefer werden lassen.

Copyright bei Claudia Theil
claudia-theil@rueckhalt.de 0157/39327349

Dipl. Psychologin, tätig in Berlin, Charité, Mu- Ki Station am Campus Benjamin Franklin und als Krisenbegleiterin rund um Schwangerschaft und Geburt im Rahmen der SchreiBabyAmbulanzen Berlin Mitte und Kreuzberg.
Fortbildung- Supervision - Vorträge