

## GEMEINDESEITEN REGION GÜRBETAL

GURZELEN-SEFTIGEN, THURNEN, BELP-BELPBERG-TOFFEN, KEHRSATZ

## Alles neu!

## Interview mit Hebamme Marlis Koch

Marlis Koch ist seit 30 Jahren Hebamme und als solche immer wieder hautnah dabei, wenn ein funkelnagelneuer Mensch das Licht der Welt erblickt und mit ihm etwas ganz Neues beginnt. Seit 14 Jahren arbeitet sie freischaffend in Belp. Sie ist verheiratet und hat zwei Söhne. Vor dem gemütlichen Kamin in ihrem Elternhaus räkeln sich wohligh zwei Katzen. Durch die grossen Fenster sieht man, wie es Abend wird über Belp.

**Marlis, wie bist du auf die Welt gekommen?**

Ich war das fünfte Kind meiner Eltern. Weil die 4. Geburt meiner Mutter mit Komplikationen verbunden war, wurde ich vorsorglich per Kaiserschnitt entbunden. Anfang der 60er Jahre machte man das so.

**Ich vermute, du würdest heute zu etwas anderem raten?**

Die natürliche Geburt gilt heute immer noch als die risikoärmste Art zu gebären. Wenn wir vorsichtig handeln, kann es auch so wieder zu einer Spontangeburt kommen.

**Warum ist das so?**

Wenn wir natürliche Prozesse ihren Lauf nehmen lassen, geht es meistens gut. Die Wahrscheinlichkeit ist hoch, dass man dann gebären kann, im Gegensatz dazu, dass man von dem Kind entbunden wird. Gebären ist ein aktiver Prozess. Man muss die einzelnen Schritte abwarten, beobachten ob es weitergeht oder nicht weitergeht; sehen, wie die Wehen arbeiten. Wenn wir zu früh intervenieren kann es sein, dass es einfach noch nicht Zeit ist. Vielleicht ist das Kind noch nicht parat oder die Frau ist nicht parat.

**Was passiert bei den Frauen, wenn du sie während der Schwangerschaft und Geburt betreust?**

Die Frauen haben neun Monate Zeit, sich auf den Prozess einzulassen. In der Zeit können sie herausfinden, was sie wirklich wollen. Wichtig ist dabei die Begleitung: Zu wissen, ich bin nicht allein. Die Geburt kann dann etwas sein, das den Frauen mehr Selbstvertrauen schenkt. Ich versuche ihnen die die Gewissheit zu geben, dass sie eigentlich von Natur aus dazu in der Lage sind.

**Wie kannst du sie bei dieser Gewissheit unterstützen?**

Ich versuche immer wieder, ihnen die Natur vor Augen zu führen. Das ganze Leben ist ein Prozess und wir sind ein Teil davon. Auch ein Baum muss erst wachsen und gross werden, bis er Früchte trägt. Der Prozess ist ja nicht eigentlich Gebären, sondern Mutter-werden. Ich vergleiche das gern mit einem Jetlag: Wenn ich im Flugzeug verschiedene Zeitzonen überfliege, bekomme ich ein Jetlag. Genauso kann es sein, dass wir beim Gebären nicht nachkommen, weil wir Schritte überspringen. Wir müssen uns langsam in den Prozess reingeben. Lange Zeiten sind dabei nicht negativ, denn viele Dinge brauchen einfach Zeit, um sich zu entwickeln.

**Kannst du selber gut warten?**

Ja, sonst wäre ich am falschen Ort. Ich kann gut Zeit geben und Dinge sich entwickeln lassen.

**Und für dich selber?**

Ich habe schon Ziele im Kopf, was ich noch machen und erreichen möchte. Und dann fügen sich im Leben manchmal die Ziele und der rechte Zeitpunkt zusammen. Solange meine Kinder noch klein waren, war die Zeit für manches einfach noch nicht da. Aber irgendwann kommt der Moment, wo man erkennt: Ja, jetzt kann ich etwas Neues gestalten und realisieren. Ich finde es sehr spannend die Entwicklungen mitzumachen, die das Leben einem bietet. Ich habe z.B. im letzten Jahr das Wirtinnen-Patent gemacht und im Sommer werde ich, in einem Berggasthof Leute bewirten. Nach 30 Jahren Hebammentätigkeit, finde ich diese immer noch wunderbar, doch mal in einen ganz anderen Bereich eintauchen, das reizt mich. So hoffe ich, im Sommer Leute bewirten zu können und im Winter weiter als Hebamme tätig zu sein. Darauf freue ich mich schon.

**Damit etwas Neues entstehen kann, muss man loslassen. Siehst du das auch so?**

Ja, Loslassen ist bei der Geburt natürlich wichtig. Aber gleichzeitig ist es auch ambivalent: Einerseits wollen die Frauen, dass das Kind auf die Welt kommt. Aber was kommt dann? Das Neue, das auf einen zukommt, kann auch beängstigend sein. Bei der Geburt merkt man: Wenn die Frauen noch zu kopflastig daran gehen, können sie nicht loslassen. Sie müssen sich mit dem Prozess treiben lassen und mitgehen. Die Natur hilft dabei mit vielen Hormonen. Dann ist die Frau irgendwann ganz bei sich und der Geburt und dann kann sie auch loslassen.

**Du begleitest viele Familien in einem sehr wichtigen und prägenden Moment. Fällst es dir manchmal schwer diese Beziehung wieder zu lösen und loszulassen?**

Ich empfinde es als eine Ehre, ein Teil von diesem intimen Geschehen sein zu dürfen. Aber ich habe keine Mühe, sie dann wieder loszulassen. Das ist eine Frage von Nähe und Distanz. Mein Ziel ist es, dass die Familien selbständig werden und mich nach dem Wochenbett nicht mehr brauchen. Manchmal entwickelt sich daraus auch eine tragende Freundschaft.

**Neues Leben zur Welt bringen ist Frauensache. Aber welche Rolle spielen die Männer dabei?**

Für die Männer kann es tatsächlich genauso schwer sein wie für die Frauen, zumindest psychisch. Mit der Geburt wird ein Paar Eltern, beide gehören dazu und verändern sich. Es ist wichtig, den Männern das Gefühl zu geben, dass sie gebraucht werden: Mit ihrer Nähe, ihrer Zuwendung, ihrer Präsenz. Wie genau das aussieht, ist natürlich von Paar zu Paar unterschiedlich.

**Woher nimmst du das Vertrauen, dass die nächste Geburt gut verläuft?**

Ich hoffe immer das Beste. Ich bin ein grundlegender Optimist. Wenn ich dem Ganzen Zeit lasse, kommt das meistens gut. Das überträgt sich auf die anderen. Natürlich gehören auch Erfahrung und Wissen dazu. Ich kenne meine Möglichkeiten und meine Grenzen. Damit kann ich erkennen, wann etwas nicht mehr gut ist und wann ich etwas ändern muss. Oft ist es auch ein Gefühl, eine Intuition vorhanden, die mich aufhorchen lässt.

**Und wenn es nicht gut geht?**

**Wie gehst du mit dem Scheitern um?** Es gibt Grenzen des Machbaren. Die Frage stellt sich, ist es wirklich scheitern, oder eine Ohnmacht, der wir ausgeliefert sind. Dann braucht man Hilfe von aussen.



von Hebammenkolleginnen zum Beispiel. Aber auch meine Familie ist da sehr wichtig. Ich brauche ein Netz, von dem ich weiss: Da werde auch ich getragen. Und die Betreuung der Klienten geht ja auch nach einer schlimmen Geburt weiter und hört nicht einfach auf.

**Wo kannst du neue Kraft schöpfen?**

Ich brauche die Natur zu den verschiedenen Jahreszeiten. Sei es, dass ich im Garten arbeite oder draussen laufe und frische Luft schnappe. In der Natur kann ich auftanken.

## EDITORIAL

Frühling – die Natur erwacht zu neuem Leben und wir mit ihr. Balkonkästen werden bepflanzt, Fenster geputzt und Diäten für die Bikini-Figur begonnen. Wir tanken Frühlingssonne und geniessen, dass um uns herum alles einen neuen Anfang wagt. Die Vögel spüren instinktiv, dass es Zeit für den Nestbau ist. Wofür ist es Zeit in Ihrem Leben? Gibt es etwas, das wächst und neue Formen annimmt? Eine Idee, die geboren werden will? Ein Projekt, das langsam Gestalt gewinnt? Oder können Sie vielleicht Geburtshilfe leisten bei Entwicklungen, die anderswo entstehen? Wir haben eine Spezialistin für Geburtshilfe befragt. Lassen Sie sich von ihr zu Neuem inspirieren!

PFN MICHAELA SCHÖNBERGER, BELP

In der Natur und den Pflanzen steckt viel Kraft, die ich z.B. mit Tees, Homöopathie oder Ölen nutzen kann. Ich staune immer wieder, was es da alles gibt.

**Du warst dreieinhalb Jahre als Dorfhebamme mit deiner Familie in Papua Neuguinea. Was waren wichtige Erfahrungen in dieser Zeit?**

Dass man mit viel, viel weniger leben kann und das Leben trotzdem gut ist.

**In einem Bericht beschreibst du eine traditionelle Geburt mit Blick auf die tropische Idylle, inklusive Meeresrauschen, aber auch grunzende Schweine, die unter dem Stelzenhaus das Fruchtwasser aufschlabbern.**

Ja, man ist dort sehr nah bei allen Kreaturen! Auch das war eine wichtige Erfahrung: An einem Ort und in einer Kultur fremd zu sein. Wir durften einerseits erleben, dass wir als Fremde sehr offen willkommen geheissen wurden, aber auch, dass wir uns durch unsere Arbeit und unseren Umgang Akzeptanz verdient haben. Genauso wie wir sie umgekehrt akzeptiert haben.

DAS INTERVIEW FÜHRTE PFN MICHAELA SCHÖNBERGER, BELP

