

Neues Angebot in Bubikon

Mann leitet Geburtsvorbereitungskurs

Gebären ist Frauensache, würde man meinen. In einem neuen Geburtsvorbereitungskurs in Bubikon referiert aber ein Mann zum Thema Geburt.



Tanja Bircher Mittwoch, 21. August 2019, 15:10 Uhr



Michael Kuhnen (Coach), Rebekka Erdin (Hebamme), Melanie Trentini (Stillberaterin) und Christina Landis (Therapeutin)

Christian Merz

Das Wichtigste in Kürze

- In Bubikon gibt es ab September einen neuen Geburtsvorbereitungskurs
- Die vier Module Geburt, Elternsein, Wochenbett und gelassener Alltag werden behandelt
- Unter den Kursleitern ist ein Mann und eine Schwangere

Wer einen Geburtsvorbereitungskurs im Oberland besuchen will, stösst auf eine grosse Auswahl. Abgesehen von etlichen privaten Anbietern, stellt auch das GZO Spital Wetzikon, das Geburtshaus Zürcher Oberland und die Hebammenpraxis Rapperswil solche Kurse zur Verfügung. Dennoch haben nun vier Bubiker ebenfalls einen neuen Geburtsvorbereitungskurs ins Leben gerufen. «Und zwar um den bestehenden Markt mit einem Angebot mit ganz besonderem Fokus zu ergänzen.»

Das zeige bereits ihr Motto: «selbstbestimmt, bedürfnisorientiert, anders.» Aussergewöhnlich sei auch ihre Zusammensetzung: Eine Hebamme, eine Stillberaterin, eine Therapeutin und ein Coach. «Ja, ein Mann», bestätigt Rebekka Erdin. Sie habe unbedingt einen Mann im Team gewollt. Als Hebamme stelle sie immer wieder fest, wie wichtig der Mann sei. Sie höre aber auch oft Witze über Geburtsvorbereitungskurse. «Es heisst dann, der Mann werde mitgeschleppt oder er müsse jetzt noch «lerne schnuufe».» Ihnen sei es wichtig, einen Kurs anzubieten, der auch für Männer attraktiv sei.

Das Zwischenmenschliche und das Elternpaar

Der Hahn im Korb heisst Michael Kuhn. So fühle er sich aber nicht, sagt der Coach. «Ich bin einfach ein Teil dieser Gruppe.» Erstaunte Gesichter unter den Teilnehmern erwarte er nicht. Sie wüssten ja bereits bei der Anmeldung, dass ein Mann mit von der Partie sei. «Vielleicht haben sie ja genau aus diesem Grund eines meiner Module gebucht.»

Insgesamt werden vier Module angeboten: Geburt, Eltern- und Paarsein, Wochenbett und gelassener Alltag. Er leite die ersten zwei. Es sei aber nicht so, dass er den Schwangeren etwas über die Geburt erzähle, was er selbst nicht erlebt habe. «Zum Stillen oder zur Mechanik des Gebärens kann ich wirklich keine Tipps geben.» Rund um die Geburt gebe es aber sehr viele Themen, die das Zwischenmenschliche, das Elternpaar betreffe. «Dazu kann ich sowohl als Vater und als auch als Coach etwas Wertvolles beitragen.»

Aus erster Hand

Er könne als Mann besonders gut explizit auf die Bedenken und Fragen der werdenden Väter eingehen: «Welche Rolle nehme ich während der Schwangerschaft ein? Wie gehe ich mit der Hilflosigkeit während der Geburt um? Oder was erwartet die Frau von mir?» Auch wie sich die Schwangerschaft und später ein Kind auf die Beziehung auswirkten, wisse er aus eigener Erfahrung.

Die Therapeutin Christina Landis kann während des Geburtsvorbereitungskurses ebenfalls aus erster Hand erzählen. Sie ist derzeit selbst schwanger. «Dass die Schwangerschaft mit dem Kurs zusammen fällt, war nicht geplant sondern ein lustiger Zufall.» Die Stillberaterin Melanie Trentini lacht. «Das machen wir ab jetzt bei jedem Kurs so. Obwohl, mit Michael könnte das noch schwierig werden.» Gemeinsam haben die vier Kursleiter elf Kinder im Alter von zwei bis elf Jahren. «Wir wissen also alle, wovon wir sprechen.»

Die wichtigen Fragen

Der Kurs erstreckt sich über fünf Abende und ist für maximal 16 Teilnehmer geeignet. Während des Startmoduls, das an zwei Daten stattfindet, informieren die vier Bubiker zunächst über die vier Module. «Wir leiten die werdenden Eltern zudem dazu an, sich mit ihren Bedürfnissen für die Vorbereitung auf die Geburt und das Familienleben auseinanderzusetzen. Danach kann jeder selbst entscheiden, was er braucht, was ihn interessiert und wer von uns ihm am besten passt», sagt Erdin. Frontalunterricht werde es an keinem der Abende geben. Auch die berüchtigten Atemübungen mit pustenden Frauen und genervten Männern, wie man aus den Filmen kenne, seien nicht vorgesehen.

«Wir machen Postenläufe, Workshops und diskutieren im Plenum.» Die Eltern sollten sich mit dem Weg auseinandersetzen, den sie gehen wollten, so Trentini. «Wir wollen die Paare dazu inspirieren, sich mit den wichtigen Fragen auseinanderzusetzen: Was erwartet uns? Wie wollen wir damit umgehen? Was ist uns wichtig? Was darf auf keinen Fall fehlen?»

Noch Plätze frei

Erdin sagt, es gebe kein Richtig und Falsch. «Wir erteilen auch keine Ratschläge, sondern regen zum Austausch an.» Natürlich würden konkrete Fragen geklärt. Aber sie wollten die Teilnehmer nicht mit Informationen zuschütten, die sie auch im Internet nachlesen könnten. «Sie sollen sich mit dem Thema befassen.»

Ein bisschen nervös seien sie so kurz vor dem Start trotz der gemeinsamen Überzeugung. Auch weil sich das grosse Angebot in der Region leider bemerkbar mache. Einerseits hätten sie von Seiten der Spitäler negative Reaktionen auf ihre Idee erhalten. «Wir machen ihnen halt Konkurrenz.» Andererseits schlage sich die Vielzahl an Kursen auch in den Anmeldungen nieder. «Wir haben noch einige Plätze frei.» Wie viele wollen die vier Bubiker nicht sagen. Sie verrieten dafür ihr gemeinsames Ziel, sagt Landis. Es klinge etwas hochgestochen, bringe ihre Vorstellung aber auf den Punkt: «Wir wollen Menschen bedürfnisorientiert ins selbstbestimmte Elternsein begleiten.»

Kursstart im Herbst

Das Startmodul findet zweimal statt: Am Montag, 2. September, und am Samstag, 7. September. Die Module 1 bis 4 finden an vier Abenden im September und Oktober statt. Anmelden kann man sich unter: die-geburtsvorbereitung.ch.