

## Bericht über meine Geburtsbegleitung im Hebammenhaus Bayreuth

Hallo, mein Name ist Raphael,

Geboren wurde mein Sohn Leon am 8.5., zwei Tage nach dem errechneten Geburtsdatum. Ich durfte und wollte meine Frau optimal unterstützen. Angefangen hat es mit den Vorbereitungsgesprächen. Besonders unsicher war ich mit den Themen: „Wann fahren wir los?“, „Was ist meine Rolle während der Geburt?“ und „Wie kann ich meine Frau wirklich unterstützen?“. Hier gaben uns Friederike und Cordula Bücher wie „Hypnotbirthing“ und „die Hebammensprechstunde“ zur Hand. Das war eine große Hilfe!

Gegen 6 Uhr am Morgen kamen wir relativ entspannt im Hebammenhaus an. Nun kamen 4 Stunden auf mich zu, die ich als „Besonders“ bezeichnen würde. Ich wurde hier wahr- und als Teampartner aufgenommen. Auf die Mitverantwortung, für meine Frau und eine gelingende Geburt, war ich ein bisschen stolz. Sehr gut hat mir die freilassende und liebevolle Art vom Hebammenteam gefallen. Übrigens gab es ein paar Momente, in denen mir die Tränen kamen. Geholfen hat mir, dass ich mir innerlich sagte: „Du bist nicht für dich, sondern für deine Frau hier.“ Optimal kann ich sie ja nur im Hier und Jetzt unterstützen. Meine Hauptaufgaben waren: Händchen halten, Wassertemperierung (Pool), Alle Gedanken meiner Frau lesen und ggfls. übersetzen. Übrigens war mir nicht bewusst, dass ich auch die kommenden Monate stets auf die Versorgung mit Getränken achten würde...

Plötzlich kann ich verstehen warum mir vorher niemand erklären konnte was auf mich zukommt, denn das musste ich selbst erleben.

Bemerkenswert fand ich, dass es keine Verletzungen bei meiner Frau gab und dass dieses Wunder für unsere Familie nun ein fester Bestandteil unseres Erfahrungsschatzes ist.

Danke an Friederike und Cordula für den Raum den Ihr bietet!