

Vorwort

Ich schreibe diese Zeilen mit schwerem Herzen, aber entschlossenen Händen, in der Hoffnung, Licht in die dunklen Ecken unseres Gesundheitssystems zu bringen. Dass es in medizinischen Institutionen immer wieder zu Machtmissbrauch und Formen von Gewalt kommt, ist so lange unvorstellbar, bis man selbst damit konfrontiert wird. Gewalt während der Geburt, nicht ausreichende Aufklärung während der Schwangerschaft und unmenschliches Verhalten von Fachkräften sind reale Tatsachen. Betroffene, egal ob Hebammen wie ich oder Gebärende und ihre Familien, bekommen oft das Gefühl vermittelt, es sei notwendig gewesen, so mit ihnen umgegangen zu sein, es sei normal und medizinisch indiziert. Machtmissbrauch ist niemals medizinisch korrekt, in keinem Szenario, auch nicht im Notfall. »Geburtshilfe ist halt so.« – Das ist ein Satz, den ich nicht nur einmal in meiner Karriere gehört habe, und ich schreibe dieses Buch vor allem, um zu sagen: Nein, es ist nicht normal, dass Geburtshilfe gewaltvoll ist.

Zudem möchte ich dazu ermutigen, sich nicht von Menschen beeinflussen zu lassen, die auf eine Art und Weise mit anderen umgehen, von der wir instinktiv wissen, dass sie falsch und zutiefst respektlos ist. Wir können uns jederzeit für einen anderen Weg entscheiden. Innerhalb meines Werdegangs ist genau diese Erkenntnis die wertvollste. Als Hebamme erinnere ich mich jeden Tag daran, dass ich als Fachkraft eine Verantwortung dafür trage, wie ich mit den Menschen in meiner Betreuung umgehe. Das gehört für mich zur Berufsethik. Mein Bewusstsein dafür hat sich während der Arbeit in verschiedenen Kliniken entwickelt, als ich sehen musste, wie oft menschliches Handeln zu kurz

kommt. Egal ob als werdende Hebamme in der Klinik oder heute als freiberuflich arbeitende Hebamme, mir begegnen immer wieder traumatisierte Frauen, Neugeborene und Familien. Diese Zustände in der Geburtshilfe dürfen wir nicht akzeptieren und auf gar keinen Fall weiterhin tolerieren. Seit einigen Jahren setze ich mich tagtäglich für Veränderung im System und für die Aufklärung der Gesellschaft ein. Dabei liegt mir besonders die Arbeit in den sozialen Medien als Content Creatorin, Podcasterin und Speakerin am Herzen. Ich hatte das Privileg, 2023 Vize Miss Germany werden zu dürfen und über diese Plattform die Themen der Geburtshilfe noch weiter in die Öffentlichkeit zu tragen. Die Zeit für Veränderung ist jetzt gekommen. Die Geburtshilfe befindet sich im Umbruch, dafür sorgen einige meiner Kolleginnen und Kollegen und betroffene Frauen genauso sehr wie ich.

Dazu brauchen wir Wissen, denn Wissen bedeutet Aufklärung, und Aufklärung bringt uns die Fähigkeit, selbstbestimmt zu handeln. Der erste Schritt dahin ist, dass wir anfangen zuzuhören und nicht die Augen verschließen vor dem, was in unseren Kreißsälen leider zu häufig passiert. Das ist es, was dieses Buch an Veränderung bringen soll. Es geht darum, all das aufzuzeigen, worüber die wenigsten sprechen. Es sind Zeilen, die uns zum Nachdenken bringen und uns allen das Bewusstsein darüber geben sollen, dass wir der Schlüssel zum Wandel sind. Jedes Kapitel, jede darin enthaltene Erfahrung soll dazu anregen, mehr zu hinterfragen und für uns selbst einzustehen. Auch wenn noch viele Hürden vor uns liegen, sind es die betroffenen Frauen, Kinder und Familien sowie jene Hebammen und Ärzte, die jeden Tag Hand in Hand menschliche und wissenschaftlich fundierte Arbeit leisten, die es verdient haben, dass wir für sie die notwendige Veränderung bewirken. Der Teil unserer Gesellschaft, der anderen Menschen Gewalt antut, auch im medizinischen Umfeld und besonders während der Geburt, darf auf keinen Fall die Überhand gewinnen und das verzerrte

Bild der Geburtshilfe, so wie wir es leider zu oft erleben, weitertragen. Wir sind so viel stärker, als wir häufig denken, und genau daran sollen meine Zeilen erinnern. Wir können und müssen Veränderung bewirken. Es sind unsere Mütter, die diesen Missbrauch durchleben mussten, wir selbst oder vielleicht Familie oder Freunde. Aber hier muss Schluss sein. Die Geburt eines Menschen ist ein Wunder, und solch ein Wunder will geschützt werden, damit unsere Kinder sicher und liebevoll geboren werden können.



Gewalt in der Geburtshilfe – Der grausame Alltag

Wenn wir einen positiven Schwangerschaftstest in Händen halten, ist das ein ganz besonderer Moment. Er leitet eine sehr intensive und emotionale Zeit ein, in der viele Fragen auftauchen, die geklärt werden wollen. Wir stellen uns gedanklich auf die kommenden Monate der Schwangerschaft und auf die Geburt ein, rechnen aber nicht damit, dass wir in diesem Zusammenhang womöglich mit Gewalt und traumatisierenden Erlebnissen konfrontiert werden. Ich wünschte, ich könnte das Versprechen geben, dass keine Frau dem jemals begegnen wird. Der Start ins Leben und das Mutterwerden sollten bunt und schön, voll Liebe und Emotionen sein. Neue Herausforderungen und auch Höhen und Tiefen erwarten uns, die jeden Tag aufs Neue angegangen und gemeistert werden wollen. Elternwerden ist facettenreich, und unabhängig davon, wie gut oder schlecht es gerade läuft, sollten wir niemals mit Gewalt konfrontiert werden. Es ist das Grundrecht auf körperliche Unversehrtheit und den Erhalt der menschlichen Würde, welches bei jedem Kontakt mit anderen Menschen die Basis darstellt. Dies gilt genauso im medizinischen Bereich.

Als Schwangere, Gebärende oder Mutter mit Kind legen wir unsere Gesundheit und die des Kindes in die verantwortungsvollen Hände von Fachkräften, welche immer nach bestem Wissen und Gewissen handeln und respektvoll auf Augenhöhe beraten. Das klingt erst mal sinnvoll und vor allem selbstverständlich. Doch der Schein trügt oft und die Realität ist eine andere. In der Geburtshilfe ist eine von vornherein wohlwollende Betreuung leider nicht selbstverständlich, denn circa jeder zweiten Frau wird Gewalt während der Geburt angetan. Das zeigen aktuelle Erkenntnisse aus dem Jahr 2020, die die psychologische Hochschule in Berlin veröffentlicht hat.

Die ersten Fragen, die uns hierzu in den Kopf kommen, sind natürlich: »Wie kann das sein?« und »Was bedeutet Gewalt während der Geburt überhaupt?«. Dieses Buch und

damit auch meine persönliche Geschichte stecken voller Ehrlichkeit, Trauer, Liebe und vor allem Wissen und Aufklärung über diese so absurde, aber reelle Thematik. Ich werde genau diese Fragen beantworten und ich werde zeigen, was auf gar keinen Fall zu einer sinnvollen Geburtshilfe dazugehört. Wir alle können und müssen Teil einer Bewegung werden, die sich für die Rettung der Geburtshilfe einsetzt, die den Selbstwert von Frauen nicht mehr als Bedrohung ansieht, sondern feiert und fördert, damit am Ende Selbstbestimmtheit die Entscheidungen der werdenden Mutter leiten kann.

Ich habe als Hebamme bereits viel erlebt, Gutes und Schlechtes. Gerade bei den negativen Erlebnissen, bis hin zu denen, die mich in meiner Menschlichkeit erschüttert haben, kam in mir immer wieder die Frage auf, wieso solche Grausamkeiten passieren. Jeder einzelne Fall von Gewalt an Frauen während der Geburt ist erschütternd und falsch, doch trotzdem bin ich überzeugt davon, dass es einen Sinn hatte, dass genau ich das miterleben musste. All die furchtbaren Ereignisse, die leider auch ein Teil meiner Arbeit waren und sind, bekommen einen Sinn dadurch, dass ich dafür kämpfe, unsere Zukunft der Geburt zu verbessern und wieder menschlich und sicher zu gestalten. Ich schreibe, um Veränderung zu schaffen, um von all dem zu erzählen, worüber andere schweigen und vor dem sie die Augen verschließen. Wir müssen wieder daran erinnert werden, wie stark wir sind, wenn wir nicht alleine, sondern in der Gemeinschaft handeln. Diese Stärke des Zusammenhalts ist es, was unser Miteinander ausmacht. Dieses Buch ist voller Seiten, die neue Chancen und Möglichkeiten beinhalten, damit wir lernen, zu hinterfragen und bei unseren individuellen Bedürfnissen zu bleiben. Das Wissen über den Machtmissbrauch auf Geburtstationen soll verhindern, dass wir als Gebärende Opfer eines geburtshilflichen Systems werden, das uns misshandelt und fallen lässt, als wären wir lediglich eine

fremde anonyme und wertlose Patientennummer. Wir stehen vor der Entscheidung, selbstbestimmt für uns und unser Kind zu sorgen und aufzupassen, anstatt uns blind einem System hinzugeben, dem wir nicht immer vertrauen können.

Ich kann dabei nicht oft genug betonen, dass ich hier explizit die Arbeitsweisen von Hebammen und Ärzten thematisiere, welche aktiv Gewalt in der Geburtshilfe anwenden, egal ob bewusst oder unbewusst. Es gibt genauso viele und hoffentlich bald noch viel mehr Fachkräfte in diesem Bereich, die so wie ich versuchen, die Geburt natürlich und selbstbestimmt zu halten, damit Mutter und Kind sich immer in Sicherheit fallen lassen können und aufgefangen werden, anstatt angegriffen und verletzt zu werden.