



Die Geburt als gemeinsames Erlebnis

Die **Geburt** Ihres Babys wird der Beginn einer großen Liebe sein - zwischen Ihnen und Ihrer Tochter oder Ihrem Sohn. Für die meisten Väter handelt es sich dabei um ein unvergessliches Erlebnis. Je besser vorbereitet die **Väter** in das Abenteuer „**Geburt**“ gehen, umso mehr unterstützen Sie Ihre Partnerin. Sie fühlt sich geborgen und sicher. Außerdem werden Sie als Paar noch mehr zusammengeschweißt. Kein Wunder - immerhin haben Sie diese Ausnahmesituation gemeinsam gemeistert und sind zusammen mit dem Neugeborenen zu einer Familie geworden.

Was aber, wenn Sie während der **Geburt** das Gefühl haben, Sie schaffen das nicht oder ähnliches? Tatsächlich kommt das äußerst selten vor, obwohl immer wieder von den schwächeren Vätern berichtet wird. Sie können ja entscheiden, was Sie sich selbst zutrauen und Ihre Partnerin hat sicher Verständnis, wenn Sie kurz mal raus gehen. Am besten, Sie sprechen im Vorfeld mit befreundeten Vätern, die dieses Erlebnis schon hatten.

Werdende Väter können Ihre Partnerin während der Geburt unterstützen.

Natürlich werden Sie Ihre Partnerin während der **Geburt** in einer Extremsituation sehen, so haben Sie sie noch nie erlebt. Ganz wichtig ist es, vorher abzuklären, was sie sich von Ihnen erwartet und wünscht, damit Sie wissen, welche Aufgaben Sie wirklich übernehmen können.

Forschungen haben ergeben, dass **Väter**, die bei der **Geburt** dabei waren, sicherer mit dem Neugeborenen umgehen, ihre Kinder öfter wickeln, tragen oder mit ihm spazieren gehen und generell mehr Zeit mit dem Kleinen verbringen.

Nicht jeder Vater muss bei der Geburt dabei sein.

Nun, wenn Sie aber nach all dem „Für“ zum Thema Geburtsbegleitung noch immer das Gefühl haben, dass Sie nicht direkt im Kreißaal dabei sein möchten, dann reden Sie mit Ihrer Partnerin früh genug darüber, damit Sie sich um einen Ersatz als Begleitung kümmern kann.

Manchmal passiert aber auch das Gegenteil: Die werdende Mutter wünscht sich von vorne herein eine andere Begleitung, wie z.B. die Schwester oder die Mutter. Sie werden sich sicher so arrangieren, dass alle zufrieden sind, am wichtigsten ist aber natürlich, dass die Gebärende sich wohl fühlt.

Autor: Redaktion / Andrea

Weitere Artikel, die Sie interessieren könnten:

- ▶ Schmerzfreie Geburt
- ▶ Erste Wehen - die Geburt beginnt
- ▶ Papa´s Aufgaben bei der Geburt

zum Artikel Die Geburt als gemeinsames Erlebnis