

HEBAMME SABINE ANTONIA STAFFLER



AM HAUS 22

Warum ich Hebamme bin...

Kinder achtsam ins Leben begleiten,
das ist es.

Ihre Hände berühren als erstes. Ob in der Schwangerenvorsorge, bei einer Geburt oder bei der Pflege eines Säuglings. Nach einem ersten Lächeln, sind es ihre Hände, die achtsam und sanft Kontakt aufnehmen. Sich vertraut machen. Ein Gespräch mit der Waldviertler Hebamme **Sabine Antonia Staffler**, die mit ihrem Handwerk vertraut ist.

Wie begann es mit der Hebammenarbeit?

Den Anfang zu finden... das war wohl ein einziger Augenblick. Eine Idee, ein Gedanke: Ich wollte Hebamme sein. In meinen Vorstellungen eine dieser weisen alten Frauen, die das Leben kennen. Doch ich war noch so jung und auch mit der Weisheit war und ist das so eine Sache.

Und welche Schule sollte mir da weiterhelfen?

Also war mir klar, ich muss das Leben mit Kindern kennen lernen. Ihre Entwicklung, ihre Sorgen und Freuden, ihre Art die Welt zu sehen. Ich wollte auf keinen Fall studieren, ich wollte arbeiten. So begann ich meinen Weg in einer großen Kinderarztpraxis, angeschlossen an die Frauenklinik München West und lernte den Beruf der Arzthelferin Fachbereich Kinderheilkunde und Kinderkrankenschwester.

Und dann bist du Hebamme geworden?

Noch immer nicht. Ich wollte den Menschen jetzt genauer kennen lernen und ich habe doch studiert. An der Technischen Universität München, Freising-Weihenstephan:

Biochemie/Ernährungswissenschaften mit dem Abschluss Diplom Ökotrophologin Univ.

Sowohl während meines Studiums arbeitete ich in verschiedenen internistisch naturheilkundlichen Praxen vom Norden Deutschlands bis nach England, über Israel nach Indien. Ich lernte neben der traditionellen chinesischen Medizin und dem Zen-Buddhismus vor allem auch die alte indische Kultur und die ayurvedische Medizin kennen.

Und bei meinen zahlreichen Aufenthalten in Indien kam ich wieder zu meinem Ursprungswunsch: Ich arbeitete in einer ayurvedischen Geburtsklinik und dann war es klar.

Du hast in Indien gelernt?

Ja einiges, aber meine Hebammenausbildung habe ich zurück in Österreich an der Fachhochschule Krems gemacht, an der ich auch heute noch im Studiengang Hebammen, in der Frauen- und Familiengesundheit als Lehrende tätig bin. Dann arbeitete ich in den Kreisszimmern der Krankenanstalt Rudolfstiftung, im AKH Wien und in niederösterreichischen



KLEINE SAMEN



YOGA IN INDIEN

Landeskliniken. Das war natürlich ganz anders als in Indien. Obwohl es nichts anderes war: eine Geburt.

Eine Geburt hat also in jedem Land ihre Tradition?

Die kulturellen Unterschiede prägen nicht nur das Leben in einem Land, sondern immer auch den Anfang eines Lebens. Es ist die Art wie wir den Menschen und das Leben sehen, so begleiten wir auch den Beginn. Doch es sind nicht nur die Kontinente und Länder, sondern auch jede Frau und jede Hebamme, alle haben ihre eigene Geschichte. Und diese Geschichten sind es, die uns so individuell erleben lassen.

Kennst du als Hebamme die Geschichten der Frauen, bevor sie mit deiner Begleitung gebären?

Immer nur ein paar Kapitel der Geschichte oder manchmal auch nur einige wenige Seiten einer Biographie. Je nachdem wie lange und wie gut ich die Frauen kenne. Die Frauen entscheiden selbst, was sie mit mir teilen. Doch Offenheit ist ein guter Schlüssel für eine Geburt.

Gibt es so einen Geburtsplan, ein paar Grundsätze, die es zu beachten gilt für eine Familie, für eine Frau auf dem Weg zu ihrer Geburt?

Ja, das wäre schön. Doch das ist es eben, was diesen Beruf so wunderschön und zugleich so unberechenbar macht. Es gibt diese Atemtechniken, diese Körperarbeit, die so unersetzlich sind. Doch die Kraft, mit der wir Frauen gebären ist nicht nur eine körperliche, auch alles Innere, wo wir nicht so einfach hinschauen können spielt seine Rolle. Ich bin mir heute sicher, es gibt dieses Gerüst, auch für uns Hebammen gibt es dieses handwerkliche Können, dieses medizinische Wissen, mit dem wir unseren Beitrag leisten, mit dem wir die Möglichkeiten schaffen, dass

eine Geburt für das Kind, für die Mutter, für die ganze Familie eine bereichernde innigste Erfahrung sein darf. Es sind jedoch so viele Einzelheiten, winzige Kleinigkeiten, die wir nicht alle beeinflussen können, so dass eine jede Geburt auch immer ein Geschenk ist.

Was macht für dich eine gute Hebamme aus?

Ich sehe mich als Beobachterin, ich sehe mir immer wieder die Frau an, die Situation. Natürlich auch immer mit der zur Verfügung stehenden Technik wie der Herztonüberwachung des Kindes, aber das ist es nicht allein. Das Wissen und meine Erfahrungen sind eine Basis, aufgrund derer ich entscheide. Diese Entscheidung ist es, ob ich Beobachterin bleibe oder ob ich handeln muss. Die Situationen, in denen wir handeln müssen sind viel seltener als wir glauben.

Heißt das, dass wir in der heutigen Geburtshilfe zu schnell eingreifen?

Das heißt, dass wir Wissen verbunden mit heutiger Technik nur dann gut einsetzen können, wenn wir die Frau in all ihren Reaktionen sehr gut kennen. Noch besser ist es, wenn sich die Frau selbst gut einschätzen kann. In der Geburtsvorbereitung können wir uns diesen individuellen Ressourcen nähern. Und zuletzt bleibt eine Geburt für die Frau immer auch ein großes Stück Mut, Hingabe und Vertrauen. Vertrauen vor allem in sich selbst und ein Wohlbefinden inmitten der Menschen, die sie durch die Geburt begleiten.

Es sind die schönsten Geburten, wenn alles, was ich beurteilen kann in Ordnung ist und ich miterleben darf, wie die Frau ganz bei sich und ihrem Kind ist.

Gibt es Geburten an die du dich gerne erinnerst?



FÜRSORGE

Im Moment der Geburt ist immer wieder eine so ganz eigene Stille, wie ein Atem anhalten in diesem kurzen flüchtigen Augenblick. Das ist eine sehr besondere Situation. Es sind diese ruhigen Geburten, die ich mag und es gibt wunderbar stürmische Geburten. Ich erinnere mich gerne an eine Afrikanerin, die während der gesamten Wehenzzeit tanzte und sang. Und als sie dann ihren herrlich kräftigen Buben in Armen hielt, fing sie an, ganz leise, eines der inigsten Wiegenlieder zu singen, das ich je gehört habe. Diese Präsenz und Achtsamkeit dieser Mutter bewegt mich noch heute.

Achtsamkeit bedeutet dir in deinem Beruf sehr viel?

Ja, Kinder achtsam ins Leben begleiten, das ist es, warum ich Hebamme bin. Die Geburt ist das erste sehr prägende Ereignis. Und es ist so wunderbar, dass die Geburt oft auch ganz bezeichnend ist, ein erstes Bild gibt von dem kleinen Wesen, das da auf die Welt kommt. Und dann sind es die vielen ersten Momente im Leben mit einem Kind, die wir als Erwachsene, als Eltern meistern. Eine Begleitung und Unterstützung in dieser Zeit ist für die Familien sehr wertvoll. Es ist dabei nicht nur die Pflege oder die Ernährung wichtig. Die Gesellschaft, das Umfeld prägen ein Kind.

Wir sind es, die Erwachsenen, die durch uns selbst einen geborgenen Raum schaffen können, für unsere Kinder.



WENIGE TAGE ALT

HEBAMME SABINE ANTONIA STAFFLER

Dipl.oec.troph.Univ. Sabine Antonia Staffler, B.Sc.

Hebamme, FH Krems
Biochemikerin & Ernährungswissenschaftlerin, TU München
Kinderkrankenschwester, Fachschule München
Prenatal & Postnatal Yoga Teacher, Yoga Alliance India
Waldorfkindergartenpädagogin, Wien
Lehrende im Studiengang Hebammen, FH Krems

Die Fragen stellte ein guter Freund.
Berlin, Spätsommer 2017

MEINE FORTBILDUNGEN IM GEBURTSHILFLICHEN MEDIZINISCHEN BEREICH

„Die moderne Geburtshilfe“ – im Spannungsfeld zwischen Risikoprävention und Risikodisposition
(mit Dr. Sven Hildebrandt, Dresdner Akademie für individuelle Geburtsbegleitung)

„New Born Life Support“ – Von der Versorgung bis zur Reanimation des kritisch kranken Neugeborenen, Atemwegsmanagement, Gefäßzüge, Medikamente
(zertifiziert vom European/Austrian Resuscitation Council an der Johanniter-Unfall-Hilfe Wien)

„Notfälle in der Geburtshilfe“
(mit Hebamme Christiane Schwarz, MSc, Hannover)

„Anwendung anthroposophischer Arzneimittel“ – in Gynäkologie & Geburtshilfe
(bei der Firma Weleda, Schwäbisch Gmünd)

„Ätherische Öle“ – Aromatherapie
(Vorlesungszirkel am Klinikum Biederstein der Technischen Universität bei Prof. Dr. Wabner, München)

„Aromapflege – Wickel, Auflagen, Kurzmassagen, Bäder“ – Schwangerschaft bis Wochenbett & Kinderheilkunde
(mit Ursula Uhlemayr, zertifiziert von der Primavera Akademie Aromatherapie, Oy-Mittelberg im Allgäu)

Beikost – in Theorie & Praxis
(am River Cottage, Axminster, United Kingdom & Andrah Pradesh, Indien)

„Balneologie, Peloidkunde, Heu-/Thalassotherapie & Sassi dei Vulcano“
(Praxisseminare an der Reiteralm, Ausbildungszentrum der Haslauer GmbH, Ainring)

„Traditionelle abendländische Heilkunst – Alchemie & Spagyrik“
(Praxisseminare bei Natura Naturans – Traditionelle Abendländische Medizin, München)

„Rhythmus trägt Leben – Wirkungsweisen Rhythmischer Einreibungen“
(bei Daniela Zahl, Hebamme & Anleiterin für rhythmische Einreibungen, Teltow)

„Die Kunst der feinen Naht“ – Professionelle Behandlung von **Geburtsverletzungen**
(bei Dr. Sara Kindberg, Aarhus, Dänemark)

Fachkurs „Anthroposophische Frauenheilkunde“

*Der Beckenboden

*Gebären & Geboren werden – Erste Lebenstage

(ab September 2018 am Gemeinschaftskrankenhaus Havelhöhe Berlin & an der Filderklinik Filderstadt – GAÄD)

Rhythmische Einreibung von Säuglingen und Kleinkindern nach Wegmann/Hauschka ...in Zusammenhang mit den Sinnen für die körperliche Pflege sowie die Kommunikation mit dem Kind

Rhythmische Teileinreibungen für Schwangere
(ab März 2018 an der anthroposophischen Klinik Arlesheim/Pfeffingherhof & am Paracelsus-Spital Richterswil, Soleo Akademie für Pflegeberufe, Schweiz)

MEINE BERUFSBEGLEITENDEN AUS- UND WEITERBILDUNGEN

Yogalehrerin „Yoga für Frauen“ – Fruchtbarkeit, Schwangerschaft, Geburt & Wochenbett
(Ausbildung an der Kashmir Shaivism School of Yoga (registered Yoga School by Yoga Alliance) in Dharamshala am Fuße des Himalaya, Himachal Pradesh, Indien)

„Anthroposophische Elternberatung & Entwicklung des Kindes im Sinne der Forschungen Emmi Piklers“ – Für eine familienunterstützende Arbeit, eine Erziehungskunst für die Zeit zwischen der Geburt eines Kindes und dem dritten Lebensjahr

*Anthroposophische Menschenkunde & Sinneslehre

*Bewegungsentwicklung des Kindes & Beziehungsvolle Pflege
(am pädagogisch-therapeutischen Zentrum, der HOF, Frankfurt)

Waldorfpädagogin „Waldorfkindergartenpädagogik“ (Ausbildung am Waldorfkindergarten-Seminar Wien, 3 Jahre berufsbegleitend)
Hospitalation im Waldorfkindergarten Schönau an der Triesting/Baden

Kunsttherapie – Sommerakademie – orientiert an der anthroposophischen Medizin

(an der Freien Akademie München für Kunst, Kultur, Bildung und Therapie e.V.)

Intuitive Malerei, Bodenmalerei & Mandala-Kunst
(Malseminare bei Kunstmalerin Heita Copony, Bad Heilbrunn & in Andhra Pradesh, Indien)

SchreibRaum – Poesietherapie „Heilsames Schreiben“
(Schreibraum FreiHandSchreiben für sinnliches, freies Schreiben, biographisches Schreiben bei Dr. Kerstin Löschnig-Schild, Graz/Krems)

Pikler Spielraum – Praxis Still- & Spielraum – Familienstunden & Elternbildung
(bei Barbara Hummer, Spielraum 123, Droß bei Krems an der Donau)

„Multimodales familienzentriertes Stressmanagement“ Gesundheitsförderung in der Familie – Elternbegleitung
(im April 2018 am Familienzentrum Havelhöhe, Berlin)

Hebammen an Schulen – Hebammenarbeit in Volksschulen Niederösterreichs (ein Projekt des Hebammengremiums LG NÖ, Herbst '18)