

# Geleitwort

Wie sprechen wir über Frauen, über Mütter, über Geburt, über Sexualität, über Fürsorglichkeit – und wie prägt das, was wir sagen und gesagt bekommen, unser Denken? In den vergangenen Jahren sind wunderbare Bücher erschienen über die Unsichtbarkeit von Frauen in vielen Bereichen wie Literatur, Politik und Medizin. Wenn Sie dieses Buch in den Händen halten, wird Ihr Blick nun auf die psychologische Forschung rund um Erwartungen an Weiblichkeit und Mutterschaft gerichtet und mit hoher Wahrscheinlichkeit werden Sie die Welt nach dieser Lektüre anders sehen als zuvor.

Oft ist uns nicht bewusst, wie tief gesellschaftliche Erwartungen an Weiblichkeit und Elternschaft in unseren individuellen Mindsets verwoben sind. Wir tragen Glaubenssätze in uns, deren Entstehung und Verfestigung wir selten hinterfragen. Das gilt für unseren Alltag, aber auch für das berufliche Handeln all jener Personen, die in den verschiedenen Berufsfeldern rund um Reproduktion, Geburt, Familie tätig sind. Dabei sind viele dieser in uns verfestigten Strukturen kulturell geprägte Narrative und keinesfalls biologische Notwendigkeiten. Was wir als »normal« oder »natürlich« betrachten oder uns als solches vorgestellt wird, ist letztlich häufig sozial erlernt und reproduziert – ob nun in Bezug auf das Geburtserleben, auf Bindung, Mutterschaftsbilder, Verteilung von Sorgearbeit und Rollenbilder, mentale Gesundheit oder generelle Wahlfreiheit zur Elternschaft.

Auch in meiner eigenen Arbeit treffe ich immer wieder auf Familien, die Geburtserlebnisse verarbeiten oder mit Glaubensmustern über Elternschaft ringen. Nicht selten wurde Gebärenden suggeriert, sie hätten »versagt«, wenn medizinische Interventionen benötigt worden sind. Auch ich selbst bin mit solchen Aussagen konfrontiert worden, nachdem ich mein drittes Kind nicht wie das Kind zuvor zu Hause, sondern mittels Interventionen im Krankenhaus geboren habe. Werden diese Glaubenssätze verinnerlicht, kann das langfris-

tige Folgen haben. Umso bedeutsamer ist ein achtsamer Umgang aller Beteiligten mit eben solchen Bildern und Denkweisen. Geburt ist ein tiefgreifendes Lebensereignis, das psychisch wie körperlich Wirkung entfaltet. Ob eine Geburt positiv erlebt wird, hängt nicht an einem Ideal, sondern an guter Begleitung – und an der Anerkennung der gebärenden Person in ihrer Autonomie und ihren Bedürfnissen. Das entspricht zutiefst meinem Verständnis einer bindungs- und bedürfnisorientierten Elternschaft: Es geht nicht um »richtige« Wege, sondern um individuelle Sicherheit, Beziehung und Würde – von Anfang an. Dabei sind eben nicht »nur« Geburten höchst ideologisch überfrachtet, auch auf dem unregulierten Markt der Coachingformate und Elternberatungen finden wir zahlreiche Bindungsideale und Mythen, die Scham- und Schuldgefühle von Eltern und gerade Müttern ansprechen, hervorrufen und von diesen monetär profitieren. Umso wichtiger ist es, hier ethische und fachliche Standards einzufordern. Es ist höchste Zeit, dass jemand einen klaren Blick auf die ethische Verantwortung der Beratungsarbeit wirft.

Dr. Lisa Hoffmanns Buch ist ein starkes Plädoyer dafür und für mehr Diversität in der psychologischen Forschung – in Themen, Perspektiven und Fragestellungen. Es erinnert uns daran, wie notwendig es ist, weibliche Erfahrungen nicht als Randphänomen abzutun, sondern sie mit ins Zentrum von Wissenschaft, Gesundheit und Gesellschaft zu rücken. Es eröffnet Räume für Fragen, die lange nicht gestellt wurden – präzise, fundiert und dennoch nahbar. Und auf eine Weise, die zugleich klug, persönlich und politisch ist. Ich wünsche Ihnen daher mit diesem Buch eine spannende Reise zu einer erweiterten Weltsicht.

Susanne Mierau