

Berufsbild der Doula

Die Doula nimmt eine alte Tradition auf, bei der die werdende Mutter von einer ihr vertrauten Frau/ Person begleitet wird. Sie steht der Frau/ dem Paar in der Schwangerschaft, während der Geburt und in der Zeit danach zur Verfügung, je nach Bedürfnis und Wunsch der werdenden Eltern. Die kontinuierliche Betreuung ist ein wichtiger Aspekt der Doula-Tätigkeit.

Die Doula hat keine medizinische Funktion. Sie ersetzt weder Hebamme noch Arzt/Ärztin.

Frauenspezifisches Verständnis

Die Doula sieht die Schwangerschaft, die Geburt, das Wochenbett und die Stillzeit als natürliche Lebensprozesse an. Sie geht davon aus, dass eine Frau diese aus eigenen Kräften meistern kann, wenn sie über genügend Selbstvertrauen, Information und Eigenverantwortung verfügt und die richtigen Begleiter:innen an ihrer Seite hat.

Zielgruppen der Doula

- Schwangere Frauen und Gebärende mit/ ohne Partner
- Werdende Väter
- Familien/ Mütter im Wochenbett und später
- Jugendliche Schwangere
- Schwangere Frauen bzw. werdende Eltern aus anderen Kulturen
- Frauen mit Geburtstrauma
- Frauen mit behindertem Kind oder (bevorstehender) stiller Geburt

Bereiche der Doula-Tätigkeit

Sinn und Zweck der Doula-Tätigkeit ist die ganzheitliche Betreuung der Frau und deren Familie vor, während und nach der Geburt. Es ist auch eine Teilbegleitung möglich (z.B. nur Geburt oder nur Vor- und Nachgespräche). Die Doula ist selbstständig erwerbend. Beahlt wird ihre Arbeit durch das Paar. Sind nicht genügend finanziellen Ressourcen seitens der Frau/ des Paares vorhanden, so kann eine soziale Institution oder ein Solidaritätsfonds (Verband Doula CH, malea lin Doula Fachschule Schweiz) das Honorar teilweise oder ganz übernehmen.

Aufgabenbereich

Vor der Geburt:

- Die Doula ist Ansprechpartnerin der Frau, des Mannes und der Familie.
- Sie führt mit der Frau/ dem Paar Gespräche über die bevorstehende Geburt und allenfalls über vorherige Gebärerfahrungen. Sie spricht über Bedürfnisse, Sorgen und Ängste und unterstützt bei der Klärung von Fragen.
- Sie arbeitet mit der Frau/ dem Paar – falls gewünscht – einen Geburtsplan aus.
- Sie zeigt der Frau/ dem Paar Entspannungsmöglichkeiten auf.
- Sie hilft der Frau/ dem Paar, für die Geburt nützliche Ressourcen zu finden.
- Sie nährt sie in ihrem Selbstvertrauen.
- Sie stärkt die Frau in ihrer Eigenverantwortung und Selbstbestimmung.
- Sie informiert so, dass die Frau/ die Familie ihre persönlichen Entscheidungen fällen kann.

Während der Geburt:

- Die Doula unterstützt die Frau physisch: Massage, Atmung, Bewegung, Positionen, Essen, Trinken, Tiefenentspannung, Singen, ..



- Sie unterstützt die Frau psychisch: Sie ermutigt, lobt, visualisiert, ist «einfach» da.
- Sie unterstützt den Mann in seiner Rolle als Partner und «Beschützen» der Frau und stärkt ihn in seinem Prozess des Vaterwerdens.
- Sie schafft geborgenen Raum, damit die Frau sich ganz dem kraftvollen Geschehen der Geburt hingeben kann.

Nach der Geburt:

- Die Doula verlässt die Familie, sobald diese «wunschlos glücklich» ist, jedoch spätestens zwei drei Stunden nach der Geburt. Es sei denn, ein Notfall bei Mutter oder Kind mache einen längeren Einsatz nötig.

Individueller Tätigkeitsbereich

Die Doula kann ihr persönliches Knowhow mit einbringen, sofern sie in weiteren Fachrichtungen ausgebildet ist. Dies könnten sein:

- Homöopathie | Bachblüten | Aromatherapie und Weiteres..
- Spezielle Massagetechniken
- Geburtsverarbeitung | Traumatherapie
- Akupunktur
- Stillvorbereitung, -begleitung oder -beratung
- Coaching | Beratung
- Sterbebegleitung | Trauerverarbeitung
- Energetische Behandlungen, ..

Kompetenzen

Die Doula bringt folgende Fähigkeiten mit und ist bestrebt, diese stetig zu optimieren bzw. sich eigenverantwortlich und bewusst darin zu üben und zu reflektieren:

- Empathie/ Einfühlungsvermögen
- Wertschätzung
- Echtheit/ Persönlichkeitsentwicklung
- Wertfreiheit
- Teamfähigkeit
- Kommunikationsfähigkeit/ Offenheit
- Lernfähigkeit
- Flexibilität/ Kreativität
- Selbstständigkeit und Eigenverantwortung
- Durchhaltevermögen
- Präsent sein und bleiben

Zudem kennt die Doula:

- ihre Rolle
- ihre Grenzen
- vernetztes Denken
- keine Berührungsängste

Ethik

Die Doula hält sich an den Ehrenkodex der malea lin Doula Fachschule Schweiz.

