



Hilfe, wenn die Mutter ausfällt

26.06.2025, 21:01 Uhr

Christine Windolf ist Mütterpflegerin. Das heißt, sie hilft Müttern in der besonderen Zeit rund um Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett. Denn nicht immer läuft alles glatt, mitunter braucht eine Familie Hilfe von außen. Zehn dieser Begleiterinnen haben das Netzwerk Mütterpflege Mittelhessen gegründet.

Wenn die Kraft fehlt, die Psyche schlappmacht, eine ernsthafte Krankheit das Leben bedroht oder eine Geburt -verarbeitet werden muss, dann brauchen Familien, dann brauchen vor allem Mütter Hilfe. Christine Windolf ist eine dieser Helferinnen. Die Mütterpflegerin lebt in Gießen und ist eine von insgesamt zehn Frauen in Mittelhessen, die immer dann gerufen werden, wenn Frauen an ihre Grenzen kommen.

»Der Bedarf ist riesengroß«, sagt die 46-Jährige, die selbst früh Mutter geworden ist, jetzt erwachsene Kinder hat und bereits Oma ist. Entsprechend habe sie jetzt auch mehr Zeit als früher, als sie selbst mit kleineren Kindern noch zu Hause gebraucht wurde.

In Städten fehlen familiäre Bindungen

Oft könnten Väter eine gewisse Zeit aushelfen, zum Teil sind Großeltern zur Stelle oder Freunde, aber oft fehle die Hilfe komplett, weil beispielsweise die Mutter alleinerziehend ist. »Gerade in Städten ist das Problem noch mal größer als in ländlichen Regionen, wobei auch dort die familiären Bindungen mittlerweile vielfach fehlen«, sagt Windolf. Die Zeiten, in denen Großfamilien eine junge Mutter aufgefangen und unterstützt haben, gebe es nicht mehr. Da gerät der Ausspruch, dass es ein ganzes Dorf brauche, um ein Kind großzuziehen zur Makulatur. Denn ganz im Gegenteil erfahren Frauen heutzutage, nicht nur, aber auch in den sozialen Medien, dass so eine Geburt quasi ein Spaziergang ist und man doch bitte schön innerhalb kürzester Zeit wieder fit zu sein hat - »andere können das ja auch«.

»In anderen Kulturen bekommen die Frauen nach einer Geburt 40 Tage Zeit, um sich zu erholen, um Kraft zu tanken«, sagt die Mütterpflegerin. Das sei hier einfach nicht vorgesehen, viel zu groß sei der Druck, möglichst früh wieder zu funktionieren.

Wie lange sie in den jeweiligen Familien sei, hänge in erster Linie von den Umständen ab. »Manchmal reichen sieben Tage, damit die Frau etwa nach einer Hausgeburt wieder genug Kraft getankt hat.« Andere Einsätze dauerten deutlich länger, ein halbes oder gar ein ganzes Jahr sei sie auch schon in den Familien gewesen. Wenn eine Mutter mit zwei kleinen Kindern eine anstrengende Therapie durchläuft, dann braucht es die tägliche Hilfe über einen längeren Zeitraum. Christine Windolf ersetzt dann die Mutter mit

allen ihren Aufgaben: Vom Wäschewaschen, Einkaufen über Kochen bis hin zur Hausaufgabenbetreuung und Fahrdiensten. Sie ersetzt aber keine Hebamme, ist vielmehr Alltagsbegleiterin, die hilft, Empfehlungen der Geburtshelferinnen praktisch umzusetzen.

Die Gießenerin ist seit 18 Jahren als Mütterpflegerin dabei, dementsprechend viele Familienkonstrukte habe sie schon erlebt. Sie passe sich da an, sagt sie.

Zu Beginn hatte sie ein Jahr lang einen Kurs in Gießen-Rödgen bei Dorothea Heidorn besucht, die sogenannte Familienlotsinnen ausbildet. In Wochenendveranstaltungen sei sie auf ihre Aufgaben vorbereitet worden. Mittlerweile gebe es auch andere Institute, die die Ausbildung anbieten, teilweise auch in Online-Veranstaltungen, weiß Windolf. Einzige Voraussetzung damals: Die Teilnehmerinnen mussten bereits Mutter sein. Das findet Christine Windolf selbst auch wichtig, um beispielsweise Probleme besser einschätzen zu können. Männer gebe es in diesem Beruf nicht.

Früher habe es ausgebildete Wochenpflegerinnen auch hierzulande gegeben, aber nach den 1970er Jahren nicht mehr. In den Niederlanden ist das Konzept nach wie vor bekannt, dort sind die Kraamverzorgster selbstverständlicher Teil der Hilfe im Wochenbett.

An dieser Stelle wird online ein interaktiver oder fremder Inhalt eingeblendet. Geben Sie die URL im Browser ein oder scannen Sie den QR-Code auf der ersten Seite.

45 Euro bekommt sie pro Stunde von der Krankenkasse für ihre Arbeit. Als Selbstständige habe sie die üblichen Abgaben, könne aber von ihrem Beruf leben. Als ihre Kinder noch kleiner waren, sei sie mit einigen Stunden eingestiegen, inzwischen betreue sie manchmal sechs bis sieben Frauen und ihre Familien gleichzeitig. Das gehe nur, wenn man gut organisiert sei, Gerichte beispielsweise am Abend vorkoche, damit die Kinder am nächsten Mittag etwas Gesundes essen können. Überhaupt sei das Essen in ihren Augen sehr wichtig, um dieser Ausnahmesituation mit etwas Gutem und Vertrautem zu begegnen. Zudem seien regelmäßige Mahlzeiten in der Regel das Erste, was leide, wenn die Kraft fehlt.

Die Not der Frauen ist oft groß

Und wenn es terminlich wirklich nicht passt, dann helfen sich die Frauen aus dem Netzwerk, machen etwa aus, dass die eine die ersten zwei Wochen übernimmt, damit die andere danach einsteigen kann. Oder die eine beginnt vormittags, und die andere übernimmt nachmittags. Doch manchmal reicht auch das nicht, dann müssten die Mütter auf Hilfe warten. »Das ist dann immer besonders schwer«, sagt Windolf. Denn die Not sei vielfach groß. Von daher wirbt Windolf für ihre Arbeit, die für sie und ihre Kolleginnen nicht nur Beruf, sondern Berufung ist. Auch wenn es mittlerweile einige Frauen gebe, die sich »Mütterpflegerin« nennen, aber weder Ausbildung noch Expertise hätten und dementsprechend negativ auffielen. Auch und gerade deshalb sei das Netzwerk Mittelhessen so sinnvoll, um einen gewissen Qualitätsstandard zu gewährleisten.

Was notwendig ist, um den Beruf machen zu können? »Empathie, Organisationstalent, Geduld und eine gewisse Offenheit«, sagt Christine Windolf. Natürlich sei es auch manchmal anstrengend, aber sie könne sich keinen sinnvolleren und erfüllenderen Beruf vorstellen.

