

ejppph



EUROPEAN JOURNAL OF PRENATAL AND
PERINATAL PSYCHOLOGY AND HEALTH

Established by the International Society of Pre- and Perinatal Psychology and Medicine (ISPPM)

Traumatische Geburten – traumatisierte Gesellschaft - Die Bedeutung der Prä- und Perinatalen Psychologie

Sven Hildebrandt

Zitation:

Hildebrandt S: Traumatische Geburten – traumatisierte Gesellschaft - Die Bedeutung der Prä- und Perinatalen Psychologie. EJPPPH Volume 1, Issue 1, 1 May 2026, Article 3. doi:

[10.66099/6v3d0b96](https://doi.org/10.66099/6v3d0b96)

Zusammenfassung

Hintergrund: Traumatische Geburtserfahrungen werden zunehmend als bedeutsamer Risikofaktor für die psychische Gesundheit von Mutter und Kind erkannt. Der vorliegende Beitrag verfolgt das Ziel, diese individuelle Perspektive um eine gesellschaftliche Dimension zu erweitern. Auf Grundlage der Prä- und Perinatalen Psychologie wird die These entwickelt, dass frühe intrauterine und perinatale Erfahrungen nicht nur individuelle Bindungs- und Regulationsmuster prägen, sondern sich transgenerational fortsetzen und zur Ausbildung kollektiver psychosozialer Strukturen beitragen können.

Methodik: Es handelt sich um eine narrative, theoretisch-konzeptionelle Übersichtsarbeit. Entwicklungsbiologische, evolutionsanthropologische, kulturhistorische und psychosoziale Befunde werden integrativ zusammengeführt und im Rahmen prä- und perinatalpsychologischer Konzepte interpretiert.

Ergebnisse: Die Analyse legt nahe, dass die relative Frühgeburtlichkeit des Menschen und die besondere Vulnerabilität des Neugeborenen eine zentrale Bedeutung früher Bindungserfahrungen begründen. Die historisch gewachsene Medikalisierung und Patriarchalisierung der Geburt kann als struktureller Stressor für das mütterliche und kindliche Bindungssystem verstanden werden. Traumatische Geburten wirken demnach nicht nur individuell, sondern auch kollektiv und transgenerational.

Zusammenfassung: Eine beziehungsgeleitete, achtsame und interventionsarme Geburtskultur erscheint als potenzieller Gesundheits- und Friedensfaktor mit Relevanz für individuelle Entwicklung und gesellschaftliche Stabilität

Stichworte: Prä- und Perinatale Psychologie, Geburtstrauma, Bindung, Transgeneration, Geburtskultur, Patriarchat

Summary

Background: Traumatic birth experiences are increasingly recognized as a significant risk factor for the mental health of mothers and infants. This article aims to extend the individual perspective by integrating a societal dimension. Based on concepts of prenatal and perinatal psychology, it is hypothesized that early intrauterine and perinatal experiences shape not only individual attachment and regulation patterns but may also contribute to transgenerational and collective psychosocial structures.

Methods: This paper represents a narrative, theory-driven review. Developmental biology, evolutionary anthropology, cultural history, and psychosocial research are integrated within a prenatal and perinatal psychological framework.

Results: The analysis suggests that the relative prematurity of human birth and the resulting vulnerability of the newborn underline the critical importance of early attachment experiences. The historical medicalization and patriarchal framing of childbirth may function as structural stressors affecting maternal and infant bonding systems, with potential transgenerational consequences.

Summary: Relationship-oriented and respectful childbirth practices may function as both a public health and peace-promoting factor.

Keywords: Prenatal and perinatal psychology, birth trauma, attachment, transgenerational transmission, childbirth culture

Inhalt

1. Einleitung	5
2. Die Haltung zu Weiblichkeit, Mutterschaft und Sexualität als soziokultureller Spiegel einer Gesellschaft	6
3. Das Patriarchat	7
4. Dämonisierung von Weiblichkeit und Sexualität im Patriarchat	8
5. Geburtsmedizin als patriarchale Reduktion einer ganzheitlichen Geburtskultur	8
6. Beziehungsgeleitete Geburtskultur stiftet Frieden	9
Erklärung zu Interessenkonflikten	10
Plagiatsprüfung	10
Peer REVIEW verfahren	10

1. Einleitung

Der Titel der ISPPM-Jahrestagung 2025 in Aachen war – wie meine pubertierende Tochter sagen würde – eine „steile These“, die - so sehr sie auch dem Zeitgeist und den Grundideen der Pränatalen Psychologie entspricht - eigentlich mit einigen Fragezeichen versehen werden sollte.

Die These lautet: Eine negative, traumatische Geburtserfahrung wirkt sich traumatisierend auf die Gesellschaft aus. Und im Umkehrschluss: Eine heile Geburtskultur kann die Gesellschaft heilen.

Auf die Spitze getrieben könnte man sogar so weit gehen zu behaupten: Die Geburtskultur ist ein Friedensfaktor.

Natürlich klingt das in den Ohren der Kolleginnen und Kollegen, die sich seit Jahrzehnten mit grundsätzlichen Hypothesen zur Bedeutung der prä- und perinatalen Erfahrungswelt für die körperliche, seelische und soziale Entwicklung eines Menschen beschäftigen, schlüssig und selbst erklärend.

Dennoch ist in der Wahrnehmung vieler in Geburtshilfe und Psychotherapie tätiger Menschen ein unmittelbarer Zusammenhang zwischen Geburtserleben und psychosozialer Entwicklung nach wie vor nicht selbstverständlich, für manchen sogar fragwürdig.

Schauen wir uns deshalb die Begrifflichkeiten dieser These genauer an. Beginnen wir mit dem Terminus „traumatisierte Gesellschaft“. Er suggeriert das Vorhandensein einer „kollektiven Seele“, eines gemeinsamen geistigen und seelischen Zustands einer Gruppe (z.B. eines Volkes), der sich in kollektiven Denk- und Verhaltensweisen äußert.

Wir haben zu Beginn der 20er Jahre dieses Jahrhunderts sehr eindrucksvoll erleben müssen, wie eine ganze Gesellschaft aus Angst vor einer weltweiten Pandemie zu völlig irrationalen Verhaltensweisen gegriffen hat, die unter anderen Vorzeichen als inakzeptabel und zutiefst inhuman gegolten hätten. Innerhalb weniger Monate wurden soziale Regeln aufgestellt und durchgesetzt, die aus heutiger Sicht skurril und menschenverachtend erscheinen und zahllosen Menschen – vor allen Kindern – bis heute schwere seelische Verletzungen zufügten.

Die Geschichte ist voller ähnlicher Beispiele, bei denen Menschen kollektive Verhaltensweisen angenommen haben, die schon damals allen Regeln menschlichen Zusammenlebens widersprachen: Im Mittelalter verbrannten Männer ganzer Dörfer ihre Frauen auf dem Scheiterhaufen. Unsere Großeltern waren dabei, als in Deutschland Juden ausgegrenzt und letztlich vernichtet wurden. Die Liste grausamer und unmenschlicher Taten, die Menschen Menschen zugefügt haben, ist katastrophal lang und hört leider in der Gegenwart nicht auf.

Dies zeigt, dass Faktoren wie Krieg, Vertreibung, Naturkatastrophen oder andere tief prägende Ereignisse nicht nur die einzelnen Menschen, sondern die Seele eines ganzen Volkes beeinträchtigen können. Und tragischer Weise kann eine solche kollektive Psychose ihrerseits wiederum Gewalt, Krieg, Vertreibung auslösen. Die Menschheit scheint also gefangen in einem Teufelskreis sich gegenseitig ungünstig beeinflussender Faktoren.

Die Frage lautet nun: Kann eine positive Geburtserfahrung diesen Teufelskreis aus Unterdrückung und Gewalt durchbrechen? Ist eine achtsame, gewaltfreie Geburtskultur friedensstiftend?

Ist die Pränatale Psychologie friedensstiftend?

2. Die Haltung zu Weiblichkeit, Mutterschaft und Sexualität als soziokultureller Spiegel einer Gesellschaft

Die meisten Primatenarten leben in vergleichsweise kleinen Gruppen zusammen, in denen die sozialen Bedürfnisse relativ leicht reguliert werden können. Hier hat die Sexualität nahezu ausschließlich eine die Art erhaltende und das Genom optimierende Funktion. Paarung erfolgt in der Regel mit dem Ziel der Fortpflanzung.

Je mehr Individuen einer sozialen Gruppe angehören, desto stärker ist die Notwendigkeit einer sozialen Regulation der verschiedenen Bedürfniswelten. Damit bekam die Sexualität neben der Fortpflanzungsfunktion eine weitere, das Miteinander stabilisierende Komponente. Ein eindrucksvolles Beispiel hierfür sind die in Zentralafrika lebenden Bonobos, deren vergleichsweise großen Gruppen durch eine matriarchal organisierte Sozialstruktur, in denen man Konflikte und Reibungen durch Sexualität und Zärtlichkeit besänftigt, reguliert werden.

Beim Menschen kommen zwei weitere Faktoren hinzu, die die Komplexität des sozialen Zusammenlebens beeinflussen: Die menschliche Hirnentwicklung scheint nicht nur quantitativ ein größeres Gehirn, sondern auch qualitativ ein deutlich früheres und komplexeres Sozialerleben hervorzubringen. Man darf heute mit Sicherheit davon ausgehen, dass das Menschenkind bereits im Mutterleib sozial agiert und mit seiner Umgebung in Kontakt tritt. Und diese Umgebung muss für das Kind wie ein „erstes Universum“ erscheinen, in dem die Mutter mit ihrer immer präsenten Stimme und ihrer mütterlichen Energie eine übernatürliche, göttliche Konstante ist.

Der zweite Faktor hängt unmittelbar damit zusammen. Wenn man davon ausgeht, dass die Gebärmutter für das Kind ein sicherer und geschützter sozialer Lebensraum ist, der durch die übernatürlich erscheinende Lebenskraft der Mutter gehalten wird, muss ein plötzlicher und viel zu früher Entzug dieses sicheren Lebensraumes massive Auswirkungen auf das soziale Erleben des Kindes haben.

Und genau dieser frühe Entzug findet durch die ungünstigen geburtsmechanischen Bedingungen des Menschen in Folge seines aufrechten Ganges und seiner vergleichsweise großen Hirnmasse statt. Das Menschenkind wird in einem unreifen und hilflosen Zustand aus einer sicheren intrauterinen Welt in eine unsichere und bedrohlich erscheinende extrauterine Welt geboren. Diese „Vertreibung aus dem Paradies“ sehen heute viele Wissenschaftler als ein unserer soziales Zusammenleben zutiefst beeinflussendes kollektives Drama an.

Frühe menschliche Kulturen konnten nur überleben, wenn sie mit diesen ungünstigen Faktoren umzugehen lernten und ein Konzept der sozialen Regulation umsetzten, mit dem soziale Spannungen und archaische Unsicherheiten stabilisiert werden konnten. Diese frühen (und teilweise sogar noch bis heute auf der Erde existierenden) Sozialstrukturen zeichneten sich durch das Prinzip der strikten Gleichberechtigung von Mann und Frau als absolute Überlebensbedingung und durch die kultische Verehrung von Mütterlichkeit, Weiblichkeit und Sexualität als Quelle eines harmonischen sozialen Zusammenlebens aus.

3. Das Patriarchat

Mit der Sesshaftwerdung des Menschen, einer weiteren Vergrößerung der Gruppenstärke und vor allem mit der Einführung von Besitz und Ackerbau haben sich diese sozialen Grundbedingungen in dramatischer Weise verändert. Durch eine Anpassung des Stillverhaltens – Kinder wurden am Feldrand abgelegt – hat sich der Abstand zwischen zwei Schwangerschaften von den für Primaten typischen vier Jahren auf etwa zwei Jahre verkürzt. Das bedeutete eine Schwächung weiblicher Sozialstrukturen, weil der Anteil der unmittelbar an Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett „gebundenen“ Frauen größer und der Anteil der für die soziale Selbstorganisation der Gruppe bereit stehenden Frauen kleiner wurde.

Zugleich kam es zu einer Aufwertung des Mannes, denn zunehmender Besitz musste verteidigt werden.

Das überlebensnotwendige Grundprinzip der absoluten und bedingungslosen Gleichberechtigung der Geschlechter wurde zunehmend in Frage gestellt, was zu einer sozialen Spannung führte, die in irgendeiner Weise gelöst werden musste. Die Höherstellung des Mannes bei gleichzeitiger Abwertung der Frau brauchte eine psychosoziale „Rechtfertigung“, die natürlich nicht aus der Gruppe heraus, sondern quasi durch „höhere Macht“ installiert werden musste. Und diese Rechtfertigung erfolgte auf drei Ebenen: in Wissenschaft, Politik und Religion.

Die Wissenschaft begründete den Mythos des „schwachen Geschlechts“. Allein die antiken Deutungen der Entstehung des Menstruationszyklus der Frau zeigen beispielhaft ein tief in der Wissenschaft verwurzeltes Denkgebäude, wonach die Frau schwach und unvollkommen dem stärkeren Mann unterlegen ist.

Noch gravierender war die Benachteiligung der Frau durch die Politik. Frauen wurden zunehmend vom akademischen Bildungsweg ferngehalten, durften nicht für politische Ämter kandidieren und waren vom Wahlrecht ausgeschlossen. „Weisheit der Frau“ wie beispielsweise altes Hebammenwissen wurde abgewertet und bekämpft. Auch wirtschaftlich war die Frau an den Mann gebunden. Jede Emanzipation vom Mann blieb der Frau durch Gesetze und durch die Rechtsprechung verwehrt.

Die dritte Ebene waren die Eingriffe in altes mythisches Wissen und in die Religion. Allein die heute verbreitete Sicht auf den Genesis-Mythos bildet ein Rechtfertigungsfundament für die Überlegenheit des Mannes. So kommt Lilith, die im altjüdischen Schrifttum erste und ihm gleichberechtigte Frau Adams, im heutigen Alten Testament gar nicht vor. Stattdessen wurde Eva aus einer Rippe Adams als „Männin“ erschaffen und ihm klar unterstellt. Und im Umgang mit dem Baum der Erkenntnis erhielt Eva die klare Zuschreibung als Täterin – und der Schmerz der Geburt war die Strafe.

Auch die neutestamentarischen Deutungen von Sozialstruktur in der Zeit Jesu sprechen eine eindeutig patriarchal geprägte Sprache. Beispielhaft hierfür ist die oft abwertende Rolle von Maria aus Magdala in der Gruppe der sonst männlichen Jünger Jesu.

Mit dem Patriarchat wurde ein soziokulturelles Erklärungsfundament geschaffen, das das überlebenswichtige Prinzip der Gleichberechtigung zwischen Mann und Frau aufhebt und die Höherstellung des Mannes über die Frau in mehreren psychosozialen Ebenen begründet.

4. Dämonisierung von Weiblichkeit und Sexualität im Patriarchat

Der patriarchale Machtanspruch des Mannes über die Frau führt zwingend in ein Dilemma: Jeder Mann wurde ausnahmslos von einer Frau geboren und trägt in sich eine tiefe Verehrung für alles Weibliche und Mütterliche. Wie soll der Mann das Göttliche in der Frau heiligen, ehren und begehren und zugleich als minder wert unterdrücken?

Der Mann ist diesem Dilemma historisch nicht gewachsen. Er kann nur über das Weib herrschen, wenn er auch die Sexualität beherrscht. Sexualität, Weiblichkeit und Mütterlichkeit als heilige Matrix widersprechen dem männlichen Machtanspruch diametral. Der einzige Weg zur Beherrschung dieses Konfliktes schien eine Dämonisierung der Sexualität zu sein. Die soziale Seite der Sexualität wurde wieder auf die Fortpflanzung reduziert und an die Ehe gebunden. Jede Form der Sinnlichkeit, des Eros, der sexuellen Begegnung außerhalb der ehelichen Verbindung wurde kriminalisiert und stigmatisiert.

Sexualität ist in der Wahrnehmung vieler Menschen bis heute etwas Geheimes, etwas „Schmuddeliges“, etwas, das man nur im Verborgenen tut. Obwohl ausnahmslos jeder Mann und jede Frau ein sexuelles Wesen besitzen, treten wir uns als asexuell gegenüber und verbergen unsere sinnliche Seite voneinander. Jeder erotische Aspekt in Beziehungen wird sofort als übergriffig und gefährlich disqualifiziert – und die unser sexuelles Wesen beschreibenden Begriffe wurden aus der Alltagssprache verdrängt und damit eine Kommunikation zu sexuellen Themen nahezu unmöglich gemacht.

Die Folgen für die Beziehungen zwischen Männern und Frauen waren und sind katastrophal: zerstörte Beziehungen, zerstörte Familien, Gewalt gegen Frauen und Kinder – und Reduktion der Geburt auf einen medizinischen, die Fortpflanzung sicherstellenden Prozess.

5. Geburtsmedizin als patriarchale Reduktion einer ganzheitlichen Geburtskultur

Die Entwicklung eines medizingeleiteten Verständnisses von Geburtshilfe war mehr als eine Antwort auf die hohe Mütter- und Kindersterblichkeit, die bis zur Zeit der Aufklärung weltweit herrschte. Dieser Aspekt war – um es klar zu sagen – ein sehr bedeutsamer zivilisatorischer Schritt, der zahllosen Frauen und Kindern das Leben rettete.

Dennoch hat diese zunächst sehr fortschrittliche Entwicklung einen Preis, der nicht übersehen werden darf: Mit der Geburtsmedizin zogen der Mann und damit das Patriarchat in das bis dahin ur-weibliche System der Geburt ein, wurde die Geburt von archaisch-weiblich-sexuellen Werten entfremdet. Geboren wurde in einem klinischen Setting, die Wahrung der Intimität und Selbstbestimmung der Frau trat in den Hintergrund. Das Kind wurde zum „Geburtsobjekt“, der Leib der Frau zum „Geburtsweg“.

Eine logische Konsequenz dieser Sicht auf die Geburt war das Zurückdrängen der Erkenntnisse der Pränatalen Psychologie. Obwohl es lange vor der Ultraschall-Ära ernst zu nehmende Hinweise dafür gab, dass das Intrauterin Kind ein fühlendes soziales Wesen ist und dass der Umgang mit dem Kind Bedeutung für dessen weitere psychosoziale Entwicklung hat, wurde dieses Wissen über Jahrzehnte – teilweise bis heute – nicht wahr- und schon gar nicht ernst genommen.

Patriarchale Organisations- und Denkweisen haben die Geburt von ursprünglichen Werten entfremdet. Natürlich darf man keinem der Beteiligten unterstellen, er habe bewusst frauen- oder kinderfeindlich gehandelt. Zu jeder Zeit war es das Bemühen der Ärzte und Hebammen, die Geburt möglichst sicher und erfolgreich zu gestalten. Dennoch wurden auf so wesentliche Aspekte wie eine achtsame, gewaltfreie Geburtshilfe, Schutz weiblicher und sexueller Werte oder Rücksicht auf die Bedürfnisse des Kindes über Jahrzehnte nur unzureichend Rücksicht genommen.

Wenn die zentrale Annahme der Pränatalen Psychologie zutrifft, dass das Erleben während der Schwangerschaft und bei der Geburt unser ganzes psychosoziales Wesen maßgeblich prägt, dann muss eine patriarchale Geburtskultur zwingend auch eine ganze Gesellschaft prägen.

Natürlich erscheint es vermessen, die Kriege unserer Zeit mit kriegerischen Verhaltensweisen im Rahmen der Geburt in Zusammenhang zu bringen – das ist hier auch gar nicht gemeint. Aber es geht um Haltungen, um Einstellungen, die wir mit der Art und Weise, wie Kinder in unserer Kultur geboren werden, für eine ganze Generation und für Folgegenerationen vermitteln.

Wie sollen denn Kinder, die unmittelbar nach der Geburt von ihrer Mutter getrennt werden, die ihre erste extrauterine Nacht in einem Glasbettchen auf der Kinderstation verbringen und nur zum Stillen für eine kurze Zeit Kontakt zu ihrer Mutter haben – wie sollen Kinder mit solchen frühen Verlusterfahrungen jemals im Leben sicher gebunden sein und eine friedvolle, bindungsorientierte Gesellschaft gestalten?

6. Beziehungsgeleitete Geburtskultur stiftet Frieden

Der Umkehrschluss ist von größter Bedeutung für die Entwicklung einer neuen, beziehungsgeleiteten Geburtskultur und für die Entwicklung der Pränatalen Psychologie.

Wenn wir es schaffen, Schwangerschaft, Geburt und Stillzeit im Geiste einer friedvollen, bindungsorientierten Lebenszeit zu gestalten, dann wird sich das auf die Kultur unserer Gesellschaft auswirken. Dazu brauchen wir ein Umdenken in vielen Bereichen:

- **Veränderung der gesamtgesellschaftlichen Haltung zur Geburt:** Die Geburt sollte nicht mehr als individuelle Angelegenheit des Elternpaares, sondern als Gewinn für die ganze Gesellschaft verstanden werden.
- **Neuorientierung der Schwangerenbetreuung:** Überwindung der rein risikoorientierten, medizinischen Schwangerenvorsorge hin zu einer ganzheitlichen, auf Bindungsaufbau ausgerichteten Begleitung durch die Schwangerschaft
- **Aufwertung des Hebammenstandes:** Förderung einer interprofessionellen Betreuung der Schwangeren mit klarer, kollegialer Kompetenzteilung
- **pränatale Bindungsförderung:** Sichere Bindung entsteht schon während der Schwangerschaft und nicht erst nach der Geburt.
- **interventionsfreie Geburtshilfe:** Ein ernst zu nehmender Teil geburtshilflicher Interventionen stellt selbst eine Risikodisposition für Geburtskomplikationen dar.
- **bindungsorientierte Perinatalperiode:** Die Bindung des Neugeborenen Kindes an die Mutter wird als höchstes Gut für die Sicherheit der Geburt verstanden. Selbst im Falle einer Reanimation darf der Kontakt zur Mutter nicht unterbrochen werden.
- **Stillförderung:** Das Stillen wird im gesellschaftlichen Kontext weiter aufgewertet und unterstützt.
- **Entlastung der Wochenbettsituation:** die ersten 1000 Tage im Leben eines Kindes sollten unter dem konsequenten Schutz der Gesellschaft stehen.

Mit diesen und anderen Maßnahmen können wir Verletzungen der Bindungsstrukturen verhindern.

Parallel dazu gehört aber auch eine neue Kompetenz bei der Behandlung früher Bindungsstörungen und traumatischer Geburtserfahrungen dazu. Das ist das zentrale Anliegen der pränatalen Psychologie:

- Aufnahme des Wissens der Pränatalen Psychologie in das Curriculum des Psychologiestudiums
- Einbeziehung des prä- und perinatalen Erfahrungsraumes in die diagnostischen und therapeutischen Überlegungen

Eine heile Geburt, intakte Bindungsstrukturen, kompromisslose Gleichberechtigung von Mann und Frau, Heilung der Sexualität zwischen Mann und Frau, die Entwicklung einer wirklichen Friedensgemeinschaft – beginnend in der Familie: das sind wertvolle Faktoren, die die kollektive Seele heilen und eine neue, friedvolle Welt schaffen können.

Erklärung zu Interessenkonflikten

Es liegen seitens der Autoren keine Interessenkonflikte vor.

Plagiatsprüfung

Die Plagiatsprüfung erfolgt mit der Software „Plag Aware“ der Hochschule Fulda.

Peer Review Verfahren

Das wissenschaftliche Prüfverfahren erfolgt nach dem Vier-Augen-Prinzip unverblindet durch zwei Mitglieder des Wissenschaftlichen Beirats der ISPPM: Dr. Ludwig Janus, Frau Prof. Amara Eckert.