

**Aufgabe des Mannes unter der Geburt:**

- Sprechen Sie vorher mit ihrer Partnerin über die Erwartungen, die sie an sie hat.
- Ihre Frau\ Mann sollte ihre Wünsche kennen.
- Erkennen sie ihre eigenen Grenzen und nehmen sie sich zwischendurch auch eine Auszeit!
- Motivieren sie ihre Frau auf ihrem Weg.
- **Das wichtigste ist: Seien sie einfach da!**