

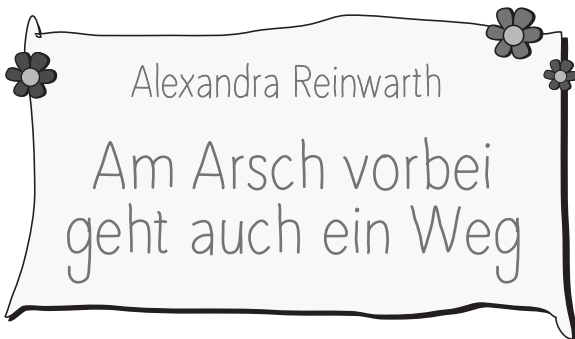


Am Arsch vorbei geht auch ein Weg

Wie sich dein Leben mit Kind verbessert,
wenn du dich locker machst



Alexandra Reinwarth



Holen Sie sich das ultimative
»Am-Arsch-vorbei«-Lebensgefühl
unbedingt auch online unter
www.am-arsch-vorbei.de
oder besuchen Sie uns auf Facebook.



Am Arsch vorbei geht auch ein Weg

Wie sich dein Leben mit Kind verbessert,
wenn du dich locker machst



Für
Mütter



Alexandra Reinwarth

mvgverlag 

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie. Detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Für Fragen und Anregungen:

info@mvg-verlag.de

3. Auflage 2018

© 2018 by mvg Verlag, ein Imprint der Münchner Verlagsgruppe GmbH,
Nymphenburger Straße 86
D-80636 München
Tel.: 089 651285-0
Fax: 089 652096

Alle Rechte, insbesondere das Recht der Vervielfältigung und Verbreitung sowie der Übersetzung, vorbehalten. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form (durch Fotokopie, Mikrofilm oder ein anderes Verfahren) ohne schriftliche Genehmigung des Verlages reproduziert oder unter Verwendung elektronischer Systeme gespeichert, verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden.

Umschlaggestaltung: Laura Osswald
Umschlagabbildung: amnat11/shutterstock; Borja Andreu/shutterstock.com
Satz: Digital-Design, Eka Rost
Druck: GGP Media GmbH, Pöbneck
Printed in Germany

ISBN Print 978-3-86882-837-5
ISBN E-Book (PDF) 978-3-96121-070-1
ISBN E-Book (EPUB, Mobi) 978-3-96121-069-5

Weitere Informationen zum Verlag finden Sie unter

www.mvg-verlag.de

Beachten Sie auch unsere weiteren Verlage unter www.m-vg.de

INHALT

Einleitung	7
Nicht schwanger	11
Schwanger!	15
Hurra, das Kind ist da!	25
Zum Schluss	105



EINLEITUNG

Liebe Mutter, liebe Eltern,

Egal, ob Ihr Spatz erst ein winziger Punkt auf dem Ultraschallbild ist (der Ihnen natürlich sehr, sehr ähnlich sieht), oder ob er schon voll Elan mit der Plastikschaufel auf andere Kinderköpfe drischt, es gibt eine Einsicht, die eint Mütter aller Kinders- und Altersstufen, nämlich:

Sie machen es sowieso falsch. Was? Alles. Das geht schon in der Schwangerschaft los, vermutlich sind Sie zu früh schwanger geworden, Sie haben ja anscheinend gar keine beruflichen Ambitionen. Wenn nicht zu früh, dann sind Sie zu spät schwanger geworden und eine dieser karrieregeilen Fregatten, die sich künstlich befruchten lassen müssen oder die ihre Eizellen schon im Vorfeld einfrieren haben lassen.

Entweder Sie sind so egoistisch und haben nur ein Kind, das als verwöhntes Einzelkind und ohne geschwisterliche Liebe aufwächst, nur weil Ihnen zwei Kinder zu stressig sind, oder Sie haben mehr als eins, und das ist ja fast schon



assi, spätestens ab dem dritten, dafür sahen Sie so richtig Kindergeld ab. Sie Schmarotzerin.

Vermutlich sind Sie so ein Hausmütterchen, das den Schuss nicht gehört hat – ohne Ehrgeiz, vielleicht sogar verheiratet? Die moderne Frau und Mutter sollte inzwischen schon etwas emanzipiert sein! Ach, Sie arbeiten Vollzeit? Sie Emanze, und alles auf Kosten der armen Kinder.

So geht es dahin und wenn Sie einmal verinnerlicht haben, dass Sie es eh falsch machen, ganz egal wie, dann entsteht daraus eine große Freiheit. Schließlich weitet sich Ihr Versagen auf alle Themen Ihrer Elternschaft aus.

Ihr Kind wurde falsch geboren, nämlich entweder im Krankenhaus oder zu Hause oder, oh Schreck: per geplantem Kaiserschnitt! Mit Sicherheit wird es auch falsch ernährt, Sie machen zu viel Aufhebens um die Brut oder kümmern sich nicht genug und mit oder ohne Impfung (je nach Gesprächsteilnehmer) haben Sie das Leben der Kinder aufs Spiel gesetzt. Auch das mit dem Anziehen bekommen Sie einfach nicht hin: Sie sind zu warm, zu luftig, in der falschen Farbe oder nicht in ökologische Baumwolle gekleidet, Sie Flasche. Apropos Flasche: Vermutlich haben Sie noch nicht mal das mit dem Stillen hinbekommen, Sie Nulpe, und damit wird das Kind übergewichtig und hochallergisch. Es sei denn natürlich, Sie haben doch gestillt, aber hoffentlich haben Sie zum richtigen Zeitpunkt damit aufgehört und das Kind hängt nicht einen Tag mehr an



der Brust, als gerne gesehen, das ist nämlich das Allerletzte. Die entblößte Brust ist übrigens auch nicht gern gesehen.

Dieses völlige Versagen zieht sich von Anfang bis Ende, von der Schwangerschaft (oder ihrer zu langen Abwesenheit) bis die Blagen groß sind, und je früher Sie sich den ganzen Mist, den man auf dieser Reise sollte und müsste, am Arsch vorbeigehen lassen, anstatt sich zu stressen, desto besser. Das ist die einfachere Aufgabe. Die schwierigere Aufgabe – ich dachte mir schon, dass Sie fragen – ist die Sache mit dem Stress, den man sich selber macht. In dem Moment, wenn man Mutter wird (und keinen Tag vorher), beginnt plötzlich das, von dem einem immer alle sagen, man könne es sich nicht vorstellen: das Kostbarste im Leben, das Herz, befindet sich plötzlich außerhalb des Körpers – und ist dort allen Gefahren der Welt ausgesetzt.

Man will es beschützen vor diesen Gefahren, und zwar nicht nur vor den großen, sondern auch vor den kleinen: Plötzlich liest man tatsächlich Artikel über die Vor- und Nachteile von Gläschen-Nahrung, die Ergebnisse aller TÜV-Tests aller Baby-Autositze und was man tun muss, wenn das Kind überraschenderweise auf einen Wespenstich allergisch reagiert. Das Kind soll nicht nur überleben, es soll es auch schön haben. Es soll froh sein, keine Schmerzen haben, die richtigen Werte vermittelt bekommen, kein Arsch, aber trotzdem stark werden, und sich nicht sorgen



müssen – nur weil man selbst völlig unzulänglich in dieser Eltern-Sache ist. DAS ist der größere Stress.

In den folgenden Abschnitten finden Sie Themen aus beiden Kategorien, denn das Feld der Elternschaft ist ein weites. Viel Spaß und toi, toi, toi! Wir schaffen das!