

Inhalt

Vorwort	Du erkennst dich nicht wieder.	11
I	Mutter werden	19
II	Mutter sein	37
	Du kommst dir selbst abhanden. Die Diagnose „peripartale Depression“	37
	Vielleicht sind Sie auch einfach eine Frau, die immer besonders viel auf einmal will? Perfektionismus und Isolation	45
	Die Rückbildung der Gebärmutter auf ihre normale Größe.	
	Der Verlust des Wochenbetts	55
	Was unsere Identität bestimmt	62
	Eine gute Mutter stillt ihr Kind.	64
	Ein Hort ist gut, eine Mutter ist besser. Rabenmütter, Pelikanmütter und das Projekt Kind	79
	Eine Phase der Indifferenz. Der sogenannte Mutterinstinkt	87
	Mutterschaft als Stigma?	90
	Muttergöttinnen. Mutterbilder des kollektiven Unbewusstseins in Mythen, Religion und Märchen	94
	<i>Fremdbetreuung</i>	102
	Ein Schreckgespenst: die Mutter-Kind-Bindungsstörung	107
	Utopische Mütter. Gesellschaftliche und individuelle Mutterbilder	126
	Mutter Seelen allein. Mütter und ihre eigenen Mütter	133
	Wer ist diese Frau? Die Situation der Partner und Angehörigen	136
	#regrettingmotherhood vs. Mütter mit peripartaler Depression	150
III	Risikofaktor Leben	155
	Vulnerabilität und Vorgeschichte	155
	Umzug nach Wien	165
	Er hat so ein freundliches Gesicht. Patchworkfamilie	177

IV	Psychische Erkrankungen rund um die Geburt	183
	Babyblues	186
	Die postpartale Belastungsstörung und die postpartale Depression	187
	Die postpartale Psychose	191
V	Behandlung	195
	Keiner wird dir glauben, dass du krank bist! Aufnahme ins Krankenhaus	195
	Psychopharmaka allgemein und in der Schwangerschaft und Stillzeit	211
	Das ist oft wie ein Dammbruch. Verschiedene Therapieformen	222
	Heilsames Denken – Beneficial Thinking	236
VI	Wie ein Delphin, der aufwärts schwimmt. Heilung?	241
	Einmal depressiv – immer depressiv?	251
	Noch ein Kind? Bist du verrückt?!	255
VII	Familie	267
	Unsere Zukunft. Kinder von Betroffenen	267
	Wenn gar keine Feinfühligkeit von Seiten der Mutter spürbar ist. Folgen für die Kinder	271
	Die haben das jetzt auch noch? Männer mit peripartaler Depression	283
VIII	Wie es weitergehen kann	291
	Vorschläge und Beispiele	291
	Die im Dunkeln bleiben	304
Anhang		
	Anmerkungen	308
	Quellenverzeichnis	315
	Informationszentren, Websites usw.	320
	Dank an	325