

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