

Inhalt

VORWORT

**Eine Geschichte, so alt
wie die Menschheit selbst**

9

KAPITEL 1

**Die entspannten Jahre:
Das Leben vor den Kindern**

17

KAPITEL 2

**Wir bekommen ein Baby!
(Und so fing alles an ...)**

57

KAPITEL 3

**Die (verdammt lange) Geburt
einer Mutter**

81

KAPITEL 4

**Postpartale Phase Nr. 1:
Mir geht's gut, alles ist gut**

101

KAPITEL 5

**Postpartale Phase Nr. 2:
Familienzuwachs (und meine
Ängste sind zurück!)**

153

KAPITEL 6

**Die unermüdliche Last auf den
Schultern einer Mutter**

185

KAPITEL 7

**Der Tropfen, der das Fass mich
zum Überlaufen brachte**

223

KAPITEL 8

**Zeit für Hilfe.
Aber wo fangen wir an?**

241

EPILOG

**Moment? Gibt es kein „Sie lebten
glücklich bis ans Ende aller
Tage“?**

281

Dank 300

Die Autorin 304