

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 (verdammmt 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**