

In den ersten Lebensmonaten des Kindes tritt das Frausein ganz automatisch in den

Zuerst die Mutter

warten. was ich (oder andere) von mir als Mutter selbst wirklich Spaß machte und nicht das mit meinen Kindern zu machen, was ich mir selbst erlauben konnte, nur mehr das. Es dauerte noch ein weiteres Kind länger, bis spiele mit meinem Sohn zu Tode langweilte. der Niederlage, zu erkennen, dass mich Autovorgestellt hatte. Es war für mich ein Moment Mutter leisten konnte, was ich nicht all das selbst enttäuscht, dass ich nicht all das ab zu stellen. Ich war am allermeisten von Mutter sein heißt immer wieder über sich einverstanden zu erklären und ja: den Preis die Entscheidung ein Kind zu haben, eine Familie zu sein, zu bezahlen.

„Mutter sein nervt!“ – ist das nicht etwas, was alle Mütter einmal empfinden? Absolut! Vor allem in der Zeit, wenn die Kinder ganz klein sind, uns aussaugen, 24/7 nur an uns hängen. Wir verraten, warum Pausen so wichtig sind.

Von Sandra TEMPL-JETTER

Mutter sein und trotzdem Frau bleiben

Als Mutter gewinnen wir also etwas dazu: eine Rolle, ein Kind, ein neues Gegenüber. Unser Ich wird mehr. Gleichzeitig rückt auch Vieles in den Hintergrund und kommt oft zu kurz: Selbstbestimmung, Zeit für mich, mit Freundinnen, im dem Partner. Es gilt, das, was definitiv weniger geworden ist, auch zu betauern, sich damit

Mutter zu werden ist wohl die größte Transformation im Leben einer Frau. Von einem Moment auf den anderen kommt zur Rolle als Partnerin, Berufstätige etc. die der Mutter dazu. Keine andere Rolle in unserem Leben ist wohl so emotional besetzt und unwiderruflich lebenslang, wie die der Mutter. In keiner anderen Rolle sind wir so berührbar, verletzlich, über- und unterfordert und manchmal auch verunsichert.

„Frauen und Mütter brauchen all die Unterstützung von außen, die sie nur bekommen können, um ein erfülltes Leben für sich selbst zu schaffen und dadurch so gute Partnerinnen und Mütter zu sein, wie es ihnen möglich ist.“

Jesper Juul



Die Balance zwischen den Aufgaben als Mutter und den Bedürfnissen als Frau zu halten, ist oft schwierig.
Foto: Kzenon /shutterstock