

Erfahrungsbericht von Anne mit Sohn Tim aus Heidelberg

Bereits vor der Geburt meines Sohnes Timothy im November hatte ich große Probleme. Seit August hatte ich mit vorzeitigen Wehen die meiste Zeit liegend verbracht und eine Vollbremsung von voller Berufstätigkeit ins „Nichtstun“ hingelegt, mit der ich nur schwer umgehen konnte. Nach der Geburt, die auf den ersten Blick für mich toll verlaufen war, wurde Tim nach vier Tagen nach einem Ärztefehler mit einem extrem hohen Biliwert in die Kinderklinik verlegt und war vier Tage von mir getrennt – ich konnte meinen Kleinen 3 Tage lang nicht stillen und nur gelegentlich in den Arm nehmen, was sicher nicht zu einem Start in eine unkomplizierte Mutter-Kind-Beziehung beigetragen hat.

Nachdem ich zu Hause war, fiel es mir sehr schwer, mit der Mutterrolle zurecht zu kommen. Ich war auf der einen Seite mit dem Kind völlig überfordert, zum anderen konnte ich mit dem „Nichtstun“ immer weniger umgehen. Die Situation spitze sich im Laufe der nächsten Wochen immer mehr zu, mein Kind schrie immer mehr, und es fiel mir immer schwerer, mit den Brüllattacken umzugehen. Ich reagierte gereizt und hilflos, fragte mich immer wieder, was ich falsch machte. Manchmal habe ich auch einfach nur dagesessen und mit meinem Kind geweint, weil ich das Gefühl hatte, als Mutter zu versagen. Schließlich sagen immer alle, dass man als Mutter genau spürt, was das Kind braucht....Bei mir war das aber offensichtlich nicht der Fall. Von allen Seiten kamen jede Menge gute und gutgemeinte Ratschläge, die ich immer sofort versuchte in die Tat umzusetzen. Ohne Erfolg. Es wurde alles nur noch schlimmer, weil ich völlig orientierungslos war und wahllos verschiedene Methoden ausprobierte. Dies führte nur dazu, dass sowohl bei mir als auch bei meinem Kind die Verwirrung immer weiter zunahm. Verzweifelt war ich bemüht, die Gründe für Tims Unzufriedenheit herauszufinden, aber hatte dabei das Gefühl, je mehr ich das probierte, desto weiter entfernte ich mich von meinem Kind.

Als Tim knapp 4 Monate alt war, war für mich der Punkt erreicht, an dem ich mir eingestehen musste, dass ich Hilfe brauchte. Ich hatte das große Glück, dass mir von meiner Hebamme Tina Sauer empfohlen wurde, die mir sofort bei einem ersten Telefonat Tipps und Anregungen gab. Vom ersten Moment an hat sie mir das Gefühl gegeben, nicht mehr allein mit meiner Problematik dazustehen oder eine unfähige Mutter zu sein.

Bei einem ersten Treffen gelang es Tina sofort, mir durch ihre sympathische, offene und verständnisvolle Art, die Angst zu nehmen und eine Vertrauensbasis zu schaffen, auf die ich mich auch in der nächsten Zeit fest stützen konnte und immer noch kann. Beim ersten Treffen sondierte Tina die Lage und ordnete überlegt und systematisch die vielen Fronten, an denen ich zu dieser Zeit kämpfte: Da waren neben vielem Anderen vor allem die Brüllattacken, die Angst, mein Kind sei zurückgeblieben und die Tatsache, dass mein Bauchgefühl von Ängsten völlig verschüttet war. Bereits bei diesem ersten Treffen tat mein Sohn uns den Gefallen und fing das Brüllen an. Ich lernte hier und in vielen anderen Treffen, das Brüllen auszuhalten und meinem Kind Rückhalt zu geben, anstelle panisch zu werden und alle möglichen Dinge zu tun, um Tim wieder still zu bekommen. Mir war dies aber nur möglich, weil Tina mir im wahrsten Sinne des Wortes den Rücken stärkte und zusammen mit mir diese Brüllattacke durchstand.

Endlich war ich nicht mehr allein, sondern hatte Unterstützung. Obwohl es sehr schwer für mich war, die Attacke auszuhalten und ich nahe daran war, die Sitzung abubrechen, gelang es Tina, mir die Kraft zu geben, die notwendig war, um erstmals mein Kind schreien zu lassen, bis es sich beruhigte und völlig entspannt und friedlich auf meinem Arm einschlieft. In den folgenden Sitzungen gelang es Tina durch Gespräche und haltgebende Körperarbeit, den Grund für Tims Schreien herauszufinden. Ein Grund war mit Sicherheit die Trennung nach der Geburt, die für uns beide nicht besonders angenehm gewesen war. Auch gelang es ihr, mir durch Tipps den Umgang mit meinem Baby natürlicher werden zu lassen. Ich hatte

erstmal das Gefühl, mein Kind zu verstehen. Nach drei Besuchen wurden die Schreiatacken besser und seltener und mein Kind ausgeglichener, ich wurde im Umgang mit meinem Sohn sicherer und routinierter.

Doch dann ging der Teufelskreis wieder von vorne los und ich wurde wieder unsicher und depressiv. Ich hatte Mühe, mich an die Dinge zu erinnern, bzw. die Dinge umzusetzen, die ich von Tina bislang gelernt hatte. In einer weiteren Sitzung war die Brüllattacke von Tim so heftig, dass ich alles abbrechen und mir nicht mehr helfen lassen wollte. Ich kam während des Brüllens an einen Punkt, an dem ich dachte, ich muss mein Kind nehmen und einfach davonlaufen. Aber auch hier meisterte Tina die Situation souverän, gab mir wieder „Rückendeckung“ und führte mich nochmals durch Tims Geburt. Es war in dem Moment eines der schlimmsten Erlebnisse meines Lebens, aber es war nötig, um Tim und mich wieder auf den richtigen Weg zu bringen. Im Laufe unserer gemeinsamen Treffen hatte Tina herausgefunden, dass Tims Geburt aufgrund der PDA für uns beide doch nicht so unproblematisch gewesen war, wie ich gedacht hatte. Daher war das erneute „Durchleben“ der Geburt wichtig. Diesmal musste ich nicht alleine kämpfen, sondern war von Tina gehalten und konnte die Geburt meines Kindes aus eigener Kraft zu Ende bringen. Dadurch fühlte ich mich wieder viel selbstbewusster und stärker.

Jetzt geht es mir und meinem Baby deutlich besser. Tim schreit immer noch, aber nur noch selten und nur noch gelegentlich so heftig, dass er kurz die Luft anhält und sich völlig verkrampft. Ich habe gelernt, dass ich als Mutter meinem Kind Orientierung geben kann und muss. Ich kann mittlerweile mit dem Schreien meines Sohnes umgehen und freue mich an ihm, auch wenn er mal einen schlechten Tag hat. All das habe ich Tina zu verdanken! Ohne sie wäre die Situation irgendwann eskaliert. Ich bin unendlich dankbar, für alles, was sie für uns getan hat und was ich von ihr über mich und mein Kind gelernt habe. Sie hat immer genau gespürt, was in mir vorgeht und unterstützend vorgebeugt. Sie war immer ansprechbar und hat mir nie das Gefühl gegeben, mich nicht mehr ernst zu nehmen oder ungeduldig zu werden, auch wenn ich ihr zum x-ten Mal meine Ängste und Probleme erzählt habe. Sie war/ist mein Fels in der Brandung!