

Abenteuer Familie

Ein positiver Schwangerschaftstest ist meist Grund zur Freude – und eröffnet ein neues Kapitel im Leben, in dem nun einiges aus den Fugen gerät. Unter die Vorfreude können sich auch Sorgen und Unsicherheiten mischen: Wird das Kind gesund sein? Werde ich noch genügend Schlaf finden? Wie lange soll ich Elternzeit nehmen?



Liesa Bauer
Redakteurin
liesa.bauer@spektrum.de

Das Thema dieses Dossiers passt auch gut zu meiner eigenen Situation: Ich werde bald zum ersten Mal Mutter. Das Heft war eines meiner letzten Projekte vor der Babypause und markiert für mich auch einen vorübergehenden Abschied von der Redaktion und einer Tätigkeit, die mir sehr viel Spaß macht. Umso stolzer bin ich, dass mit Hilfe meiner Kolleginnen aus dem Layout, der Bild- und der Schlussredaktion eine Ausgabe entstanden ist, die sich auf verschiedenen Ebenen mit den Veränderungen beschäftigt, die eine Elternschaft mit sich bringt.

Mir war ein umfassender Blick wichtig: Neben faszinierenden Erkenntnissen aus der Psychologie und den Neurowissenschaften – etwa wie sich das kindliche Gehirn entwickelt oder welche Umbaumaßnahmen im Gehirn von Vätern und Müttern bewirken, dass sie sich voll und ganz auf den Nachwuchs konzentrieren – liefert das Heft viele konkrete Hilfestellungen: Was kann man tun, wenn es mit dem Stillen nicht klappt (S. 44)? Wie lassen sich Ängste vor der Entbindung oder traumatische Geburtserfahrungen überwinden (S. 18)? Stärkt die Elternzeit von Vätern das Zusammenleben in der Familie (S. 48)? Und wie gelingt eine glückliche Partnerschaft mit Kind (S. 38)?

Das Sonderheft soll werdenden und frischgebackenen Müttern und Vätern Unterstützung bieten und Antworten auf Fragen liefern, die das Abenteuer Familie so mit sich bringt.

Ich wünsche Ihnen viele nützliche Erkenntnisse beim Lesen und alles Gute für Sie und Ihre Liebsten

Liesa Bauer

EXPERTINNEN UND EXPERTEN IM HEFT



Dass eine Frau ihre Schwangerschaft lange nicht bemerkt oder gar von den Wehen überrascht wird, ist gar nicht so selten. Die Psychiaterin **Anke Rohde** klärt über das Phänomen auf (S. 12).



Klappt die Familienplanung nicht wie gewünscht, belastet das viele Paare. Der Psychotherapeut **Tewes Wischmann** berät in solchen Fällen und weiß, wie wichtig es ist, einen Plan B zu entwickeln (S. 54).



Frühgeborene, die an der Brust von Mutter oder Vater statt im Inkubator liegen, profitieren in vielerlei Hinsicht. Die Kinderärztin **Nathalie Charpak** setzt sich seit mehr als 30 Jahren für die Känguru-Methode ein (S. 76).