

jeden Aspekt unseres Lebens unserer Mutterrolle unter.

Ungefähr 20 Jahre lang bemühen wir uns nach Kräften, unserem Kind ein erfülltes Leben und ein liebevolles Zuhause zu schenken. Wir unterschreiben Tausende Formulare, helfen den Kindern, für zig Prüfungen zu lernen, schauen uns unzählige Sportwettkämpfe an und hören uns jede Menge Musikproben und Chordarbietungen an. Wir fahren sie zur Jugendgruppe, ins Sommerlager, zu Tanzstunden und zu Fußballspielen. Wir trocknen ihre Tränen, wir feuern sie an, wir korrigieren und ermutigen sie. Daneben versorgen wir sie mit Essen und Kleidung, was keine geringe Leistung ist, wenn man bedenkt, wie schnell die Kinder wachsen. Wir investieren unser ganzes Leben in diese Kinder

und dann ... DANN ERLAUBEN SIE SICH,
ERWACHSEN ZU WERDEN UND
AUSZUZIEHEN!

Unser Jüngster und seine damalige Verlobte wählten den 21. Dezember für ihre Hochzeit. Zwei Wochen vorher hatte er sein Studium abgeschlossen und im darauffolgenden Mai würde sie ihr Studium beenden. Diese Zeremonie besiegelte ihre gemeinsame Zukunft und eröffnete für meinen Mann und mich offiziell die Lebensphase ohne Kinder im Haus.

Als einige Tage später Weihnachten kam und das neue Jahr anbrach, nahm ich meine wiedergefundene Freiheit fröhlich an. Von Januar bis Juli genoss ich diese neue Lebensphase sogar. Doch der August warf mich völlig aus der Bahn.

Ich erinnere mich noch gut, wie es dazu kam: Ich saß in unserem Wohnzimmer und scrollte durch Facebook. Alle tauschten sich über den Beginn des neuen Schuljahrs aus. Es gab Tipps zu Schreibheften, Zeichenblöcken, Filzstiften, Füllern und Bleistiften. Mir wurde plötzlich bewusst: Für mich waren die Tage, in denen ich alles für das neue Schuljahr vorbereitete, endgültig vorbei.

Die Tränen begann zu fließen und ich musste mir eingestehen: Das gefällt mir nicht. Absolut nicht. Ich habe es geliebt, alles für das neue Schuljahr vorzubereiten. Ich liebte den Rhythmus des Schuljahrs. Bei genauerem Nachdenken begriff ich, dass ich es liebte, für meine Kinder verantwortlich zu sein, gebraucht zu werden, den Neuanfang zu spüren, wenn im Herbst ein neues Schuljahr begann. Kurz

gesagt: Ich liebte es, Mutter zu sein!

Ja, es hatte Tage gegeben, an denen ich am liebsten das Handtuch geworfen hätte. An manchen Tagen hatte ich mich gefragt, ob eine Mutter ihre Stelle kündigen könne. Jetzt vermisste ich die angenehmen Seiten des Mutterseins. Ich weiß, dass ich nicht die Einzige bin, der es so geht. Eine Mutter hat beschrieben, dass es sich anfühlt wie eine ungewollte Versetzung in den Ruhestand ohne Abschiedsfeier. Das trifft den Nagel auf den Kopf!

Bis zu diesem Zeitpunkt haben wir das Leben unserer Kinder gesteuert und waren für sie verantwortlich. Jetzt sind sie erwachsen und sollen ihre Entscheidungen selbst treffen. Wie in aller Welt gelingt Eltern dieser Übergang? Bei einigen Kindern ist es leicht, sie allein ins

Leben ziehen zu lassen, und bei anderen ... nun ja, es ist ein bisschen so, wie würde man ein Kleinkind Auto fahren lassen. Wie soll eine Mutter damit umgehen?

Willkommen auf der Achterbahn der Gefühle, wenn die Kinder ausgeflogen sind und das Nest leer ist! Sie haben dieses Buch vermutlich aufgeschlagen, weil Sie dieses erdrückende Gefühl kennen. Ihr Leben fühlt sich gerade an wie auf dem steilen Anstieg einer Achterbahn, vielleicht ist es auch schon am obersten Punkt angekommen. Mit einem Kribbeln im Bauch wagen Sie einen kurzen Blick nach unten, bevor es mit halsbrecherischer Geschwindigkeit, viel schneller, als Ihnen lieb ist, abwärts geht. Der Wind der Veränderung schlägt Ihnen ins Gesicht und die emotionale Achterbahn schlägt