

*Was mit uns  
passiert,  
wenn wir  
Eltern werden*

CHELSEA  
CONABOY

MUTTER  
HIRN



HarperCollins





CHELSEA CONABOY

MUTTER  
HIRN

Was mit uns passiert,  
wenn wir Eltern werden

Aus dem Englischen von  
Sabine Reinhardus

HarperCollins

Die Originalausgabe erschien 2022 unter dem Titel  
*Mother Brain. How Neuroscience is Rewriting the Story of Parenthood*  
bei Henry Holt and Company, New York.

1. Auflage 2023

© 2022 by Chelsea Conaboy

Deutsche Erstausgabe

© 2023 für die deutschsprachige Ausgabe

by HarperCollins in der

Verlagsgruppe HarperCollins Deutschland GmbH, Hamburg

Gesetzt aus der Minion Pro und der Quicksand

von GGP Media GmbH, Pößneck

Druck und Bindung von GGP Media GmbH, Pößneck

Printed in Germany

ISBN 978-3-365-00312-1

[www.harpercollins.de](http://www.harpercollins.de)



**Klimaneutral**  
Druckprodukt  
ClimatePartner.com/15109-2009-1001



FÜR MEINE JUNGS



# INHALT

Vorwort	9
Kapitel 1 DER SCHALTER WIRD UMGELEGT	17
Kapitel 2 DIE ERFINDUNG DES MUTTERINSTINKTES	51
Kapitel 3 ICH BITTE UM IHRE AUFMERKSAMKEIT	90
Kapitel 4 UNSERE BABYS, UNSER SELBST	139
Kapitel 5 EIN URALTER FAMILIENSTAMMBAUM	186
Kapitel 6 DER HANG ZUR FÜRSORGE	227
Kapitel 7 FANG DORT AN, WO DU BIST	268



Kapitel 8	
DIE PERSON IM SPIEGEL	327
Kapitel 9	
UNTER UNS	360
Danksagung	399
Anmerkungen	403

## Kapitel 1

### DER SCHALTER WIRD UMGELEGT

Als ich klein war, wurde Jahr für Jahr in dem Kranz an unserer Eingangstür ein Nest gebaut. Die Rotkehlchenmutter schien es nicht weiter zu stören, dass ich ihr, nur wenige Zentimeter entfernt hinter der Glasscheibe, dabei zusah. Zumindest nehme ich das an, immerhin kehrte sie jedes Jahr wieder an diesen Ort zurück. Ich freute mich darüber. Es war wunderbar anzusehen, wie sie unermüdlich Zweig um Zweig aneinandersteckte und das Nestinnere mit Erde und Gras auskleidete, damit sie die schönen, zarten bläulichen Eier so sicher wie möglich darin ablegen konnte. Ihre Hingabe an die zerzausten, kleinen Rotkehlchen mit den stets aufgesperrten Schnäbeln war vollkommen. Sie war aufmerksam, wachsam, geduldig und selbstlos. Sie wusste einfach, was sie zu tun hatte, wie sie ihre Küken schützen musste, so, wie man es bei Müttern voraussetzt.

Das dachte ich jedenfalls. Denn so heißt es in der Geschichte, die über die Zeit und Generationen hinweg erzählt wird, weitergegeben in Fabeln und Mythen, bis sie zum Inbegriff dessen wurde, wie wir die Welt um uns wahrnehmen und ordnen, wie wir uns selbst sehen. Wir sind hingebungsvolle Muttervögel, so die Geschichte. Wir folgen einem mütterlichen Instinkt, der sich im Laufe der Zeit zu einer soliden, verlässlichen Instanz vervollkommnet hat, wie eine glatte rote, unter einer gefiederten

Brust verborgene Murmel. Wir nisten. Wir nähren. Wir verteidigen. Es liegt einfach in unserer Natur.<sup>1</sup>

Doch dann geschieht etwas. Wir bekommen selbst ein Kind. Und wir stellen fest, dass diese hübsche Geschichte voller Wahrheit und Schönheit – einfach nur kompletter Mist ist. Sie stimmt nicht. Entweder das, oder mit uns selbst stimmt etwas nicht.

Bei vielen von uns tritt der mütterliche Instinkt nicht in Erscheinung, oder jedenfalls nicht so, wie wir es erwartet hatten. Die Fürsorge für ein Neugeborenes ist keine angeborene Fähigkeit. Es gibt keinen Schalter, der umgelegt wird, wenn wir schwanger werden oder unser Baby zur Welt kommt. Viel zu selten stellen wir das Narrativ, demzufolge wir einfach wissen, was wir zu tun haben und wie wir uns dabei fühlen, auf den Prüfstand. Ein Narrativ, das einfach nicht berücksichtigt, dass Elternschaft eine ganze Reihe praktischer Fähigkeiten erfordert, die wir möglicherweise besitzen, möglicherweise aber auch nicht. Das alle Erfahrungen und äußeren Umstände unserer individuellen Lebenswege vor der Schwangerschaft und danach außer Acht lässt und behauptet, wir würden uns – abgesehen von ein bisschen Schlafmangel – ganz unbemerkt von einer Person, die sich zuerst und vor allem um ihr eigenes Überleben gekümmert hat, in eine Person verwandeln, die nun vollumfänglich für das Leben eines winzigen nonverbalen Wesens verantwortlich ist, das für die Erfüllung all seiner Bedürfnisse auf uns angewiesen ist. Statt dieses Narrativ zu hinterfragen, stellen wir uns selbst infrage.

Genau das hat Emily Vincent getan.

Als sich ihre erste Schwangerschaft dem Ende näherte, war sie davon überzeugt, dass sie den zwölf Wochen langen Mutterschaftsurlaub nicht benötigen würde. Sie war Kinderkrankenschwester und liebte ihren Beruf. Nach acht Wochen, schätzte sie, würde sie ihre Kollegen und ihre Patienten vermissen. Sie

würde sich einsam fühlen, wenn sie die ganze Zeit zu Hause war. Dann kam ihr Sohn Will zur Welt, und sie konnte sich nicht vorstellen, von ihm getrennt zu sein. Acht Wochen waren vorbei, und sie wollte nicht wieder Vollzeit arbeiten gehen, noch nicht und vielleicht auch nicht, wenn die zwölf Wochen vorbei waren. Sie machte sich Sorgen wegen der Tagesbetreuung. Würde er dort auch sicher sein? Würden seine Betreuerinnen und Betreuer ihn rechtzeitig füttern? Würden sie ihn zu lange weinen lassen? Würde es ihm überhaupt gut gehen, außerhalb des Kokons aus Sicherheit und Fürsorge, den sie und ihr Mann um ihn herum gewoben hatten, mit Liebe, ja, aber auch aus einem Gefühl der Dringlichkeit und Sorge heraus? Solche Sorgen sind völlig normal für junge Eltern. Emily hatte jedoch das Gefühl, dass es Symptome von etwas Größerem, Umfassenderem waren. Die Arbeit als Krankenschwester hatte ihre Identität ausgemacht. Und diese Identität befand sich in einer Krise.

Es ging allerdings nicht ausschließlich um Emilys Arbeit. Immer wieder kam ihr Dawn, das Baby aus *Trainspotting*, in den Sinn. Es tauchte eine ganz bestimmte Szene aus dem Bild vor Vincents geistigem Auge auf, obwohl es mindestens zehn Jahre her war, dass sie den Film gesehen hatte. Wenn Sie den Film kennen, wissen Sie, welche Szene ich meine, auch wenn Emily mich dringend gebeten hat, mir den Film auf keinen Fall anzusehen. Sie wollte nicht, dass mich diese Szene ebenso verfolgte wie sie. (»Sieh dir lieber *Bao* an«, riet sie mir, »und nimm dir Taschentücher mit«, als sei das ein wirksames Gegenmittel. *Bao* ist ein mit dem Oscar ausgezeichneteter Pixar-Zeichentrickfilm; ein chinesisches Baozi-Hefeklößchen verwandelt sich in einen kleinen Jungen mit einer überfürsorglichen, aber sehr liebevollen Mutter.)

Dawn und Will haben nichts gemeinsam, außer dass beide Säuglinge und naturgemäß ihrer Umgebung hilflos ausgeliefert sind. Baby Dawn stirbt vernachlässigt in einem fiktiven

Edinburgh, während die Erwachsenen, die sich um sie kümmern sollten, in der Spirale der Heroinsucht untergehen. Will dagegen wird liebevoll zu Hause in Cincinnati umsorgt, seine Eltern haben die Mittel, sich für seine Erziehung einzusetzen. Dennoch musste Vincent ständig an das Bild der bewegungslos in ihrer Wiege liegenden Dawn denken, wenn ihr Sohn tagsüber ein Schläfchen machte, oder wenn sie frühmorgens, nachdem sie ihn gefüttert hatte, im Bett lag und sich immer wieder sagte: »Es geht ihm gut. Er ist in seinem Bettchen. Es geht ihm gut« – ein Mantra der Wahrheit gegen ihre größte Angst. Sie konnte es sich nicht erklären.

»Ich kam mir so dumm vor, weil ich mich wegen dieser Filmszene dermaßen verrückt machte«, erzählte sie mir, als Will sechs Monate alt war. »Und ich kam mir auch dumm vor, weil ich nicht wieder in Vollzeit arbeiten wollte.« Sie hatte Angst vor dem, was sie empfinden würde, sagte sie, und wie es sich auf ihre Fähigkeit, eine gute Mutter zu sein, und auf ihre Selbstwahrnehmung auswirken würde.

Auch Alice Owolabi Mitchell stellte sich selbst infrage.

Vor der Geburt ihrer Tochter hatte sie sich auf alle möglichen Szenarien vorbereitet. Sie wusste, dass die Risiken lebensbedrohlicher Komplikationen vor und nach der Geburt für sie als Schwarze Frau in den Vereinigten Staaten weitaus höher waren als für eine weiße werdende Mutter. Als Teenager hatte Owolabi Mitchell miterlebt, wie ihre eigene Mutter zwei Wochen nach der Geburt eines Sohnes an Herzstillstand gestorben war. Ihr kleiner Bruder war inzwischen 14 Jahre alt, und sie hatte ihn gemeinsam mit ihrem Ehemann großgezogen. Die Geschichte ihrer Mutter und ihre eigene waren eine große Belastung. Während der Schwangerschaft hatte Owolabi Mitchell mit einer Therapie angefangen und sich bei einer Vereinigung von Doulas um einen Betreuungsplatz bemüht. Außerdem plante sie, sich im nahe gelegenen Boston und in der

Nähe von Quincy, wo sie wohnte, einer diversen Müttergruppe anzuschließen.

Doch dann wurde Everly einen Monat zu früh geboren. Owolabi Mitchell hatte keine Möglichkeit mehr, letzte Vorbereitungen zu treffen, bevor sie beurlaubt wurde – sie war Grundschullehrerin –, oder sich von ihrer Klasse zu verabschieden. Sie hatte das Gefühl, dass es ihr nicht möglich gewesen war, sich auf die Ankunft ihres Babys einzustellen. Wenige Tage nach Everlys Geburt wurden in den Vereinigten Staaten Schutzmaßnahmen und Lockdowns aufgrund der Coronavirus-Pandemie eingeführt. Owolabi Mitchells Milcheinschuss ließ auf sich warten, und sie und Everly hatten Schwierigkeiten beim Anlegen und Stillen. Sie fragte sich, ob Everly genügend zu sich nahm, ob ihr eigener Stress den Milchfluss negativ beeinflusste und auf wie vielen Ebenen die Pandemie ihrer Familie gefährlich werden könnte. Alle Selbsthilfegruppen waren abgesagt. Da die meisten Arztpraxen geschlossen waren, vergingen erst sechs, dann sieben und schließlich acht Wochen, und Owolabi hatte noch immer keinen Termin für die übliche Untersuchung nach der Geburt bei ihrer Gynäkologin.

In diesen ersten Wochen quälte sie insbesondere eine Frage: Warum fühlte sie keine Bindung zu ihrem Baby? Sie hatte erwartet, bei Everlys Geburt eine tiefe Zuneigung zu empfinden, dass sie sich auf Anhieb so sehr in ihre Tochter verlieben würde, dass ihr diese Gefühle über die ersten verwirrenden Tage hinweghelfen und sie die Schmerzen nach der Geburt vergessen und sogar die Wirren der Pandemie überstehen lassen würden. »Ich habe erwartet, dass sich automatisch ein Schalter in mir umlegt, aber nichts passierte«, sagte sie mir. Und sie fragte sich: »Bin ich jetzt eine schlechte Mutter, weil ich nicht so empfinde?«

Obwohl meine Erfahrungen als erstmalige Mutter in den Einzelheiten unterschiedlich waren, ist mir doch vieles an den Geschichten von Owolabi Mitchell, Emily Vincent und so vieler

anderer Eltern sehr vertraut. Unsere Erwartungen an uns selbst stimmten nicht mit der Realität überein. In den Tagen und Wochen nach der Geburt meines ersten Sohnes empfand ich Freude und ehrfürchtiges Staunen. Was ich nicht empfand, war eine natürliche Ruhe oder ein Gefühl der Klarheit und Gewissheit in meinen Gedanken oder Handlungen. Stattdessen war ich vielmehr in Aufruhr, in einer ständigen und ungewohnten inneren Bewegung. Wir alle hatten die Pforte der Geburt durchschritten und mussten mit Schrecken feststellen, dass die Topografie der Karte, die man uns als Wegweiser mitgegeben hatte, kaum mit dem übereinstimmte, was wir vorfanden. Wir waren auf das Festland zugesteuert – und nun trieben wir ohne Anker im Meer.

In meinen ersten Wochen und Monaten als Mutter begleitete die Sorge jeden meiner Gedanken als ein ständiges Hintergrundgeräusch. Sie war nie ganz weg. Mit den Sorgen kamen die Schuldgefühle. Und mit den Schuldgefühlen die Einsamkeit. Ich fühlte mich weder als die Mutter, die mein Sohn verdiente, noch als die von Natur aus sorgende Mutter, die ich, wie man mir immer wieder versichert hatte, sein würde. Die Umlaufbahn meines Lebens war geschrumpft und beschränkte sich nun auf den Sessel, auf dem ich saß, wenn ich meinen Sohn stillte, und auf das Zimmer, in dem seine Wiege neben unserem Bett stand. Selbst davon fühlte ich mich überfordert und kam mir wie eine Versagerin vor.

Nichts an diesen ersten Wochen – an dieser totalen Aufbietung, dieser Niedergeschlagenheit, die mit der Freude einherging – war so, wie ich es mir vorgestellt hatte. Gute Freunde, die bereits Kinder hatten, versicherten mir, es würde nach den ersten Monaten besser werden, sobald das Baby einmal durchschlief. Über das schwer zu benennende Gefühl, das ich empfand – als sei ich im Begriff, mich aufzulösen –, sprachen sie allerdings nicht. Ebenso wenig wie ich.

Die Monate vergingen, und meine Sorge ließ etwas nach, aber das Gefühl, in eine neue Realität eingetreten zu sein, in der ich mich nur schwer zurecht fand und in der sich alles ein Stück verschoben hatte, blieb. Manchmal konnte das durchaus aufregend sein. Ich entdeckte neue Kräfte in mir. Vor dem Spiegel, mit meinem Sohn auf dem Arm, betrachtete ich beeindruckt unsere beiden Körper, staunte über das, was ich da geschafft hatte. Manchmal, in der Schlange beim Einkaufen, hinter einer Mutter mit einem Kleinkind im Wagen, oder wenn ich auf dem Weg zur Arbeit jemanden mit der gleichen hässlichen Brustpumpe sah, die ich ebenfalls hatte, fragte ich mich, ob sie wohl ebenso empfanden wie ich. Hatten sie sich an die ständig vorbeirauschenden Schreckensvisionen gewöhnt, die sich bis zur Absurdität steigern konnten? (Was ist, wenn die verstopfte Nase das erste Zeichen einer Lungenentzündung ist? Was ist, wenn ich auf der Treppe stürze, während ich ihn trage? Was ist, wenn mein Kind eines Tages eine dieser gefürchteten Waschmittelkapseln verschluckt?) Weinten sie auch manchmal unkontrolliert vor sich hin, wenn sie von einem gekenterten Boot voller Flüchtlinge im Mittelmeer lasen – oder vom neuesten Amoklauf in der Schule, dem neuesten Hassverbrechen –, und empfanden sie die Nachrichten nicht mehr nur als tragisch, sondern als einen körperlichen Schmerz, als tiefe Qual für das Baby einer anderen Person? Kannten sie auch diese seltsame Zerrissenheit zwischen dem Drang, aus der Dusche zu springen und das weinende Kind im Nebenzimmer zu trösten, und dem gleichzeitigen Wunsch, aus dem Badezimmerfenster zu klettern, weil man sich so verzweifelt nach einem Augenblick für sich allein, mit seinem früheren Selbst, sehnt?

Ich befürchtete, ihre Antwort darauf wäre ein Nein gewesen. Dass ich eine Außenseiterin war und jener Mutterinstinkt, der für Gleichgewicht im Tumult der neuen Elternschaft sorgt, bei mir einfach nicht vorhanden war. Oder, noch schlimmer, dass



sich etwas tief in meinem Inneren verändert hatte. Dass es freigesetzt worden war.

Bücher über die Schwangerschaft und die Elternschaft streiften diese Frage, die ich über mich selbst als Mutter hatte, nur am Rande. Die erste Andeutung<sup>2</sup> einer etwas anderen Sichtweise entdeckte ich in einer zerfledderten, durch viele Hände gegangenen Ausgabe von *Infants and Mothers: Differences in Development*, ein Buch des berühmten Kinderarztes T. Berry Brazelton, ursprünglich im Jahr 1969 erschienen. Brazelton schrieb, dass sich viele junge Mütter mit emotionalen und psychologischen Herausforderungen konfrontiert sähen, dass derlei Schwierigkeiten jedoch normal seien und »vielleicht ein wichtiger Teil ihrer Fähigkeit, ein anderer Mensch zu werden«. Bald darauf las ich andere Texte über das mütterliche Gehirn, und da ich von Natur aus jemand bin, der schon von Berufs wegen viele Fragen stellt, fing ich an, mich intensiv mit diesem Thema und der entsprechenden Forschung zu beschäftigen.

Häufig dachte ich an Brazeltons Worte, als ich mir die Studien ansah, in denen die Veränderungen des Volumens der grauen Hirnsubstanz bei Müttern dokumentiert wurden, oder das, was eine Studie als »die umfassende Umgestaltung der Synapsen und neuronalen Aktivitäten« bezeichnete.<sup>3</sup> Ein halbes Jahrhundert zuvor hatte Brazelton bereits erahnt, was Wissenschaftler heute durch Gehirnschans und in Tiermodellen nachweisen, nämlich dass die Elternschaft eine »andere Art von Menschen« hervorbringt.

Bei der Geburt eines Kindes wird nicht einfach ein Schaltkreis aktiviert, der für den Mutterinstinkt bestimmt ist und nur im weiblichen Gehirn vorkommt. Forschungen zur Neurobiologie von Eltern haben damit begonnen, die vielen Möglichkeiten zu dokumentieren, wie die Geburt eines Kindes das Gehirn umgestaltet und die neuronalen Rückkopplungsschleifen verändert, die bestimmen, wie wir auf unsere Umwelt reagieren, andere

Menschen lesen und auf sie reagieren und wie wir unsere eigenen Emotionen regulieren. Eltern zu werden, verändert unser Gehirn, funktional und strukturell, und zwar so, dass die physische und mentale Gesundheit einer Person für den Rest des Lebens davon beeinflusst wird. Die festgestellten Veränderungen bei schwangeren Müttern, der am gründlichsten untersuchten Gruppe, waren sogar derart signifikant, dass die Forschung die Mutterschaft mittlerweile als eine der wichtigsten Entwicklungsphasen des Lebens betrachtet. Inzwischen erforscht man auch, inwiefern sich die Gehirne *aller* Eltern, die sich um ihre Kinder kümmern, ganz unabhängig davon, wie sie Eltern wurden, durch die Intensität dieser Erfahrung und die damit einhergehende hormonelle Umstellung verändern. Wir werden durch die Elternschaft in einem sehr realen Sinne neu geformt.

In den meisten Büchern über Schwangerschaft oder ärztlichen Broschüren wird nur beiläufig erwähnt, dass der Hormonspiegel faktisch während der Schwangerschaft und Geburt stark ansteigt und danach jäh abfällt. Frischgebackene Eltern werden mit Informationsmaterial aus dem Krankenhaus entlassen, in dem behutsam vor dem »Babyblues«<sup>4</sup> gewarnt wird, eine Phase der Stimmungsschwankungen und leichten Depression, die viele Eltern in den ersten Wochen nach der Geburt erleben. Wir erfahren jedoch nur selten, was diese Hormonumstellungen bewirken.

Der Hormonschub rund um den Zeitpunkt der Geburt wirkt wie ein Eilbefehl für den Umbau des Gehirns und sensibilisiert es für die Schaffung neuronaler Bahnen,<sup>5</sup> die zunächst die Eltern – trotz Selbstzweifeln oder mangelnder Erfahrung – motivieren, die Grundbedürfnisse ihres Babys in den schwierigen ersten Tagen zu erfüllen, und sie dann für einen längeren Zeitraum darauf vorbereiten, zu lernen, wie sie für ihr Kind sorgen. Babys verändern sich so schnell wie das Wetter. Ehe wir es uns versehen, wachsen sie zu laufenden, sprechenden Wesen

mit komplexen körperlichen und emotionalen Bedürfnissen heran. Eltern müssen in der Lage sein, sich mit ihren Kindern zu verändern. Das Gehirn stellt sich auf diesen Prozess ein: Es wird formbarer, anpassungsfähiger, als es normalerweise ist, vielleicht sogar mehr als zu jedem anderen Zeitpunkt im Erwachsenenalter.

Die physiologischen Veränderungen sind erheblich. Mithilfe bildgebender Verfahren und anderer Instrumente konnten eindeutige Veränderungen der physischen Struktur im Hirn erstmaliger Mütter erkannt und nachgewiesen werden. Das Volumen von Hirnarealen, die bei der Fürsorge und Erziehung eine entscheidende Rolle spielen, einschließlich jener Areale, die unsere Motivation, Aufmerksamkeit und sozialen Reaktionen beeinflussen, hat sich erheblich vergrößert. Dabei handelt es sich um komplexe strukturelle Veränderungen. Offenbar verändert sich der Umfang einiger Areale<sup>6</sup>, und sie wachsen oder schrumpfen, während das Gehirn sich den rasch wandelnden Anforderungen der neuen Elternschaft anpasst, insbesondere während der Schwangerschaft und in den ersten Monaten mit dem Neugeborenen. Dieser Prozess, so die Annahme, stellt eine Feinabstimmung des Gehirns auf die Anforderungen der Elternschaft dar.

Forscher haben ein Grundmuster im Hirn erstmaliger Eltern entdeckt, das sich im Laufe der Schwangerschaft allmählich herausbildet: ein Schaltkreis der Fürsorge, der aktiviert wird, sobald Eltern beispielsweise Tonaufnahmen ihres schreienden Säuglings hören oder auf Bilder oder Filme reagieren, die ihr lächelndes oder weinendes Kind zeigen. Dieser Schaltkreis ist auch dann aktiv,<sup>7</sup> wenn die Mutter keiner besonderen Tätigkeit nachgeht und etwa in der Röhre eines fMRT-Gerätes liegt und ihren Gedanken nachhängt. Die Fürsorge für ein Baby ändert das, was in der Forschung als funktionale Architektur des Hirns bezeichnet wird, jenes System, innerhalb dessen sich Ge-

hirntätigkeiten abspielen. Und bemerkenswerterweise bleiben diese Veränderungen nicht nur Wochen oder Monate nach der Geburt des Kindes<sup>8</sup> bestehen, sondern noch Jahrzehnte später, nachdem unsere Erziehungszeit bereits abgeschlossen ist.

Folgt man der Wissenschaft, werden bei der vollständigen Renovierung des elterlichen Gehirns also weit mehr als nur ein paar Möbelstücke umgestellt, um etwas Platz zu schaffen. Eltern zu werden, bedeutet, dass tragende Wände verschoben werden. Es verändert den gesamten Grundriss bis auf den Einfallswinkel des Lichts.

Mit der Zeit übte mein zunehmendes Wissen über diese Vorgänge eine beruhigende Wirkung auf mich aus. Das Hirn verändert sich, wenn man ein Baby bekommt. Das gilt nicht nur für jenes Fünftel der Eltern, die unter postpartalen Stimmungs- oder Angststörungen leiden, sondern für *alle*. Für die Gesamtheit *aller Eltern*. Nach der ersten, orientierungslosen Zeit der frühen Mutterschaft war diese fundamentale Wahrheit für mich wie ein Rettungsanker. Vielleicht war der Aufruhr, den ich empfand, doch nichts Ungewöhnliches und gehörte unvermeidlich zur Neuorientierung des Hirns auf die Mutterschaft dazu. Diese Erkenntnis rief eine neue Reihe von Fragen hervor: Gab es da noch etwas, was mir entgangen war? Wie genau änderte sich das Hirn und welche Auswirkungen hatten diese Veränderungen auf mein Leben? Und warum hatte ich das nicht schon vorher erfahren?

Die Geschichte, die mir die Wissenschaft erzählte, handelt jedenfalls mit Sicherheit nicht von einer Frau, die, ausgestattet mit dem Zaubermittel der Mutterliebe, auf jedes Bedürfnis ihres Babys reflexhaft richtig reagiert, jegliche Selbstaufopferung klaglos hinnimmt und einfach den Born mütterlicher Weisheit anzapft. Dieses Narrativ hat mit der Erfahrung erster Mutterschaft ungefähr ebenso viel zu tun wie die Märchenprinz-Geschichten von Disney mit der heutigen Dating-Welt.

Stattdessen berichtet die Wissenschaft, dass werdende Elternschaft mit einer Art Überflutung einhergeht. Wir sind diesem Ansturm der Eindrücke unserer sich verändernden Körper und Gewohnheiten kaum gewachsen. Oder den hormonalen Veränderungen im Laufe der Schwangerschaft, der Geburt und des Stillens. Oder natürlich den Eindrücken von unseren Babys selbst, mit ihrem typischen Geruch, ihren winzigen Fingern, ihrem leisen Glucksen und ihren niemals endenden Bedürfnissen. Man könnte es schon beinahe als brutal bezeichnen, wie vollständig wir von diesen Veränderungen überwältigt werden, wie ein den Naturgewalten ausgesetzter Felsblock an der Meeresküste. Einige Forscher bezeichnen es als umfeldbedingte Komplexität der jungen Elternschaft.<sup>9</sup> Die Gesamtheit der neuen Inhalte, die unser Gehirn mit einem Mal verarbeiten muss, mag auf uns desorientierend und stressig wirken. Aber das hat seinen Zweck.

Denn gerade diese Flut von Anreizen nötigt uns, uns um das Neugeborene in seinem besonders verwundbaren, hilfsbedürftigen Zustand zu kümmern, weil elterliche Liebe weder automatisch erfolgt noch absolut ist. In gewissem Sinne arbeitet das Gehirn, damit unsere Babys am Leben bleiben, bis unser Herz gleichzieht. Das Gehirn verwandelt uns in schützende, nahezu obsessive Hüter, obwohl viele von uns keinerlei Erfahrung darin haben, ein Kind großzuziehen. Allein schon deswegen hätte es allerhöchste Bewunderung verdient. Und das ist nur der Anfang.

Wissenschaftler verfolgen seit einer Weile, inwieweit die durch die Geburt eines Kindes verursachten Veränderungen im Gehirn das Verhalten einer Person, ihr Dasein, ihr gesamtes Leben beeinflussen. Wer fragt, wie viel man darüber bis heute tatsächlich weiß, erhält unweigerlich die Antwort: »Viel zu wenig.« Die Arbeit steht erst am Anfang. Doch die bisherigen Ergebnisse und Fragen, die sie aufwerfen, sind bereits sehr be-

deutungsvoll. Mich damit zu beschäftigen, war für mich ungefähr so, als würde ich mein eigenes Bild im Schaufenster einer geschäftigen Einkaufsstraße sehen – eine Möglichkeit, mich selbst zu erkennen.

Forscher und Forscherinnen haben festgestellt, dass sich Mutterschaft allem Anschein nach darauf auswirkt, wie Mütter andere lesen und auf soziale und emotionale Schlüsselreize reagieren; das betrifft nicht nur ihre eigenen Babys,<sup>10</sup> sondern auch ihre Partner und andere Erwachsene. Möglicherweise verändert die Mutterschaft außerdem ihre Fähigkeit, emotionale Zustände zu regulieren<sup>11</sup>, und hilft ihnen dabei, selbst dann – relativ – ruhig zu bleiben und besonnen zu reagieren, wenn sie mit einem schreienden Säugling (oder einem trotzigem Vorschulkind oder einem launischen Teenager) konfrontiert sind. Während echte, aber meist kurzfristige Gedächtnisaussetzer während der Schwangerschaft und der postpartalen Phase zwar durchaus häufiger vorkommen<sup>12</sup>, konnte aber auch festgestellt werden, dass Mutterschaft in bestimmten Kontexten die Handlungsfähigkeit verstärkt und somit eine Person befähigt, strategischer vorzugehen und sich mehreren Aufgaben gleichzeitig zu widmen. Obwohl die bisher vorliegenden Daten noch recht unübersichtlich sind, legt eine kleine Anzahl von Studien dennoch nahe, dass Mutterschaft sogar im späteren Leben die kognitiven Fähigkeiten schützen könnte.<sup>13</sup>

Die Fragen, die in diesem Feld an vorderster Stelle stehen, sind dringend und auf frustrierende Weise grundlegend. Bisher wurde Elternschaft von der Wissenschaft vernachlässigt. Man ordnete sie eher dem moralischen oder »weichen« soziologischen Bereich zu und hielt sie einer rigorosen Untersuchung für nicht würdig. Es herrschte die Überzeugung,<sup>14</sup> menschliches mütterliches Verhalten sei, über die Schwangerschaft und das Stillen hinaus, vollständig durch soziale und individuelle

Faktoren bestimmt und kaum durch physiologische. Tatsächlich kommt jedoch die Gesamtheit aller psychosozialen und neurobiologischen Elemente in der Elternschaft zum Tragen: ein Wandel der Lebensführung und ein Wandel des Selbst.

Davon sind führende Forscher auf diesem Feld mittlerweile überzeugt – viele von ihnen sind Frauen, wie ich hier noch anmerken möchte –, und sie suchen nach Antworten, die weitreichende Folgen haben könnten. Warum führen die Veränderungen im Gehirn, die Eltern zur Fürsorglichkeit motivieren, zugleich dazu, sie auf eine Art und Weise verwundbar zu machen, die ihr ureigenstes Ziel gefährdet? Welche langfristige Bedeutung hat die reproduktive Geschichte einer Person, auch wenn sie keine Kinder bekommen hat, auf deren Gesundheit? In welcher Weise interagiert eine gehirnverändernde Suchterkrankung mit der gehirnverändernden Phase junger Elternschaft? Beeinflussen die schwangerschaftsbedingten Veränderungen des Hirns die Wirksamkeit von Antidepressiva in der postpartalen Periode? Inwiefern wirken sich Traumata, in allen Formen, einschließlich der verbreiteten Erfahrung einer Fehlgeburt und eines Geburtstraumas, im Laufe der Zeit auf das Erleben der postpartalen Phase und der mentalen Gesundheit aus? Abgesehen von Witzen über scheinbar demente Mütter, was verändert sich tatsächlich in den kognitiven Funktionen einer Person, die ein Kind bekommen hat? Inwiefern beeinflussen diese Gehirnveränderungen Kreativität und emotionale Zustände? Welche langfristigen Auswirkungen haben sie?

Für mich steht inzwischen außer Frage, wie relevant das Thema des elterlichen Gehirns nicht nur für Menschen ist, die Geburtskurse besuchen oder irgendwie die ersten Wochen zu Hause mit einem Neugeborenen überstehen müssen. Dieses Thema ist auch für Großeltern und politische Entscheidungsträger, für Menschen in der Gesundheitsfürsorge und im Rechtsbeistand, für arbeitende Eltern und deren Arbeitgeber

von Belang und daneben für alle, die selbst daran denken, Eltern zu werden, und nach Informationen suchen, die über die gängige Mythologie hinausgehen und ihnen bei ihrer Entscheidung helfen. Die Wissenschaft kann dazu beitragen, normatives Gender-Denken im privaten Bereich und bei der Arbeit zu verändern, sie kann politische Entscheidungen voranbringen, die tatsächlich Eltern mit kleinen Kindern zugutekommen und die Beziehung zwischen Eltern und Gesellschaft neu ausgestalten. Zumindest jedoch verändern diese Erkenntnisse die Geschichten, die wir uns über unsere individuellen Erfahrungen der Elternschaft und über die Welt rings um uns erzählen, Geschichten, die unbedingt neu geschrieben werden müssen. Geschichten über das Innenleben der Rotkehlchenmutter oder meine eigene Zerrissenheit.

Die Wissenschaft hat etwas Entscheidendes zutage gefördert, das ganz offensichtlich in der alten Geschichte vom Mutterinstinkt fehlt: die Zeit. Eine Mutter oder Eltern zu werden, ist ein Prozess. Wer noch nie für eine andere, verletzte Person gesorgt hat, kann nicht auf eine grundsätzliche Fähigkeit zur Elternschaft zurückgreifen. Man wächst allmählich in die Aufgabe hinein. Das kann ein ebenso schmerzhafter wie wirkmächtiger Prozess sein. Und obendrein ein langfristiger. Die unterschiedlichsten Faktoren beeinflussen seine Entwicklung. Inwieweit würden sich unsere Erwartungen ändern – die wir an uns selbst stellen und woran wir andere messen –, wenn wir diese grundlegende Wahrheit erkennen könnten?

Tatsächlich wissen wir das schon seit langer Zeit. Viele, die diese Veränderungen durchlebten, haben das festgestellt. Feministische Wissenschaftlerinnen erklären bereits seit Generationen, dass eine Menge von dem, was man uns über Mutterschaft erzählt, insbesondere die Vorstellung eines fest verdrahteten, universellen und für die weibliche Identität wesentlichen



mütterlichen Instinktes, nicht stimmt. Anfang der 60er-Jahre legten ein einfühlsamer Forscher an der Rutgers University und sein Team eine Arbeit vor, in der sie ihre Untersuchungen zu Hauskatzen dokumentierten und diese Aussagen mit belastbaren Ergebnissen untermauerten.

Jay S. Rosenblatt war eine recht ungewöhnliche Erscheinung, denn er untersuchte im Laufe seiner Karriere nicht nur die komplexe Psychobiologie des mütterlichen Verhaltens bei Säugetieren, sondern war auch als Psychoanalytiker tätig. Außerdem malte er<sup>15</sup> und hatte im Zweiten Weltkrieg als Camoufleur gearbeitet, vielleicht ein Hinweis auf seine Fähigkeit, Verborgenes zu erkennen.

Jahrzehntelang hatten viele seiner Kollegen und die meisten seiner Vorgänger mütterliche Verhaltensmuster über alle Arten hinweg betrachtet – die Neigung, sogar als erstmalige Mütter Nester zu bauen und ihre Jungen zu füttern und zu schützen – und diese als so einheitlich, so typisch für die weiblichen Tiere bewertet, dass es sich ihrer Ansicht nach um ein angeborenes geschlechtliches Merkmal handeln musste. Weibliches Verhalten sei »fraglos angeboren«,<sup>16</sup> erklärte Frank A. Beach Jr., Pionier auf dem Feld der behavioralen Endokrinologie, im Jahr 1937. Diese Sicht sollte lange maßgeblich bleiben. »Forschungen über das mütterliche Verhalten der Ratte haben deren Handlungen ausnahmslos als angeboren klassifiziert.« Angeboren im Gegensatz zu erlernt oder erworben. Ein Teil der Werkseinstellung gewissermaßen.

Auch Neugeborene wurden für eine Weile auf ähnlich statische Weise betrachtet, als Geschöpfe, die heranwachsen und lediglich motorische, aber keine sozialen Fertigkeiten entwickeln, bis sie die Neugeborenen-Phase hinter sich lassen. Die Autoren und Autorinnen einer Studie aus dem Jahr 1950 verfolgten die Entwicklung von Welpen und hielten fest, dass die Fähigkeit der Hunde, in den ersten Lebenswochen etwas zu

erlernen, »extrem begrenzt« sein müsse.<sup>17</sup> Der Mensch sei ähnlich beschaffen, befanden sie. Zu Beginn eines neuen Lebens, so die Überzeugung, schienen Mutter und Kind hauptsächlich instinktiv zu handeln.

Instinkt ist seit jeher ein recht unscharfer Begriff und galt generell als eines der Verhaltensmuster, das alle Mitglieder einer Spezies ohne vorheriges Erlernen auf nahezu dieselbe Art und Weise ausführen, etwa die Migrationsflüge der Zugvögel oder die besondere Rolle jeder einzelnen Biene beim Bau des Bienenstockes. Psychologen, die im ausgehenden 19. und frühen 20. Jahrhundert mit einer Theorie des Instinkts aufwarteten, waren sich bei der Begriffsdefinition des Instinkts und über dessen Wirkungsweise häufig uneins. In den frühen 50er-Jahren wurde durch den österreichischen Ethologen Konrad Lorenz und andere die Vorstellung populär, dass artentypische Verhaltensmuster auf ererbte, maschinenähnliche Mechanismen des zentralen Nervensystems zurückgehen. Von Lorenz stammt die berühmte Beschreibung des Prozesses der Prägung, bei dem das gerade geschlüpfte Küken bestimmter Vogelarten sich eng an das erste Lebewesen oder Objekt anschließt, das sich bewegt. Lorenz' Beobachtungen der Vögel, die sich auf ihn prägten, schufen die Grundlagen seiner Instinkttheorien der gesamten Lebensspanne und insbesondere die Verbindung zwischen Müttern und ihren Babys.

Nach Lorenz' Überzeugung geht Instinktverhalten<sup>18</sup> auf ererbte Impulse zurück; diese wiederum werden in bestimmten Hirnarealen aufgebaut, wo ein Schlüsselreiz eine bestimmte Handlungsantwort auslöst. Die Wissenschaftshistorikerin Marga Vicedo setzt sich in ihrem Buch *The Nature & Nurture of Love* mit Lorenz und den von ihm beeinflussten Psychologen und Psychoanalytikern auseinander und zeigt, dass Lorenz häufig auf eine eingängige Analogie von Schloss und Schlüssel zurückgriff, um angeborenes Verhalten und die jeweiligen

Schlüsselreize, die es in Gang setzen, zu beschreiben. »Die Form des Schlüssels«, schrieb er, »ist vorherbestimmt.« Lorenz sah das instinktive Verhalten von Müttern und Babys als ein komplexes System solcher Schlösser und eines großen Schlüsselbundes mit Auslösereizen, die vor langer Zeit geschmiedet wurden.

Lorenz' Werk und sein Schreiben waren in vieler Hinsicht für die artenübergreifende Verhaltensforschung relevant. Mit zwei anderen Verhaltensforschern<sup>19</sup> erhielt er 1973 den Nobelpreis für ihre Arbeit über Prägung und das umfassendere Thema, inwieweit genetische Anlagen das Verhalten bestimmen. Einige Fachkollegen hielten die Auszeichnung für fragwürdig,<sup>20</sup> da Lorenz im Jahr 1938 bekanntlich der NSDAP beigetreten war – eine Entscheidung, die er später nach eigenem Bekunden bedauerte. Damals hatte er mit seinen Verhaltenstheorien auch die Vorstellung der Rassenreinheit eines Staates unterstützt und sich gegen die Ausbreitung von »sozial minderwertigem Menschenmaterial« ausgesprochen. Dennoch wird er in der gesamten modernen Fachliteratur über das elterliche Gehirn zitiert; zum einen wegen seiner grundlegenden Arbeit, wie soziale Bindungen biologisch verankert sind, und zum anderen wegen seiner populären Theorie über das *Kindchenschema*, wonach bestimmte Gesichtszüge als Schlüsselreiz im Gehirn der Eltern wirken.

Lorenz legte nahe,<sup>21</sup> dass äußerliche Merkmale des Kleinkindes – großer Kopf, runde Wangen, unbeholfene Bewegungen und ein gestauchter Körper, der einem »schlaffen Fußball« ähnelt – ein instinktives Verhalten auslösen. Insbesondere Frauen neigen dazu, das Baby schützend in den Arm zu nehmen, eine liebevolle Reaktion, die auch Lorenz' eigene Tochter bei einer niedlichen Puppe zeigte. Neue und sorgfältigere Forschungen bekräftigen die Annahme, niedliches Aussehen könne mächtige und messbare Aktivitäten im menschlichen Gehirn aus-

lösen, wenngleich sich diese Zuordnungen glücklicherweise etwas anders gestalten und nicht mehr der gesellschaftlichen Vorstellung zugrunde liegen, Puppen bedeuteten für Mädchen automatisch das Gleiche wie Babys für Frauen.

Lorenz' strenge Definition des Begriffes Instinkt, wonach dieser vom Kontext der Lebensumstände und Umwelt einer Person und deren Erfahrung getrennt und in ein Individuum eingebaut ist wie ein Organ, hatte für Mütter äußerst nachteilige Auswirkungen. Mit seiner Arbeit zog Lorenz das Publikum in seinen Bann. Da stand er, mit bloßem Oberkörper<sup>22</sup>, in einem Teich und plauderte mit seinen Junggänsen, und darüber prangte die Schlagzeile der Zeitschrift *Life* von 1955: »Die adoptierte Gänsemutter«. Er fand auch viel Anklang unter den Spezialisten für kindliche Entwicklung,<sup>23</sup> die in seinen Theorien ihre eigenen Vorstellungen in Bezug auf das Fürsorge- und Bindungsverhalten zwischen menschlichen Müttern und ihren Babys bestätigt sahen. Vicedo hält fest, wie Lorenz im Laufe seiner Karriere immer kühner wurde, und das obwohl (oder weil) die Kritik vonseiten seiner Fachkollegen aus der zoologischen Verhaltensforschung lauter wurde. Während er zunächst nur davon sprach, es sei wahrscheinlich, dass jene Art der mechanischen Prägung, die er bei Gänsen beobachtet hatte, auch bei menschlichen Kindern stattfinde, stellte er diese Annahme später als Fakt dar. Und wer ihn nicht beachtete, besiegelte den Untergang der Menschheit. Mütter verbrachten zu wenig Zeit mit ihren Babys,<sup>24</sup> so Lorenz, und zerstörten damit »erblich bedingtes Sozialverhalten«. Folgerichtig äußerte er gegenüber der *New York Times*,<sup>25</sup> die »Fähigkeit, persönliche Bindungen einzugehen, verkümmere« und Gewalt und Verbrechen nähmen innerhalb der Gesellschaft zu. Aus Lorenz' Sicht müssen Mütter in Übereinstimmung mit ihren ererbten Instinkten handeln, oder sie setzen die Zukunft unserer Spezies aufs Spiel.

Inzwischen hat die Wissenschaft dieser Annahme eine Abfuhr erteilt. Da wir das Gehirn heute als ein komplexes Netzwerk aus Reaktionen begreifen, die auch durch unsere gelebte Erfahrung und unser physisches und soziales Umfeld bestimmt werden, lässt sich eine so stark vereinfachende Vorstellung von einer Energie, die sich gleichsam in einem bestimmten Hirnareal aufbaut und nur auf einen spezifischen Auslöser wartet, nicht länger halten. Dennoch haben viele von Lorenz' Vorstellungen über einen genetisch bestimmten Mutterinstinkt die Zeit überdauert.

Werdende Eltern erwarten häufig, dass sie in den ersten Augenblicken mit dem Neugeborenen ein überwältigendes Gefühl der Zuneigung und Wärme verspüren und der Anblick des Gesichts ihres Kindes sofortige und innige Liebe in ihnen auslöst, wie man es ihnen während der Schwangerschaft immer erzählt hat. Viele von uns sind entsprechend verwirrt, wenn sich andere Gefühle einstellen. Trauer und Betroffenheit. Oder sie haben ambivalente Gefühle. Liebe und Angst. Freude und Bedrohung. Wenn etwas während der Schwangerschaft oder nach der Geburt unseres Kindes schief läuft und es Komplikationen oder andere Stressfaktoren gibt – etwa eine schwierige Partnerschaft, finanzielle Sorgen oder eine globale Pandemie –, dann können diese unsere nachgeburtlichen Erfahrungen auf unvorhersehbare Weise beeinflussen und uns vermutlich schon zu diesem Zeitpunkt glauben lassen, versagt zu haben. Lorenz' Stimme hallt in allen quälenden Diskussionen darüber nach, wie wir Kinderfürsorge und Karriere miteinander vereinbaren können. Und sie ist ebenfalls hörbar, wenn wir erfolglos versuchen, unser weinendes Neugeborenes in den frühen, desolaten Morgenstunden zu trösten, und uns fragen, was mit uns oder mit unserem Baby oder mit unserer Bindung nicht stimmt. Warum nur passt der Schlüssel nicht ins Schloss?

Jay Rosenblatt hatte andere Ansichten. Er war beeinflusst von dem Tierpsychologen T.C. Schneirla, der Lorenz in seinen Vorstellungen über angeborene Eigenschaften und Instinkte widersprach. Schneirla glaubte vielmehr an eine individuelle Entwicklung des Einzelnen, die schon in den frühesten Stadien des Lebens nicht nur davon beherrscht wird, was einige als genetisch vorbestimmte physische Reifeprozesse ansahen, sondern auch von der gesamten Erfahrung des jeweiligen Individuums, und zwar im weitesten Sinne.<sup>26</sup> Entwicklung, so Schneirla, findet durch den Einfluss einer Lebensphase auf die nächste statt und indem eine Anzahl unterschiedlicher Stimuli, genetische Einflüsse und umweltbedingte Faktoren eingeschlossen, »untrennbar miteinander verschmilzt«. Heute gehen wir grundsätzlich davon aus: Die Komplexität des jeweiligen Umfeldes beeinflusst die Genexpression. Ein bestimmtes Set von Genen, ein Genotyp, kann daher je nach Kontext zu unterschiedlichen charakteristischen Eigenschaften, Verhaltensmustern oder Phänotypen führen.

Um diese Theorie zu bestätigen, müsste es demnach zutreffen, dass selbst nur wenige Tage alte Säugetiere in bedeutungsvoller Weise auf ihr Umfeld reagieren. Gemeinsam mit einem Kollegen untersuchten Rosenblatt und Schneirla das Verhalten neugeborener Kätzchen und dokumentierten ihre ganz normalen effizienten Säuge- und Entwöhnungsmuster.<sup>27</sup> Anschließend führten sie eine Studie durch, in der sie einige Kätzchen für eine bestimmte Zeit von ihrem Wurf isolierten; sie brachten die Jungtiere in ein Gehege mit einer Art künstlicher Mutter – eine Brutmaschine mit einer flauschigen Plattform, an der sie saugen konnten. Die in den ersten Lebenswochen isolierten Jungtiere gewöhnten sich problemlos an den Brüter, hatten dann aber, sobald sie zum Wurf zurückkehrten, Schwierigkeiten, sich an der Mutter zu orientieren und ihre Zitzen zu finden. Kätzchen, die bei dieser Isolierungsphase etwas älter waren, hatten dagegen

weniger Schwierigkeiten, die Mutter ausfindig zu machen, saugten dann allerdings an ihrem ganzen Körper und sogar an ihrem Gesicht, um die Milchquelle zu finden. Diejenigen, die man erst nach fünf Wochen isolierte, hatten wiederum andere Anpassungsschwierigkeiten, sobald sie zur Mutter zurückkehrten.

Während ihrer Isolierung war die Katzenmutter mobiler geworden, und die anderen Kätzchen hatten beim Füttern eine größere Eigeninitiative entwickelt. Für die zurückgekehrten Kätzchen war es nicht einfach mitzuhalten. Weil sie nicht da waren, hatten sie sich den veränderten Gewohnheiten nicht anpassen können. In der Isolation hatten die Kätzchen versäumt zu lernen, wie man in einer Gruppe und von einer lebenden, schnurrenden Mutterkatze trinkt, deren Fellzeichnung, Geräusche und sanftes Schubsen ihnen bei der Orientierung geholfen hätte. Sie hatten sich nicht in typischer Weise entwickeln können, nämlich nach und nach und in Resonanz auf ihre Umwelt, gemeinsam mit den anderen Kätzchen.

Rosenblatts Arbeit über Jungkatzen beeinflusste auch seinen Blick auf Tiermütter: Er betrachtete sie nicht als eine Art unverrückbaren Pfeiler, um den die heranwachsenden Jungen kreisten, sondern vielmehr als Organismus, der sich im Zusammenspiel mit dem Wurf entwickelte und veränderte. Im Jahr 1958 schloss sich Rosenblatt dem Institute of Animal Behavior der Rutgers University an, gegründet von Daniel Lehrman. Einige Jahre zuvor, als Lorenz in den Vereinigten Staaten zunehmend populär wurde, hatte Lehrman eine prägnante Analyse veröffentlicht und darin viele Schlussfolgerungen Lorenz' in Bezug auf das menschliche Verhalten als »schlichtweg oberflächlich« bezeichnet.<sup>28</sup> Rosenblatt und Lehrman führten eine Reihe von Studien mit Laborratten durch und entwickelten auf dieser Basis eine neue Theorie über mütterliche Verhaltensmuster, die Lorenz widersprach.

Bevor eine Laberratte trächtig wird, zeigt sie sich im Allge-

meinen Jungtieren gegenüber eher abgeneigt. Sobald sie jedoch selbst Junge wirft, verändert sich ihr Verhalten. Sie zeigt eine Reihe von Verhaltensweisen, die für alle Rattenarten typisch sind. Sie baut ein Nest. Sie leckt die Jungen ab und legt sich über sie, damit sie säugen können. Findet sie eines außerhalb des Nestes, holt sie es wieder zurück. Diese neuen Verhaltensmuster zeigen sich unmittelbar nach der Geburt. Rosenblatt und Lehrman stellten jedoch fest, dass diese mütterlichen Verhaltensmuster sehr schnell verschwanden, wenn sie den Wurf direkt nach der Geburt aus dem Nest nahmen. Selbst wenn den Müttern nach einer Weile ein anderer Wurf zur Aufzucht gegeben wurde, waren sie mehrheitlich nicht mehr dazu in der Lage.<sup>29</sup> Die schwangerschaftsbedingten hormonellen und physiologischen Veränderungen lösten das mütterliche Verhalten aus, aber um es aufrechtzuerhalten, »ist die Präsenz des Wurfes unbedingt erforderlich«, schrieben Rosenblatt und Lehrman 1963 in einem Kapitel, das in ihrem Forschungsfeld bald als bahnbrechend angesehen wurde.<sup>30</sup> In anderen Worten: Die Geburt brachte die Dinge ins Rollen. Die Mutter entwickelte sich, indem sie mit ihren Jungen interagierte. Dafür war Zeit nötig.

Rosenblatt und Lehrman konnten auf vielen Ebenen nachweisen, dass das Verhalten von Müttern und Jungen nicht starr, sondern flexibel ist. Das mütterliche Verhalten änderte sich, wenn die Jungen zu einem bestimmten Zeitpunkt der nachgeburtlichen Phase aus dem Nest entfernt oder der Wurf einer Rattenmutter mit einem fremden Wurf, der Jungtiere eines anderen Alters umfasste, ausgetauscht wurde. Wurden ältere Jungtiere dagegen in die Obhut einer neuen Rattenmutter gegeben, schenkte diese ihnen deutlich mehr Fürsorge, als sie es in ihrem Alter brauchten, was wiederum die Entwicklung der jungen Ratten verlangsamte. Eine Mutterratte, so die Erkenntnis, war kein starres Schloss, in dem ein Schlüssel umgedreht wurde. Sie wuchs und wandelte sich ebenfalls.



1967 veröffentlichte Rosenblatt Ergebnisse, die populäre Vorstellungen der Mutterschaft weiter erschütterten.<sup>31</sup> Sozusagen per Zufall fanden er und seine Kollegen am Institute of Animal Behavior heraus, dass jungfräuliche weibliche Ratten sich dann um einen Wurf kümmerten, wenn sie eine Zeit mit den Jungtieren zusammenlebten.<sup>32</sup> Nach zehn oder mehr Tagen mit dem Wurf waren beinahe alle von ihnen mit dem Nestbau beschäftigt und legten sich, wie zum Säugen, über den Wurf, obwohl sie natürlich keine Milch produzierten. Männliche Ratten, die sich außerhalb des Labors normalerweise nicht um den Nachwuchs kümmerten, verhielten sich ähnlich. Nach einiger Zeit mit den Jungtieren fingen auch die männlichen Ratten in fast genau dem gleichen Maß wie die Weibchen an, die Jungen zu lecken, sie ins Nest zurückzuholen oder sich zum Säugen über den Wurf zu legen.

Selbstverständlich beschleunigen die hormonellen Veränderungen in Mutterratten während der Schwangerschaft die Entwicklung mütterlichen Verhaltens. Aber das gleiche Verhalten kann sich auch ohne Hormonveränderung und geschlechtsunabhängig einstellen. »Mütterliches Verhalten«, schrieb Rosenblatt, »ist demnach eine grundsätzliche, charakteristische Eigenschaft der Ratte.«<sup>33</sup> Und damit nicht nur der weiblichen Ratte allein vorbehalten.

Zwischen menschlichen Eltern und Laborratteneltern bestehen signifikante Unterschiede. Beiden Gehirnen gemeinsam sind eine Säugetierarchitektur und die gleichen Grundbausteine,<sup>34</sup> aber sie unterscheiden sich dennoch erheblich. So ist die menschliche Großhirnrinde (Cortex cerebri) vielfach und auf komplexe Weise gefaltet, die der Ratte dagegen glatt. Nager orientieren sich vor allem durch ihren ausgeprägten Geruchssinn; sie besitzen einen stark vergrößerten Riechkolben (Bulbus olfactorius), der beim Menschen verhältnismäßig klein ist. Das mütterliche Verhalten der Laborratte spielt sich

in vorhersehbaren Mustern ab, wobei das Lecken eine besonders wichtige Rolle spielt, bis es etwa vier Wochen nach der Geburt abrupt eingestellt wird. Ratten können in einem Jahr eine Vielzahl von Schwangerschaftszyklen und Würfen durchlaufen. Mütterliches Verhalten beim Menschen hingegen erstreckt sich über Jahre oder häufig sogar Jahrzehnte und bringt es oft mit sich, dass sich Eltern gleichzeitig um Kinder unterschiedlicher Altersstufen mit jeweils sehr unterschiedlichen Bedürfnissen kümmern. Menschliche Elternschaft ist bemerkenswert vielgestaltig, von Familie zu Familie, von einer Generation zur nächsten, und beeinflusst von zahllosen sozialen, politischen und wirtschaftlichen Faktoren. Von den Untersuchungsergebnissen Rosenblatts bei Laborratten auf direkte Wechselwirkungen mit dem menschlichen Verhalten zu schließen, hieße, Lorenz' Trugschlüsse unter anderen Vorzeichen zu wiederholen.

Dennoch haben sich die Grundprinzipien, wie sie Rosenblatt und Kollegen zuerst in den frühen 60er-Jahren vorstellten, über Jahrzehnte hinweg in der Forschung bewährt, und zwar so weitgehend, dass viele ihn heute als den »Vater der Mutterschaftsforschung«<sup>35</sup> betrachten, sowohl wegen seiner bahnbrechenden Arbeit als auch wegen seiner Fähigkeiten in der Lehre. So gut wie jede größere schriftliche Arbeit der vergangenen 30 Jahre über das menschliche elterliche Gehirn geht auf Studierende von Rosenblatt oder deren Studenten und Studentinnen zurück. Ihre Arbeiten bestätigen die Vorstellung,<sup>36</sup> dass alle Säugetiermütter sehr ähnliche physiologische Veränderungen im Laufe der Schwangerschaft, der Geburtswehen, der Geburt und des Stillens erleben und dass die Hormone, die diese Vorgänge antreiben, auch Priming-Prozesse im Gehirn auslösen, die zeitweilig dafür sorgen, dass Mütter ihren Babys, die mit ihrer eigenen genetischen Ausstattung und Wirkmächtigkeit zur Welt kommen, extrem viel Aufmerksamkeit schenken.

Sehr schnell werden die Signale des Babys zu einem mächtigen Stimulus, der im Hirn der Mutter langfristig erhebliche Veränderungen bewirkt, damit sie die Bedürfnisse des Kindes und ihre eigenen abstimmen kann, selbst wenn sich die Letzteren unaufhörlich ändern. Babys und ihre Eltern entwickeln sich auf neuronaler Ebene gemeinsam, nicht nur als Reaktion auf ihre genetische Ausstattung und ihr Umfeld, sondern auch als Reaktion aufeinander, wobei jede neue Phase auf der vorhergehenden aufbaut, in einem dauerhaften Prozess, der keineswegs sechs Wochen nach der Geburt, wenn ein Baby abgestillt wird, zu laufen anfängt oder in den Kindergarten geht, abgeschlossen ist. Diese Art des intensiven, aufeinander abgestimmten Wachstums ist möglicherweise für jede Mutter etwas Neues, noch nie zuvor Erlebtes. Und der Prozess betrifft nicht nur Mütter.

Auf den Spuren Rosenblatts haben heutige Forschende geklärt, dass »mütterliches Verhalten« eine grundsätzliche, charakteristische Eigenschaft des Menschen ist. Studien über Väter, nichtbiologische Väter bei gleichgeschlechtlichen Paaren eingeschlossen, haben festgestellt, dass die Gehirne von Männern, die sich regelmäßig um ihre Kinder kümmern, sich in verblüffend ähnlicher Weise verändern wie die Gehirne austragender Mütter.<sup>37</sup> Am deutlichsten zeigen sich diese Veränderungen in Arealen, die an der Verarbeitung eigener Emotionen, dem Lesen und Reagieren auf die Signale anderer beteiligt sind.

Für nichtaustragende Eltern verläuft der Prozess unterschiedlich, zumindest am Anfang. Die Schwangerschaft und das Stillen entfallen. Doch auch bei ihnen kann es zu einer signifikanten hormonellen Veränderung kommen, wenn sie Eltern werden. Forscher sind der Ansicht, dass die zusätzliche Praxis der Fürsorge für ein Baby – der direkte Kontakt – die Bildung eines Betreuungsschaltkreises fördert, der tiefgreifende Auswirkungen darauf hat, wie wir Familie wahrnehmen und von der Umwelt abgrenzen. Im Gehirn definiert sich Eltern-

schaft nahezu ausschließlich durch die Aufmerksamkeit und Fürsorge, die sie bereitstellt.

Rosenblatts frühe Arbeiten empfinde ich auch heute noch als radikal. Vermutlich liegt das vor allem daran, dass viele Erkenntnisse der Forschung, die mich mit ehrfürchtigem Staunen erfüllen und mir während meiner eigenen Schwangerschaft eine große Hilfe waren, auf sein inzwischen sechs Jahrzehnte zurückliegendes Werk zurückgehen. Seine Forschungen widerlegen auf elegante Weise die Vorstellungen eines mechanischen Mutterinstinktes samt den auf dieser Lüge aufbauenden Geschlechtnormen. Rosenblatt postuliert, dass der Beginn der Elternschaft schon in dieser Intensität angelegt ist, die uns fundamentale, anhaltende Veränderungen abverlangt. Obwohl Trauma, Stress oder andere Hindernisse disruptiv auf diesen Prozess einwirken können, lässt er sich dennoch, vielleicht im Unterschied zu einem starren Instinkt, reparieren und neu ausrichten. Ob Rosenblatt, der 2014 verstarb, seine Arbeit selbst als radikal betrachtet hat? Oder als feministisch?

Folgt man Alison Fleming, die 1972 bei Rosenblatt promovierte und anschließend 25 Jahre lang ein eigenes Forschungslabor an der Universität von Toronto in Mississauga leitete, hat er das bis zu einem gewissen Punkt durchaus. Rosenblatts Arbeit über männliche Ratten erschien zu einem Zeitpunkt, als viele, die sich in der Frauenbewegung engagierten,<sup>38</sup> einschließlich einiger Männer, eine intensivere Erfahrung der Vaterschaft wünschten und eine Gesamtüberholung der kulturellen Normen und öffentlichen Politik forderten, um Geschlechtergleichheit bei der Kindererziehung zu fördern. Einige griffen Rosenblatts Forschungsergebnisse als Bestätigung auf und erklärten, wie mir Fleming sagte: »Seht ihr? Väter können auch Eltern sein.« Aber falls Rosenblatt überhaupt politische Absichten hegte, so zielten sie vor allem auf seine Kollegen ab.

Rosenblatt und Lehrman hielten Lorenz' Ansichten über den

Instinkt für »absolut falsch«. Mütterliches Verhalten folge keinen »starrten Mustern«, so Fleming. »Es ist kein mechanischer, automatisch ablaufender Vorgang. Es entwickelt sich. Und das war ein wichtiger, politischer Punkt für Jay.« Und es wurde ein wichtiger Punkt für Fleming.

Fleming hat umfangreiche Forschungsarbeiten vorgelegt, deren große Zahl noch steigt, denn obwohl sie inzwischen im Ruhestand ist, veröffentlicht sie weiterhin Studien ihrer eigenen Studenten, die sie als Mentorin betreut. (Ich habe auch gehört, dass Fleming als »Mutter der Mutterschaftsforschung« bezeichnet wird, womit Rosenblatt auf diesem Feld vermutlich zum Großvater wird.) Sie hat das mütterliche Verhalten bei säugenden Laborratten und menschlichen Erstgebärenden in allen Nuancen untersucht, den Einfluss von Kortisol und anderen Hormonen nachgewiesen und die Wechselwirkungen zwischen unserem Verhalten und den Veränderungen in den neuronalen Schaltkreisen dokumentiert. Wenn sie darüber spricht, was sie zu dieser Arbeit motiviert hat, spricht sie über ihre Töchter.

Flemings Mutter arbeitete bei den Vereinten Nationen und war das eindrucksvolle Vorbild einer intellektuellen und unabhängigen Frau – aber nicht unbedingt einer fürsorgenden Erzieherin. Fleming verbrachte den größten Teil ihrer Kindheit getrennt von ihrer Mutter. Als Fleming 1975 ihre erste Tochter erwartete, meinte sie, sie habe nicht zwingend mit Liebe auf den ersten Blick gerechnet. Dafür habe ihr ein Vorbild gefehlt, erklärte sie. Und tatsächlich war es auch zunächst nicht die große Liebe. Aber mit der Zeit wurde die Bindung an ihre Tochter sehr innig, und inzwischen ist sie von ihr und ihren Schwestern »geradezu besessen«. »Ich glaube, vor allem Erfahrung zählt«, erzählte sie mir.

Erfahrung ist wichtig. Das ist der Gegenpol zu Lorenz. Natürlich ist auch die Biologie der Elternschaft von Bedeutung, ebenso wie die hormonellen Schwankungen, die während der

Schwangerschaft und der Geburt auftreten, und die für die Spezies typischen Reaktionsschemata, die sich daraus ergeben. Im Jahr 2015 verfassten Fleming und zwei andere leitende Forscher einen Vergleich von Studien des mütterlichen Gehirns bei Menschen und nichtmenschlichen Säugetieren.<sup>39</sup> Sprache und Kultur prägen das menschliche Verhalten auf eine Weise, die Menschen möglicherweise einzigartig unter den Säugetieren macht. Das bedeutet jedoch nicht, dass die biologische Grundlage der menschlichen Mutterschaft deswegen weniger wichtig ist, schrieben sie. Es bedeutet, dass der Gesamtkontext eines menschlichen Lebens – unter anderem die physische Umgebung, in der jemand lebt, seine Beziehung zu anderen Personen, der kulturelle Druck und die Erwartungen, mit denen jemand umgehen muss – einen größeren Einfluss auf diese biologischen Prozesse habe, als das bei einer Ratte der Fall sein könnte. Die psychologische Erfahrung der Elternschaft und die damit verbundenen neurobiologischen Umstellungen verschmelzen, um Schneirlas Wendung aufzugreifen, untrennbar miteinander. Wenn wir die eine entwerten und die andere negieren, wie können wir uns dann als Eltern, als Personen, je selbst verstehen?

Wenn wir Glück haben, finden wir jemanden, der uns hilft, unseren Weg zu finden, sobald wir die uralte Geschichte von den mütterlichen Instinkten einmal über Bord geworfen haben. Alice Owolabi Mitchell gestand einer guten Freundin, dass sie Mühe habe, eine Bindung zu der kleinen Everly zu knüpfen, und erhielt genau die Antwort, die sie nötig hatte: Es ist in Ordnung. Sing ihr was vor, schlug die Freundin vor. Sieh ihr in die Augen. Streichle ihre Hand, wenn du sie stillst. Nach einer Weile, sagte Owolabi Mitchell, habe sie schließlich das Gefühl gehabt, Everly würde ihr vertrauen. Und das bereitete ihr Freude, während sie sich zuvor nur Sorgen gemacht hatte. »Wir bringen einander etwas bei«, sagte sie.

Wie sich herausstellte, ist es kein Leichtes, über das mütterliche Hirn zu schreiben, wenn man in den Schützengräben der frühen Mutterschaft kämpft. Meine Söhne waren zwei und vier Jahre alt, als ich mit der Arbeit an diesem Buch anfang. An vielen Tagen habe ich an meinem Schreibtisch gesessen und ein und denselben Satz immer wieder um wieder umformuliert, weil eine schlaflose Nacht ihren Tribut forderte und ich zu müde war, um mich auf mütterliche Verhaltensmuster zu konzentrieren. Die Zeit rannte mir davon, und ich dachte ständig daran, dass ich bald mein Kleinkind von seinem Nickerchen wecken, loshetzen und den Bruder in der Vorschule abholen musste. Und als die Pandemie über die Welt fegte, war ich zu abgelenkt vom drohenden Untergang und dem Lärm meiner beiden Söhne, die wie Dinosaurier vor der Tür meines winzigen Büros brüllten. Gelegentlich reißt mir morgens der Geduldsfaden mit ihnen, was dazu führt, dass ich später am Schreibtisch in Tränen ausbreche, wenn ich eine Studie darüber lese, inwieweit die emotionale Kontrolle der Mutter die neuronalen Schaltkreise ihrer Kinder beeinflusst, mit denen diese ihre eigenen Emotionen regulieren.

An richtig guten Tagen habe ich die Möglichkeit, mit jemandem wie Jodi Pawluski zu reden, die über die Neurobiologie der mütterlichen mentalen Gesundheit an der Universität in Rennes 1 in Frankreich forscht. Sie arbeitet in erster Linie über Nager, produziert aber auch den Podcast *Mommy Brain Revisited* (ungefähr: neue Sichtweisen auf das Mamahirn). Für mich war es daher nur einleuchtend, als sie 2020 nebenher anfang, menschliche Mütter zu beraten. Unser intensiver Austausch per E-Mail oder am Telefon über alle möglichen Aspekte der jeweiligen Forschung, über die ich an diesem Tag schrieb, fühlte sich ein bisschen wie Therapie an. Wir sprachen beispielsweise über die gesellschaftlichen Erwartungen an gebärende Eltern und was die Neurobiologie über tatsächliche Erfahrungen der Mut-

terschaft aussagt. »Schlechte Tage sind ganz normal«, erklärte sie mir dann. Oder: »Man lernt mit der Zeit durch Erfahrung.« In praktisch jedem anderen Kontext wären diese Redewendungen für mich bedeutungslos und nichts als aufmunternde Phrasen gewesen. Aber wenn Jodi Pawluski diese Sätze äußerte, verhielt es sich anders. Dann klangen sie wirklich wahr.

Im Januar 2016 veröffentlichte Pawluski zusammen mit Craig Kinsley und Kelly Lambert in der Fachzeitschrift *Hormones and Behavior* eine Übersicht der Literatur zu diesem Thema,<sup>40</sup> in der das Autorenteam auf eine für mich völlig neue Art und Weise über Mütter sprach. Das mütterliche Gehirn, schrieben sie, sei »ein Wunderwerk der gezielten Veränderungen« und präge das Leben einer Mutter weit über die Kindererziehung hinaus. Das Hirn werde flexibler und »komplexer« durch den »endokrinen Tsunami, der die Schwangerschaft begleitet«, durch die »bereichernde Erfahrung der Mutterschaft selbst« und durch den langen Weg der Evolution. Schwangerschaft, so hieß es dort, markiere eine »Entwicklungsphase, die ebenso bedeutend ist wie sexuelle Differenzierung und die Pubertät«.

Ich weiß noch genau, wie ich einfach nur dachte: *Wow, als ich das zum ersten Mal las. So bedeutend wie die Pubertät?*

Eltern und Erziehende wissen heute viel mehr über Jugendliche als damals, als ich in einer konservativen Familie in einem städtischen Vorort aufwuchs. Der Druck, ein gutes Mädchen zu sein, war hoch, und ich hatte das Gefühl, als würde ich, wie ein Himmel-und-Hölle-Faltspiel, ständig in die eine oder andere Richtung aufklappen. Ich fragte mich, welche Person ich werden würde, und hatte Angst, meine Wunschvorstellungen niemals zu verwirklichen. Unser kultureller Kanon feiert Jugendliche typischerweise dafür, dass sie sich durch diese Zeit des Erwachsenwerdens schleppen oder ihre innere Unruhe mit Rebellion oder innerem Rückzug kaschieren. Heute sind wissenschaftliche Erkenntnisse über die Veränderungen im



Gehirn Heranwachsender in der Mitte der Gesellschaft angekommen<sup>41</sup> – zum Wohl der Jugendlichen selbst und derjenigen, die sich um sie kümmern. Der neue Kenntnisstand hat auch Gesundheitskampagnen beeinflusst, die auf mentale Gesundheit und Drogengebrauch abzielen. Er hat sogar zu einer Bewegung geführt, die Anfangszeiten des Unterrichts zu verändern, damit Heranwachsende den Schlaf bekommen, den ihr sich rasant veränderndes Hirn benötigt. Und mancherorts haben diese Erkenntnisse sogar zu einem Umdenken der Schulleiter oder Schulberater geführt, die Disziplinarmaßnahmen zu überdenken und ihre Schülerinnen und Schüler zu unterstützen, wenn sie in eine Notlage geraten. Die Wissenschaft hat sich zu einer Art Bewältigungsmechanismus für Eltern und Jugendliche entwickelt,<sup>42</sup> um die Turbulenzen der Pubertät zu überstehen, eine Entwicklungsphase, von der wir heute wissen, dass sie weit länger dauert als bisher angenommen. Oder mit anderen Worten: Wir wissen inzwischen, dass es Zeit braucht, erwachsen zu werden.

Wir haben die hormonellen Umwälzungen rund um die Geburt lange Zeit als etwas betrachtet, das man aussitzen muss, bis sich alles beruhigt hat und der Normalzustand wieder einkehrt. Von werdenden Eltern wird erwartet, dass sie einfach weitermachen und so sind, wie sie immer waren – oder ein noch erfüllteres Leben führen –, obwohl ihr Körper sich womöglich völlig zerschlagen anfühlt und ihr Gehirn gerade in eine neue Form geknetet wird. Teenager hingegen erklären wir nicht, sie müssten eben einfach abwarten, bis sich die Pubertät wie ein vorüberziehendes Unwetter gelegt hat. Oft tun wir sogar genau das Gegenteil. Wenn wir ihnen gerecht werden, erkennen und feiern wir die jungen Erwachsenen, zu denen sie allmählich werden. Wir geben ihnen Orientierungshilfen und zeigen Mitgefühl in schwierigen Situationen. Wir führen entscheidende Veränderungen in Schulen, auf dem Spielfeld oder in Kirchen

ein, damit wir ihnen gegenüberstehen und sagen können: »Seht euch an! Seht, wie ihr wachst und euch verändert. Wir sind so stolz auf euch.«

Obwohl es für frischgebackene Eltern ebenfalls keine Rückkehr zum Normalzustand gibt, vollziehen sich grundlegende Änderungen, die sie in sich wahrnehmen, weitgehend ohne Anerkennung. Als Pawluski ihre pauschalen und allgemeinen Aussagen über die Mutterschaft machte und betonte, wir müssten nachsichtig mit uns sein, war das keineswegs trivial. Sie teilte mir nur mit, was sie aus der Forschung wusste. Neue Elternschaft ist eine Zeit fundamentaler Veränderungen im Gehirn, ein »Großereignis«, wie sie es formuliert. In den sozialen Medien und der Populärkultur gelingt es uns immer besser, über die verschiedenen, damit verbundenen Emotionen zu sprechen. Es geht nicht mehr ausschließlich um reine Glückseligkeit. Das ist gut. »Aber«, sagt Pawluski, »manchmal kann es auch sehr hilfreich sein, wenn Menschen genau wissen, oh, in meinem Hirn spielen sich wirklich *physische* Veränderungen ab. Nicht als Entschuldigung, sondern um den eigenen Gefühlen mehr Gewicht zu verleihen.«

Neue Elternschaft ist ein Prozess, der Zeit braucht. Und doch bildet die Idee, jede Frau sei eine Mutter, die nur noch auf ein Baby warte, immer noch den Kern unserer kulturellen Überzeugungen in Bezug auf Elternschaft. Wie wir im nächsten Kapitel sehen werden, hält ein Dogma diese Vorurteile lebendig, selbst wenn die Wissenschaft längst gezeigt hat, wie veraltet sie sind. Überholt. Und entlarvt. Sieben Jahrzehnte der Forschung legen eine neue Sichtweise nahe, eine, die den Turbulenzen der neuen Elternschaft wirklich gerecht wird und sie zugleich als eine Zeit ungeahnter neuer Möglichkeiten feiert. Versammelt euch und stimmt mit ein: »Seht euch an! Seht, wie ihr wachst und euch verändert. Wir sind so stolz auf euch.«

Im Juli 2018 veröffentlichte ich im Sonntagsmagazin des *Boston Globe* einen Artikel über die Wissenschaft des mütterlichen Gehirns und meine eigenen Veränderungen in der Mutterschaft.<sup>43</sup> Viele Leute schrieben mir, der Artikel habe ihnen geholfen zu verstehen, was in der nachgeburtlichen Phase und später mit ihnen geschehen sei. Eine der Zuschriften war von Emily Vincent, Kinderkrankenschwester und inzwischen selbst Mutter. Ihre Schwägerin hatte ihr einen Nachdruck des Artikels in der Zeitschrift *The Week* geschickt und gefragt: Hast du das gelesen? Vincent erzählte mir später, sie habe auch aufgrund dieses Artikels begriffen, dass es sich bei ihren Bedenken, wieder in ihren Beruf zurückzukehren, durchaus nicht um eine irrationale Überreaktion gehandelt habe. Ebenso wenig wie ihre ständigen Visionen von Baby Dawn aus dem *Trainspotting*-Film. Beides war Teil einer physischen Reaktion, die ihren Sinn hatte. »Ich bin weder dumm noch verrückt, weil ich so reagiere«, sagte sie. »Natürlich ist es wichtig, diese Bedenken zu überwinden und sich richtig einzuordnen, aber ich schäme mich nicht mehr, weil ich so empfinde.«

Will wurde in der Kinderkrippe angemeldet. Emily begann wieder zu arbeiten, allerdings mit geringerer Stundenzahl, und sie empfindet in ihrem Beruf inzwischen ein ganz neues Maß an Mitgefühl für die Eltern, die sie begleitet, insbesondere für diejenigen, die große Sorgen haben; das liegt nicht zuletzt daran, dass sie plötzlich ihr Leben zu Hause mit ungeahnter neuer Kraft und Konzentration organisiert. Das ist nicht immer einfach, aber nachdem ihr klar geworden war, wie sich ihr Gehirn an die neue Situation anpasste und ihr dabei half, sich zugleich um sich selbst und ihren kleinen Sohn zu kümmern, der ihr so am Herzen lag, empfand sie Stolz. Sie erkannte, wie sie sich veränderte. Sie konnte sehen, zu welcher Person sie allmählich wurde.