

Ariel Gore

£?42>.

# **Chaostraining rund ums Kind**

Das etwas andere Mütterbuch

Aus dem Amerikanischen  
von Alexandra Bartoszko

Wolf gang Krüger Verlag

*GSL*

# Inhalt

<b>Einführung</b> . . . . .	<b>.15</b>
-----------------------------	------------

## **Teil eins Der Weg zur Mutterschaft**

<b>Kapitel 1 Aller Anfang</b> . . . . .	<b>27</b>
Bist du bereit fürs Mamatum? . . . . .	29
Dein Körper wird zur Wohnung . . . . .	35
Die Hip-Mama-Grundausbildung . . . . .	37
Das erste Schwangerschaftsdrittel . . . . .	43
Das zweite Schwangerschaftsdrittel . . . . .	45
Das letzte Schwangerschaftsdrittel . . . . .	49
Die Risikoschwangerschaft . . . . .	50
Die Hip-Mama-Babyausstattung . . . . .	52
Das Hip-Mama-Wohlfühlprogramm . . . . .	54
Vorbeugendes Familienrecht . . . . .	56
Rebellische Mama: Allison Abner . . . . .	66
<b>Kapitel 2 Entbindung ist echt beschissen</b> . . . . .	<b>.6&lt;</b>
Geburtsleugnung . . . . .	72
Hausgeburt . . . . .	78
Wie der Geburtsprozeß bei dir verlaufen könnte . . . . .	80
Was hat's mit der medizinischen Intervention auf sich? . . . . .	87
Dein Geburtsplan . . . . .	94
Die bestgeschmiedeten Pläne: Der Umgang mit Enttäuschungen . . . . .	<.)j

Über die Beschneidung . . . . .	98
Namengebung. . . . .	100
Rebellische Mama: Julie Bowles. . . . .	104
<b>Kapitel 3 Hey, Baby. . . . .</b>	<b>108</b>
Kulturschock. . . . .	110
Wie irre bist du? . . . . .	112
Entspannung. . . . .	116
Hilfe suchen. . . . .	116
Du kannst sogar mit gepiercten Brustwarzen stillen . . . . .	119
Mutter Erde oder Mutter Vernunft:	
Die Windeldebatte. . . . .	124
Impfen oder nicht impfen. . . . .	125
... es sei denn, du willst noch ein Kind. . . . .	126
Rebellischer Papa: Glen Bergers. . . . .	128

## Teil zwei

### Die Chaostheorie über Elternschaft

<b>Kapitel 4 Die Rächer im Strampelhöschen. . . . .</b>	<b>135</b>
Der tobsüchtige Schreihals. . . . .	136
Die Milchbar wird geschlossen. . . . .	142
Sauberkeitstraining . . . . .	145
Über Wut, Popoklatsch und alles übrige. . . . .	148
Rebellische Mama: Cherie McCoy. . . . .	155
<b>Kapitel 5 Die Schöne und das Geschlechtstier. . . . .</b>	<b>160</b>
Weise auf die Dame mit dem Bart. . . . .	161
Befreit Polly Pocket . . . . .	163
Handle einen Testosteron-Frieden aus. . . . .	169
Entkolonisiere dein Hirn . . . . .	172
Zum Teufel mit den Werbefritzen. . . . .	174
Handle nach deinen Worten. . . . .	177
Rebellische Mama: Mary Kay Blakely. . . . .	179

<b>Kapitel 6</b>	<b>Such dir dein »Dorf«.</b>	<b>.183</b>
	Zu Hause einigeln kommt nicht in Frage!	.184
	Alte Freunde, neue Freunde.	.187
	Selbsthilfegruppen.	.188
	Elternkooperativen.	.191
	Rebellische Mama: Jessica Mitford.	.194
<b>Kapitel 7</b>	<b>»Familienwerte«.</b>	<b>.199</b>
	Überprüf deinen »Familienwerte«-IQ.	.201
	Was soll man als Mädels tun?.	.203
	Die gefürchtete »Familia nervosa«.	.205
	Abstempelungen.	.207
	Warum die »Debatte« nicht zu gewinnen ist.	.210
	Apokalypsen-Elternschaft.	.218
	Wenn Mama Präsidentin wäre.	.220
	Rebellische Mama: Judith Stacey.	.222
<b>Kapitel 8</b>	<b>Arbeit und Schule im Land der Mutterschaft</b>	<b>. 227</b>
	Acht bis vier.	.228
	Kennt eure Rechte, meine Damen.	.231
	Ich hasse meinen Job!.	.231
	Zurück auf die Schulbank mit Baby.	.235
	Fehlstarts.	.239
	Rebellische Mama: Wendy Dejong.	.244

**Teil drei**  
**Größere Debakel**

<b>Kapitel 9</b>	<b>Nervenzusammenbrüche (gehen meist vorüber).</b>	<b>.251</b>
	»Was passiert mit mir?«.	.252
	Hilfe suchen.	.258
	Kunst und Psyche.	.261
	Eine Botschaft vom New-Age-Girl.	.262

<b>Kapitel 6 Such dir dein »Dorf«.</b>	<b>.183</b>
Zu Hause einigeln kommt nicht in Frage!	.184
Alte Freunde, neue Freunde.	.187
Selbsthilfegruppen.	.188
Elternkooperativen.	.191
Rebellische Mama: Jessica Mitford.	.194
<b>Kapitel 7 »Familienwerte«.</b>	<b>.199</b>
Überprüf deinen »Familienwerte«-IQ.	.201
Was soll man als Mädels tun?.	.203
Die gefürchtete »Familia nervosa«.	.205
Abstempelungen.	.207
Warum die »Debatte« nicht zu gewinnen ist.	.210
Apokalypsen-Elternschaft.	.218
Wenn Mama Präsidentin wäre.	.220
Rebellische Mama: Judith Stacey.	.222
<b>Kapitel 8 Arbeit und Schule im Land der Mutterschaft</b>	<b>. 227</b>
Acht bis vier.	.228
Kennt eure Rechte, meine Damen.	.231
Ich hasse meinen Job!.	.231
Zurück auf die Schulbank mit Baby.	.235
Fehlstarts.	.239
Rebellische Mama: Wendy Dejong.	.244

**Teil drei**  
**Größere Debakel**

<b>Kapitel 9 Nervenzusammenbrüche (gehen meist vorüber).</b>	<b>.251</b>
»Was passiert mit mir?«.	.252
Hilfe suchen.	.258
Kunst und Psyche.	.261
Eine Botschaft vom New-Age-Girl.	.262