

Ein Blick

Im Interview zur Mutter-Kind-Behandlung

„Ich sehe vieles nun gelassener“

Wenn sich nach der Geburt des Kindes keine Muttergefühle einstellen wollen, stattdessen Schuldgefühle dominieren, es schwerfällt, sein Kind liebevoll anzuschauen oder anzulachen, dann merken die Mütter und auch die Angehörigen schnell, irgendetwas stimmt nicht. Auch Stefanie Dupont kennt die Symptome einer postpartalen Depression, die verzweifelten Gedanken, die Niedergeschlagenheit und das Gefühl der Überforderung. Noch

sich. Wie geht es Ihnen und Ihrem Kind heute?

Stefanie D.: Seit meiner Entlassung Mitte April geht es mir und meiner Kleinen sehr gut. Ich bin frei von Symptomen und konnte mich wieder gut in den Alltag einleben.

EinBlick: Meinen Sie, dass die Mutter-Kind-Behandlung geholfen hat?

Stefanie D.: Durch den Aufenthalt in Ihrer Klinik habe ich an Selbstvertrauen und Sicherheit im Umgang mit meiner Tochter gewonnen.

ich das zunächst nicht wollte, nutze ich diese freie Zeit ohne Kind für mich ganz persönlich. Außerdem habe ich zur langfristigen Unterstützung erneut eine ambulante Gesprächstherapie begonnen.

EinBlick: Was hat Ihnen im Rückblick am besten in Herten gefallen?

Stefanie D.: Die recht „familiäre“ Atmosphäre. Da es auf der Station nur acht Mutter-Kind-Plätze gibt, wird man einander schnell vertraut. Der Kontakt zum gesamten Personal war super. Es gab stets ein offenes Ohr, und man wurde mit seinen Belangen ernst genommen. Erst vor zwei Wochen hatte ich mit den Müttern aus der Klinik ein Nachtreffen. Fast allen geht es wieder gut und sind entlassen. Wir wollen den Kontakt zueinander nun halten. Wir sind zusammen ein Stück schweren Lebensweg gegangen und fühlen uns sehr verbunden.

EinBlick: Wie hat sich Ihr Leben verändert?

Stefanie D.: Wirklich verändert hat sich mein Leben nicht. Die schmerzhafteste Erfahrung hat mich allerdings gelehrt, viele Dinge gelassener zu sehen und einfach zufrieden zu sein mit dem, was man hat. Es muss nicht alles immer perfekt sein. Wichtig ist doch, dass man Menschen hat, die einen lieben, und dass ich nun wieder glücklich sein und die Tage mit meiner Tochter genießen kann. Ich war nun das dritte Mal an einer Depression erkrankt. Ich arbeite weiter daran, die Krankheit zu akzeptieren und hoffe, dass ich in einer erneuten Krise mit den in der Klinik gewonnenen Erkenntnissen noch mehr Strategien zur Bewältigung habe.

EinBlick: Vielen Dank für Ihre Offenheit und alles Gute!



Stefanie Dupont genießt ihre Rolle als Mutter, hier mit ihrer Tochter Viktoria. (Bild: privat)

vor einem dreiviertel Jahr hätte sie nicht geglaubt, jemals wieder eine gesunde Beziehung zu ihrem Kind haben zu können. Doch nach einer mehrwöchigen Mutter-Kind-Behandlung in der LWL-Klinik Herten lebt sie mit ihrer Familie inzwischen ein normales Leben. Im Gespräch mit dem EinBlick erzählt Stefanie Dupont von ihrer Zeit nach der Therapie.

EinBlick: Als wir uns erstmals im März begegneten, hatten Sie die schwierigste Zeit bereits hinter sich, aber noch einige „Baustellen“ vor

Die stationäre Unterbringung hat mich sehr entlastet. Ich habe andere erkrankte Mütter kennen gelernt, was mir geholfen hat, wieder zur Ruhe zu kommen und „Licht am Ende des Tunnels zu sehen“.

EinBlick: Ließen sich die Anregungen zuhause umsetzen?

Stefanie D.: Vieles habe ich verinnerlicht. Das wohl Wichtigste war, Entlastung und Zeit für mich in meinen Alltag einzubauen. Meine Tochter geht seit kurzem zwei Vormittage in der Woche in eine private Kindertagesstätte. Obwohl