

Inhalt

Vorwort	7
1 Auf der Suche nach dem eigenen Mutterbild	12
2 Die Steinzeitmutter: Geschichte falsch interpretiert	29
3 Die Anforderungen einer bindungsorientierten Erziehung	44
4 Die innere Mutterstimme	76
5 Aber wir sind doch so frei!	98
6 Selbstfürsorge – sich Freiheiten erlauben	126
7 Mein Körper gehört mir – oder nicht?	142
8 Wie viel Pädagogik braucht mein Kind?	184
9 Distanz und Nähe zwischen Müttern und Kindern	209
10 Mutterschaft in den (sozialen) Medien	233
Nachwort: Das Glück des eigenen Wegs	249
Danksagung	255
Anmerkungen	257
Ausgewählte Literatur	270