

Carol Dix

**Eigentlich
sollte ich
glücklich sein**

*Hilfe und Selbsthilfe
für überforderte Mütter*

Aus dem Englischen übertragen
von Olga Rinne-Goedke

Kreuz Verlag

Inhalt

<i>Vorwort</i>	7
--------------------------	---

Teil I: Das Problem ohne Namen

Die Erfahrung der Depression	16
Zum Verständnis der postnatalen Depression (PND)	33
Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft der PND-Forschung	60
„Bin ich wirklich verrückt?“	84

Teil II: Eigentlich sollte ich glücklich sein

Veränderungen im Selbstbild	96
Vor und nach Lamaze	118
Wenn Liebespartner Eltern werden	133
Über Väter und einige Sonderfälle von Mutterschaft	148
Meine Mutter, mein Kind und ich	166

Teil III: Berufstätige Mütter

Die Qual, Entscheidungen zu treffen	182
Karrierefrauen	205
Freiberufliche Arbeit	217
Hausfrau und Mutter	222

Teil IV: Uns selbst und anderen helfen

Planspiele für das Überleben	232
Epilog	275

<i>Nachwort von Ian Brockington</i>	277
---	-----

<i>Anmerkungen</i>	281
------------------------------	-----

<i>Bibliographie</i>	285
--------------------------------	-----