

Collien Ulmen-Fernandes  
*Ich bin dann mal Mama*



Collien Ulmen-Fernandes

*Ich bin  
dann mal  
Mama*

KÖSEL



Verlagsgruppe Random House FSC® Noo1967  
Das für dieses Buch verwendete FSC®-zertifizierte  
*Classic 95* liefert Stora Enso, Finnland.

Quelle der Liste auf S. 109: *Zum Thema Sucht – Betroffene  
und deren Angehörige* (2004) mit freundlicher Genehmigung  
des österreichischen Bundesministeriums für Gesundheit.  
Abbildung auf S. 144: © Privatfoto

Copyright © 2014 Kösel-Verlag, München,  
in der Verlagsgruppe Random House GmbH  
Umschlag: Weiss Werkstatt, München  
Umschlagmotive: © shutterstock / Sagir BildNR. 116138953  
© shutterstock / Igor Kovalchuk BildNR. 50768434  
Herstellung & Typografie: René Fink  
Druck und Bindung: GGP Media GmbH, Pößneck  
Printed in Germany  
ISBN 978-3-466-31012-8

# Inhalt

## *Prolog*

7

## *Kapitel 1: Kinderbauernhof*

Über Mütterbilder und Lebenspläne

Mit Interviews

mit Eva Herman und Sonja Eismann

13

## *Kapitel 2: Stinlappen*

Über die Frage:

Wie funktioniert so ein Kind eigentlich?

Mit einem Interview

mit der Sprachwissenschaftlerin Tanja Rinker

47

## *Kapitel 3: Fressflash*

Über Essgewohnheiten

Mit einem Interview mit Anne Markwardt

von Foodwatch

71

*Kapitel 4: Innere Sicherheit*

Über die Frage:

Wie schütze ich mein Kind vor der bösen Welt?

Mit einem Interview mit Ulla Rhan,  
Beraterin im Bereich Suchtprävention

89

*Kapitel 5: Start-up*

Über das Babysittercasting

Mit einem Interview mit George Foreman

111

*Kapitel 6: Panama*

Über Kindheitserinnerungen

Mit einem Interview mit Kinderbuchautor Janosch

129

*Kapitel 7: Babysitting*

Über Erziehungsmethoden

Mit einem Interview mit Katia Saalfrank

147

*Kapitel 8: Lichtjahre*

Als Mama weit weg von zu Hause

Mit einem Interview mit Christian Ulmen

165

*Dank*

175

# *Prolog*





**I**ch bin seit drei Tagen allein, und es ist wunderschön. Ich bin irgendwo. Ich arbeite. Ich drehe einen Film. Eigentlich egal, welcher: Ich drehe einen Film. Man achtet darauf, wie ich einen Satz ausspreche, der auf dem Papier steht. Man achtet auf meinen Blick und meine Mimik. Ich habe keinen Brei im Gesicht, sondern Schminke. Ich bekomme Aufmerksamkeit und Catering. Wenn es regnet, hat wer einen Schirm. Dass es regnet, sagt mir jemand, der einen Laptop hat. Kaffee steht bereit und Dispositionen. Das sind Listen, auf denen steht, wo wir sind, welche Witterung herrscht, wie die Handynummer der Maskenbildnerin ist, wann wir welche Szene beginnen und wann sie endet, wann der Sonnenaufgang kommt, wann der Tag enden wird und wo das nächste Krankenhaus ist.

Ich bin zurück und disponiert. Es hat mir gefehlt, ein Teilchen in einer Wertschöpfungskette zu sein. Ein Rad in irgendeiner Maschine. Ich freue mich auf die Arbeit und die Ergebnisse, ich freue mich auf das Ende jeden Drehtags, weil ich dann Schlaf und Ruhe bekomme, weil alles eine Klammer hat.

Jemand am Set fragt mich, was sich verändert hat, seit ich Mutter geworden bin.

Es ist eine Frage, die mich ratlos macht. Nicht, weil mir nichts einfiel, was sich verändert hat. Sondern weil ich nicht weiß, wo ich anfangen soll. Natürlich hat sich alles verändert. Eigentlich sollte die Frage heißen, ob irgendetwas so geblieben ist, wie es vorher war. Ob irgendetwas korrekt disponiert ist. Einen Sonnenaufgang und einen Sonnenuntergang hat. Die Antwort lautet: Nein. Ich bin mittendrin im härtesten Job meines Lebens. Er hat gerade erst angefangen, und schon habe ich mehr davon zu erzählen als von jedem Dreh. Ich habe Schmerzen gehabt und Nervenzusammenbrüche. Klar will ich davon erzählen. Wie Opa von Stalingrad.

Es passiert nichts, alles geht ganz langsam, und trotzdem war letzte Woche alles anders. Es kommen jetzt Zähne bei meiner Tochter. Ich habe Sommerklamotten gekauft. Ich habe keinen Schlafrhythmus mehr und kann oft nicht sagen, welcher Wochentag gerade ist. Ich habe manchmal Angst um meinen Körper und manchmal Angst, zu zerspringen, weil ich etwas winzig Kleines so wundervoll finde. Die Tage rauschen vorbei. Die Dramaturgien sind willkürlich, alleiniger Urheber ist meine Tochter oder das, was sich in ihr, an ihr oder durch sie entwickelt: Mein Leben wird diktiert von einem winzigen Magen und einem winzigen Gehirn.

Ich habe nichts Spektakuläres getan. Nur das, was das Überleben der Menschheit sichert und oft die Scheidung. Was für die Weitergabe meines Genhaufens sorgt und die Überforderung meines Nervenkostüms. Natürlich hat sich alles verändert. Aber wenn ich zurückdenke und mir vorstelle, was vorher war, komme ich nicht weit. Meine Vorstellungskraft versiegt. Es ist wie ein Blackout. Ich habe vor-

her nicht gelebt. Ich kann nur zurückdenken an eine Ente. Ich habe sie eine Woche vor der Geburt meiner Tochter gekauft. Sie hat noch ein Auge, ihr Schnabel ist zerrissen. Man kann den Finger reinstecken und mit ihr Geschichten erzählen. Sie ist farblos und zerrupft. Sie wird abgeleckt und zerdrückt.

Man nimmt sie überall hin mit, ohne sie würde die Welt und das Universum untergehen. Sie könnte ich sein.



Collien Ulmen-Fernandes

## **Ich bin dann mal Mama**

Paperback, Klappenbroschur, 176 Seiten, 13,5 x 21,5 cm

1 s/w Abbildung

ISBN: 978-3-466-31012-8

Kösel

Erscheinungstermin: Mai 2014

Ein Kind verändert alles, egal, wer oder was man vorher war. Das ahnt auch Collien Ulmen-Fernandes, aber was dann kommt, übertrifft all ihre Erwartungen. Mutter sein kann man nicht proben!

Bekannt geworden als Teenie-Idol und gerühmt als "Galionsfigur der Young Generation" (FAZ) ist Collien Ulmen-Fernandes mit Anfang Dreißig aus ihrer einstigen Rolle geschlüpft und in ihr Erwachsenenleben getreten: als Karrierefrau, Ehefrau und Mutter. Im unnachahmlichen Sound ihrer Moderationen kommentiert sie jetzt ihre ersten Schritte ins Elterndasein – und spricht einmal mehr genau das aus, was ihre Altersgenossen gerade auch durchleben.

Die schräge Odyssee durch zahllose Ängste, Zweifel und ersten Male – das erste Lächeln, die ersten Schritte, der erste Moment, in dem mir mein Kind peinlich ist –, liest sich besonders dann gut, wenn es zu Hause gerade mal wieder nicht so läuft wie im Babyratgeber beschrieben.

Ein herrlich ehrliches Muss für alle Erstmals-Eltern.



[Der Titel im Katalog](#)