

Matt von Drein

# Von Null auf Drei

Als Drillingsvater auf der Überholspur



## **Über das Buch:**

Matt v. Drein ist seit fünf Jahren Vater von Drillingen. Wie überlebt man das als Vater, ohne verrückt zu werden? Ganz einfach: Es ist alles eine Frage der Technik. Matt v. Drein erklärt wie es funktioniert: Das Füttern der drei Babys gleichzeitig, das Aufmunitionieren der nächtlichen Nuckelflaschen, der Kauf abgenudelter Drillings-Kinderwagen, das Schlafen in der Rumpelkammer uvm. Er lässt uns teilhaben am täglichen Wahnsinn des Lebens mit Drillingen.

Offen, ehrlich und mit viel Humor hat er die richtigen Antworten und unterhaltsame Survivaltipps für alle Väter - und Mütter - parat.

## **Über den Autor:**

Matt v. Drein fühlt sich so wie er sich nennt. Zum Schutz seiner Kinder und seiner Frau schreibt er unter einem Pseudonym, was aber nichts daran ändert, dass sein Alltag genauso aussieht, wie er es hier schildert. Er hofft, mit diesem Buch Vätern und auch Müttern die Angst vor der Bewältigung des Drillingschaos nehmen zu können.

## Inhaltsverzeichnis

Einleitung

Drillinge, ein kleiner Vorgeschmack

Drillinge? Was ist das?

Wir sind schwanger!

Im Krankenhaus – Muttermundalarm

Im Krankenhaus – Kurz vor der Geburt

Die große Hektik

Erlebnis Neonatologie

Endlich nach Hause

*Nächtliche Abwechslung*

*Nachteinsatz*

*Technik und Milch*

*Morgens um halb sechs im Delirium*

*Wie füttert man drei Babys gleichzeitig?*

Die Wohnung als Gehege

Das Essen als Schlammschlacht

Die große Fortbewegungsfrage

*Welcher Kinderwagen?*

*Welches Auto?*

Ein kleiner Blick ins große Chaos

Ein normaler Tagesablauf

Arztbesuche und Verletzungen

*Krabbelnde Kopfläuse*  
*Das SPZ der Charité*  
*Besuch beim ABC-Club*  
*Nervige U-Untersuchungen*  
*Brutalität beim Augenarzt*  
*Impfungen de Luxe*  
*Notfälle*  
*Fischen im Wasser*  
*Immer krank*

Entenfamilie in der Kita

Wie vertreibt man sich bloß die Zeit?

Drillinge unter sich

Wie es uns Eltern heute geht

Hilfreiche Webseiten

Adressen für Sponsoring

## Einleitung

Sie wollten schon immer wissen, wie es ist, mit dem prallen Leben konfrontiert zu sein? Wollten Sie schon immer wissen, was das Leben für Aufgaben bereithalten kann? Dann kann ich nur sagen: Man wächst mit seinen Aufgaben, nichts ist unmöglich und: Willkommen in meiner Welt!

Zugegeben: Meine Welt ist ziemlich klein. Ich schnuppere tagtäglich alles andere als den Duft der großen weiten Welt. Denn meine Frau und ich rasen seit fünf Jahren ausschließlich in einem winzig kleinen Hamsterrädchen. Wir kümmern uns eigentlich ausschließlich um die Versorgung unserer Drillinge und – wenn dafür noch Zeit bleibt – der Aufrechterhaltung unserer eigenen wichtigsten Lebensfunktionen. Mehr ist wirklich nicht drin.

Zahlen sagen manchmal mehr als Worte, daher will ich das Ganze einmal in Zahlen ausdrücken: Wir haben in den ersten vier Jahren ungefähr 25.000mal die Windeln gewechselt und allein im letzten Jahr 1.500mal Popos abgewischt. Wir haben in den letzten fünf Jahren ungefähr 1.500 Waschmaschinen aufgesetzt und ausgeräumt, ungefähr 3.500 Stunden Kindergeschrei angehört und 200 Stunden Schnuller und Teddys gesucht. Und das Gute dabei ist: Ohne Drillinge wäre das Leben nicht zum Aushalten. Seit über fünf Jahren geht das nun schon so. Seit über fünf Jahren bin ich Vater von Drillingen. Früher haben uns die Leute wegen der Drillingsbabys immer nur mitleidvoll angeschaut. Jetzt heißt es immer: Die Drillinge sind jetzt fünf Jahre alt? Na, dann seid Ihr ja aus dem Größten raus!

Etwas ratlos stehe ich dann da und weiß wirklich nicht, was diese Leute meinen. Wahrscheinlich denken sie

tatsächlich, dass wir aus dem Größten raus sind. Aber was meinen sie damit bloß? Wir sind nicht aus dem Größten raus! Und außerdem: Ist man eigentlich überhaupt irgendwann aus dem Größten raus? Ok, wir haben jetzt keine hilflosen Babys mehr, die ihre Wünsche und Emotionen nur in Form von Geschrei kommunizieren. Dafür laufen aber jetzt kreuz und quer kleine Kinder um uns herum, die ihre Wünsche und Emotionen nicht nur mit viel lauterem Geschrei kommunizieren, sondern das Geschrei dazu auch noch mit Worten garnieren und alle gleichzeitig mit einem reden. Die Kinder wissen jetzt nicht nur viel besser als früher, was sie wollen, sondern sie wissen darüber hinaus sehr gut, wie sie ihren Eltern am besten auf die Nerven gehen können. Und genau das nutzen sie gnadenlos aus. Bei Drillingen kommt außerdem noch erschwerend hinzu, dass sie letzten Endes die Stärkeren sind - denn sie bilden die Mehrheit und halten zusammen wie Pech und Schwefel. Die Drillinge sind zu dritt. Meine Frau und ich sind nur zu zweit, sind meistens mit unseren Kräften und Nerven ziemlich runter und sind uns noch nicht einmal immer einig. Da weiß ich wirklich nicht, warum man aus dem Größten raus sein soll.

Zugegeben, man hat nicht mehr diese Riesenarbeit, die Babys nun einmal so mit sich bringen. Insbesondere bin ich sehr froh darüber, dass wir keine Windeln mehr wechseln müssen. Das wurde zum Schluss wirklich eklig.

Heute schaue ich mir meine Schwester mit ihrem Mann an, die einen kleinen Jungen haben, der gerade ein Jahr alt ist. Er ist ein ganz normales Baby, krabbelt herum, schreit, lacht und plappert so vor sich hin. Wirklich süß. Doch plötzlich sabbert er alles voll. Meine Schwägerin springt auf und wischt den Sabber weg. Anschließend zieht er sich am Tisch hoch. Sie geht hin und stellt schnell die Gläser weg. Er krabbelt weiter und steckt sich etwas in den Mund. Wieder hinrennen und schnell das Ding aus dem Mund holen. Essen

kochen, füttern, sabbern, wischen, saubermachen, Windeln wechseln, saubermachen, schlafen legen und nachts dasselbe Programm natürlich noch einmal. Also das ganz normale Babyprogramm. Ich sitze dann genüsslich da, schaue meiner Schwägerin in ihrer Hektik zu und frage mich: Wie haben wir das eigentlich damals geschafft als die Drillinge noch Babys waren? Die Antwort ist ganz einfach: Ich weiß es schlicht und ergreifend nicht mehr wie wir das geschafft haben. Denn seit ziemlich genau fünf Jahren leide ich unter massivem Gedächtnisschwund. Und selbst ohne Gedächtnisschwund ist es mir schleierhaft wie wir das hinbekommen konnten. Irgendwie haben wir wohl auf Autopilot geschaltet und im Robotermodus einfach nur das gemacht, was das Leben in Form der Drillinge von uns verlangt hat.

Das mit dem Gedächtnisschwund kann ich natürlich niemandem sagen, da bin ich im Job völlig unten durch. Irgendwie ist es ja auch blöd, wenn einem mitten im Satz die Worte fehlen und man nur noch vor sich hinstottert. Oder man hat die einfachsten Redewendungen nicht mehr drauf. In einer Sitzung sagte meine Frau kürzlich, das sei ein zweischneidiges Pferd. Schon beim Sprechen merkte sie, dass da irgendetwas nicht stimmte, aber sie kam und kam einfach nicht darauf. Was war es bloß? Nach einigen Stunden endlich fiel es ihr ein: Sie hätte statt Pferd Schwert sagen sollen! Von den Kollegen hat niemand etwas gesagt. Alle haben sie nur teilnahmslos angeschaut und wahrscheinlich gedacht, dass sie nicht mehr ganz richtig im Kopf ist, womit sie wohl im Grunde seit fünf Jahren Recht haben. Aber wie gesagt, das darf eigentlich niemand wissen.

Wirklich schade ist es auch, wenn man das mit den Drillingen verbundene Chaos, die Erschöpfung, den Spaß und die Reaktionen der Umwelt einfach nur vergisst. Also habe ich angefangen, das Ganze aufzuschreiben. Niemand

kann sich vorstellen, was die Geburt von Drillingen emotional und physisch mit sich bringt. Ein Leben am Limit.

## **Drillinge, ein kleiner Vorgeschmack**

Und da waren sie plötzlich. Die Nachricht verbreitete sich wie ein Lauffeuer: Die v. Dreins haben Drillinge! Eine Sensation! Zum Glück kamen wir bei dem ganzen Durcheinander gar nicht erst zum Nachdenken darüber, was das eigentlich bedeutete. Sehr gut erinnere ich noch einen der ersten Anrufe nach der Geburt. Eine alte Freundin war am Apparat und gratulierte. Sie kannte sogar andere Drillinge, die aber mittlerweile erwachsen waren. Interessant! Nur vorsichtshalber ließ sie mich dann auch gleich wissen, dass deren Mutter innerhalb des ersten Jahres nach der Geburt einen Nervenzusammenbruch bekommen und den Mann mitsamt Kindern sitzen gelassen hatte. Die Mutter hatte sich nie wieder bei Mann und Kindern gemeldet. Sie war einfach verschwunden.

Ich bin mir nicht so sicher, ob die Freundin tatsächlich glaubte, mich würde dieses Familiendrama als frischgebackener Drillingsvater interessieren. Vielleicht meinte sie es aber auch nur gut mit mir. Denn einen dieser Drillinge hatte ich vor Jahren einmal auf einem Bauernhof kennengelernt. Er war dort Praktikant gewesen und hatte in einer sternklaren Nacht das attraktive Aupairmädchen meiner Schwester vernascht. Eventuell hoffte die Freundin, dass ich es nach der Flucht meiner eigenen Frau genauso machen und mit einem jungen und knackigen Aupairmädchen oder vielleicht sogar mit ihr selbst anbändeln würde. Aber mal ehrlich: Welches Aupairmädchen oder überhaupt welche Frau würde schon einen alleinstehenden Mann mit neugeborenen Drillingen nehmen?

Aupairmädchen hin oder her. Die gute Nachricht ist: Unsere Drillinge sind heute fünf Jahre alt und meine Frau und ich sind immer noch ein Paar. (Noch) kein Nervenzusammenbruch, keine Irrenanstalt, kein Sitzenlassen - auch wenn wir beide immer kurz vor der Einlieferung ins Irrenhaus stehen. Nach einigem Abstand habe ich zwischenzeitlich sogar meine eigene Theorie zur Flucht der Drillingsmutter. Diese Drillinge waren in eine sehr konservative Familie mit entsprechendem Rollenverständnis hineingeboren worden. In diesen Familien gibt es eine klare Arbeitsteilung:

Die Mütter sind für die Kinder und den Haushalt zuständig und der Vater fürs Geld verdienen. Was für eine einfache Welt! Nach der Arbeit genießt der Vater den wohlverdienten Feierabend und die Aufgabe der Mutter ist es dann, neben den Drillingen auch noch den Mann zu versorgen. In aller Selbstverständlichkeit nimmt der Vater dann die Schnittchen und das Bier in Empfang und setzt sich vor den Fernseher. Den Kindern streichelt er noch einmal zur Nacht über den Kopf. Aber natürlich erst, wenn sie frisch gewaschen und bettfertig sind. Aller Wahrscheinlichkeit nach hatte der Vater die Erziehung der Kinder und alle Fragen des Haushalts komplett seiner Frau überlassen. Aus eigener Erfahrung kann ich sagen: So funktioniert das mit Drillingen nicht. Burnout, Nervenzusammenbruch, Scheidung und Einlieferung in die Irrenanstalt sind da vorprogrammiert. Aber von vorne: Wie war es eigentlich zur Geburt unserer Drillinge gekommen? War das alles mit rechten Dingen zugegangen? Auf der Straße starrten regelmäßig wildfremde Leute hemmungslos in unseren Kinderwagen und fragten uns: Sind das Drillinge? Und das war noch die harmloseste Frage!

Von Oscar Wilde gibt es den Spruch: Es gibt keine indiskreten Fragen, sondern nur indiskrete Antworten. Ich

bezweifle, dass die vielen Unbekannten auf der Straße, die uns indiskrete Fragen stellten, jemals den Namen Oscar Wilde gehört hatten. Das Highlight der Indiskretion war die Frage, ob die Kinder durch künstliche Befruchtung oder auf natürlichem Wege zustande gekommen waren. Das ist ungefähr so, als wenn man wildfremde Leute auf der Straße fragen würde: Und? Wie oft habt Ihr Sex?

Dann war da noch die Frage des Fütterns. Wie soll das funktionieren bei zwei Brüsten und drei Babys? Nun gut, ich kannte vor Jahrzehnten einmal eine Frau mit drei Brustwarzen, vielleicht wäre das die geborene Drillingsmutter gewesen. Diese Option bestand aber aktuell nicht, da diese Frau ja nun nicht die Mutter unserer Drillinge war. Eine naheliegende Idee wäre es natürlich, ein Kind nach dem anderen an die Brust zu legen. Aber eine leichte mathematische Rechnung zeigt, dass solche Ambitionen, die manche Übermuttis tatsächlich haben, allein zeitlich schon zum Scheitern verurteilt sind. Denn bei durchschnittlich dreißig Minuten pro Stillvorgang und sechs Sitzungen pro Kind käme man auf sieben Stunden Stillen pro Tag, also pro vierundzwanzig Stunden. Meine Frau wäre also fast ein Drittel des Tages - und der Nacht - nur mit Stillen beschäftigt gewesen. Völlig utopisch. Bei Zwillingen geht das. Jedes Kind eine Brust. Sehr komfortabel. Bei Drillingen wäre das Säugen eine Ganztagsstätigkeit. Trotzdem gibt es Drillingsmütter, die das versuchen. Ein völliger Irrsinn!

Kommen wir nun zu einer anderen schönen Sache: Dem Spießrutenlaufen. Das war früher eine Bestrafung für Soldaten. Heute gibt es das nicht mehr. Zumindest nicht in Mitteleuropa. Eine Art moderne Spießrutenlaufen ist es allerdings, wenn man mit einem Drillingswagen durch die Stadt spaziert. Beim ersten Mal dachten wir uns nichts weiter dabei. Wir wollten einfach mal raus. Schön in aller Ruhe durch die Straßen schlendern und frische Luft

schnappen. Vielleicht könnte man auch ein paar Sonnenstrahlen abbekommen. Das hätte ganz sicher unseren bleichen Gespenstergesichtern gutgetan und vielleicht noch irgendwo versteckte Lebensgeister herausgelockt. An Letzteres habe ich aber nicht wirklich geglaubt. Frische Luft sollte uns jedenfalls guttun und den Babys natürlich auch. Außerdem hat das Spaziergehen mit Kinderwagen den Vorteil, dass die Babys in jedem Fall schlafen.

Das waren zumindest unsere Pläne zum ruhigen Spaziergang. Reine Theorie, denn mit der Ruhe wurde es dann nichts. Überall verstohlene Blicke und alle zehn Meter die alles entscheidende Frage: Sind das Drillinge? Eine gute Frage. Aber wie fing eigentlich alles an?

## **Drillinge? Was ist das?**

Drillinge hat man als normaler Mensch noch nie gesehen. Gut, vielleicht hat man im Zoo mal welche gesehen, allerdings nur bei Tieren. Aber Menschen? Die meisten von uns haben über Drillinge höchstens einmal in der Zeitung gelesen. Aber auch nur dann, wenn es sich um eineiige Drillinge gehandelt hat. Die Wahrscheinlichkeit einer eineiigen Drillingsgeburt liegt bei 1:200 Mio., ist also wirklich eine Meldung wert. Bei den meisten Drillingen handelt es sich aber um dreieiige Drillinge, so auch bei uns. Die Wahrscheinlichkeit für eine solche Geburt liegt immerhin noch bei 1:7000.

Die meisten Menschen kennen weder Drillinge noch deren Eltern. Daher kann sich auch niemand vorstellen, was die Geburt von Drillingen für die Eltern bedeutet und wie das Leben mit Drillingen die eigene Welt verändert. Niemand versteht wie das Leben der Eltern durch die Geburt von Drillingen auf den Kopf gestellt wird oder sogar in schwere Krisen stürzen kann. Eine kleine Vorstellung von dem, was mit der Geburt von Drillingen auf die Eltern zukommt, gibt ein Fragebogen, den ich auf der Webseite [www.abc-club.de](http://www.abc-club.de) gefunden habe. Das ist die Webseite eines Vereins für Drillingseltern und Eltern höhergradiger Mehrlinge (also ab Drillinge aufwärts). Bei der Lektüre der Fragen bekommt man zumindest eine Idee, vor welchen Aufgaben und Problemen Drillingseltern stehen können. Und damit steigen wir gleich ein in die Welt der Probleme. Wer stattdessen gleich in das volle Leben einsteigen möchte, der überschlägt diese Seiten und steigt am Besten auf S. 26 wieder ein.

*Bin ich/ist mein Partner stabil genug, die ungeheure Arbeitsbelastung zu tragen?*

Ein wichtiger Aspekt. Die - ich nenne es mal so - Aufzucht von Drillingen betrifft beide Elternteile. Das sollte eigentlich eine Selbstverständlichkeit sein und ist die Grundvoraussetzung dafür, dass niemand - also besonders nicht die Mutter - physisch und psychisch zugrunde geht. Da ist also für uns Männer nichts mit Abseilen ins Büro, weil angeblich so viel Arbeit auf dem Tisch liegt. Auch das Bierchen mit den Kumpels nach der Arbeit ist nicht mehr drin. Es heißt vielmehr: Beide Elternteile müssen ran und zwar zu 100 %, sonst funktioniert das nicht.

Das sollte man als Vater wissen, sonst fliegt einem die Ehe um die Ohren. Und so etwas will ja erst einmal niemand. Ich könnte mir allerdings vorstellen, dass sich so manch einer nach dem ersten Jahr mit Drillingen dann doch ganz gerne aus der Ehe bzw. dem Familienleben verabschieden würde. So nach dem Motto: Ich will endlich mal wieder meine Ruhe haben. Kein Wunder also, dass die Scheidungsrate bei Drillingseltern wegen der unglaublichen Belastung extrem hoch ist.

Manche Quellen sprechen von einer Scheidungsrate von 80 %.

Ich halte das bei den Parametern einer Drillingsfamilie für absolut realistisch: Es herrscht Dauerstress, brutaler Schlafentzug und die Nerven liegen blank. Der Ton in der Ehe wird rauer und das Gemeckere größer. Man muss nur aufpassen, dass der Ton nicht zu rau wird. Fest steht: Drillinge sind der Härtetest für jede Beziehung.

Ganz schwierig wird es, wenn man einen Partner hat, der Perfektionist oder ein fanatischer Saubermann ist. Perfektionisten und Saubermänner müssen jetzt ganz stark sein. Denn wenn das Chaos ausbricht, sind Perfektion oder Sauberkeit nicht besonders hilfreich. Man muss sich davon

sogar gänzlich verabschieden. Aber das Genie beherrscht bekanntlich das Chaos und alles ist gut. Ein weiteres Problem wäre es, wenn der Partner nervlich nicht belastbar wäre. Denn ein Partner mit Nervenzusammenbruch, der den ganzen Tag heulend auf dem Sofa liegt, ist im Drillingsalltag wenig hilfreich. Es reichen drei heulende Kinder, die auf dem Fußboden herumrobben, da braucht man nicht noch einen heulenden Erwachsenen auf dem Sofa. Auch in diesem Fall wird die Sache also schwierig.

Aber es gibt auch eine positive Nachricht: Wenn man das in den ersten paar Jahren als Paar überlebt hat, dann kann in der Ehe eigentlich nichts mehr schiefgehen. Für meine Frau und mich war das glücklicherweise nie ein Problem. Ganz im Gegenteil: Die Liebe zu unseren Kindern und das, was wir in der Schwangerschaft und in den ersten Jahren gemeinsam durchgemacht haben, schweißt uns heute sogar mehr denn je zusammen. Und nach dieser Kleinkindzeit, die mit extremem Schlafentzug verbunden ist, sollte man mit dem Thema „Scheidung wegen Drillingen“ komplett durch sein.

*Würde ich damit fertig werden, wenn meine Beziehung daran scheitern sollte?*

Das Scheitern einer Beziehung wäre für den Partner, der sich dann um die Kinder kümmern würde, eine Katastrophe. Alleinerziehend mit kleinen Drillingen ist ein Horrorszenario. Mir ist schleierhaft, wie das gehen soll. Schon zu zweit ist das schwierig. Aber auch diese Fälle gibt es. Das war z.B. bei dem Vater der Fall, dessen Frau sich im ersten Jahr verabschiedet hatte. Es gibt in diesen Fällen wohl nur zwei Alternativen: Entweder wächst man auch hier mit seinen Aufgaben oder man landet in der Irrenanstalt. Letzteres halte ich für wahrscheinlicher. Dieser Vater hatte dann

glücklicherweise nicht nur familiäre Hilfe, sondern fand sogar eine Frau, die ihn trotz Drillingen genommen hat.

*Werde ich damit fertig, meine Berufstätigkeit für die Kinder aufzugeben?*

Gegenfrage: Warum sollte man seine Berufstätigkeit aufgeben? Diese Vorstellung, dass jemand – nämlich in der Regel die Frau – seine Berufstätigkeit aufgibt, ist mir selbst bei Drillingen zu altmodisch. Niemand sollte und niemand muss seine Berufstätigkeit dauerhaft aufgeben. Wenn man sich nicht ins Unglück stürzen will, sollte man das sogar auf gar keinen Fall tun. Denn wo erholt man sich so gut wie im Büro? Zuhause mit kleinen Drillingen ganz sicher nicht. So ein schöner Büroschlaf ist doch was Herrliches! Da freut man sich tagtäglich auf die Ruhe in herrlich entspannter Büroatmosphäre. Ungestört Kaffee trinken und im Internet surfen. Wo bitte geht das noch, wenn die Drillinge zuhause warten? Wo, wenn nicht im Büro?

Meine Frau und ich arbeiten beide fast Vollzeit. Die Kinder haben wir mit 18 Monaten in die Kita gegeben. Da sie zu dritt sind und sich immer gegenseitig haben, fanden wir das unproblematisch. Meine Frau ging also relativ schnell wieder arbeiten, mit einer 75 % Stelle. Das Ganze natürlich in erster Linie zur Erholung. Ich selbst hatte mich ja durchgehend im Büro erholen können und meine Frau wollte mir da in nichts nachstehen. Die Kinder holten wir immer – meist allerdings meine Frau – gegen vier oder halb fünf aus der Kita ab. Das funktionierte sehr gut und wir beide sagen auch heute noch voller Inbrunst: Jetzt geht's ins Büro zur Erholung! Allerdings muss man dazu sagen, dass wir als Berliner natürlich privilegiert sind. Denn die Unterbringung in einer Ganztagskita war unproblematisch. Anders sieht das sicherlich in kleinen Städten und vor allem auf dem Land aus.

Manche Männer nehmen den Job ihrer Frauen, die zuhause bleiben und sich um kleine Kinder kümmern, nicht ernst und lamentieren stattdessen über ihre eigene Arbeitsbelastung im Job. Dazu kann ich nur sagen: Ich möchte mit keiner Frau tauschen, die sich zuhause um kleine Kinder kümmert. Das wäre mir viel zu anstrengend.

*Werde ich damit fertig, jedes persönliche  
Leben für Jahre zurückzustellen?*

Ok, das ist wirklich ein Punkt. Die sozialen Kontakte leiden oder verschieben sich im besten Falle. Mich persönlich stört das zum Glück nicht besonders. Zwar treffe ich mich sehr gerne mit interessanten Menschen, aber wann laufen einem schon interessante Menschen über den Weg, mit denen man sich auch noch gut versteht? Ganz im Gegenteil, Drillinge sind in dieser Beziehung sogar sehr reinigend. Denn vom Freundeskreis bleiben nur die besten und engsten Freunde übrig. Den ganzen Überhang ist man auf elegante Art und Weise los. Dabei kann sogar noch die moralische Keule schwingen. So nach dem Motto: Die herzlosen Freunde haben sich seit der Geburt der Drillinge nie wieder gemeldet.

Überhaupt kein Verständnis für unsere Situation nach der Geburt hatten Singles ohne Kinder. In deren Augen sind Kinder einfach nur laut, dreckig und insgesamt ein lästiges Gekröse, das die persönliche Freiheit einschränkt. Und laute Kinder einfach nur unerzogen<sub>gen</sub>. Ein ganz anderes Erlebnis hatten wir mit einer kinderlosen Freundin. Sie hörte das laute Wehgeschrei eines unserer Kinder im Nebenzimmer und rannte panisch zu dem Kind, in der Vorstellung, jetzt ein Leben retten zu müssen. Sie befürchtete das Schlimmste. Voller Verwunderung stellte sie fest, dass weder meine Frau noch ich in irgendeiner Form auf dieses Geschrei reagiert hatten. Stattdessen plauderten wir einfach ganz normal weiter als ob nichts passiert wäre. Denn als Eltern weiß man

genau, wann es sich um wirklich ernsthaftes Geschrei und wann einfach nur um Rumgeheule handelt. Auch diese Freundin besucht uns nicht mehr - in dem Fall muss ich sagen: leider.

Der Kontakt zu vielen Single-Freunden ist ziemlich eingeschlafen oder hat sich in Luft aufgelöst. Wenn es hochkommt, verabredet man sich mal zum Mittagessen während der Arbeitswoche. Natürlich ohne Kinder. Das wäre zu viel Stress für diese ruheverwöhnten Singles. Erschwerend kommen Kommunikationsprobleme hinzu. Unsere Welt dreht sich halt einfach um die Kinder. Die Kinder sind unser Universum. Und Leute ohne Kinder verstehen das einfach nicht. Sie können das auch nicht verstehen, weil sie schlicht ein anderes Leben führen. Kinderlose Paare oder Singles finden die ewigen Gespräche darüber, was die Babys für Fortschritte machen oder wie es in der Kita läuft ziemlich öde. Das kann ich gut verstehen. Auch mir ist das meistens zu viel. Es gibt diese Übermuttis, die ihre ganze Erfüllung darin finden, nur noch über Windeln, Stillen, Babybrei, Peking und Kindererziehung zu sprechen. Solche Muttis muss man unbedingt meiden. Mindestens aber muss man wirklich tapfer und stark sein. Sonst erträgt man das nicht.

Ich selbst versuche möglichst, Kinderthemen zu vermeiden. Das gelingt ganz gut und ich bin selbst froh, mich einmal aus diesem Universum herauszubewegen. Aber ganz ehrlich: Mit Leuten, die Kinder anstrengend oder zu laut finden, möchte ich eigentlich nichts zu tun haben. Das ist nicht meine Welt. Goodbye ihr lieben Singles ohne Kinder! Es war schön mit Euch, aber die Welt dreht sich weiter!

Bei uns hat sich der Freundeskreis verschoben. Statt alter Freunde, die in der Versenkung verschwunden sind, haben wir neue Freunde über die Kinder. Die neuen Freunde

rekrutieren sich ausschließlich aus Eltern von Freunden unserer Kinder. Dabei hatten wir viel Glück. Denn in unserer Kita gab es viele wirklich nette Eltern. Und unsere Kinder suchten sich dann sogar noch Freunde aus, deren Eltern wir nett fanden. Alles in allem ist die Eingangsfrage aber berechtigt: Die Sozialkontakte reduzieren sich auf ein Minimum und man ist abends so müde, dass eine Verabredung oder überhaupt irgendeine Aktivität außerhalb des Sofas und Fernsehers, sowieso nicht in Frage kommt. Man bekommt es gerade noch hin, nach der Fernbedienung zu greifen.

*Könnte ich mit evtl. Einfach- oder Mehrfachbehinderungen  
eines  
oder mehrerer Kinder leben?*

Das ist eine Frage, mit der man sich als werdende Drillingseltern wohl oder übel auseinandersetzt oder auseinandersetzen muss. Bei uns ist zum Glück alles gut gegangen und wir sind jeden Tag dankbar dafür. Sehe ich aber heute Eltern mit behinderten Kindern – ob Drilling oder nicht – kommen alle Sorgen und Ängste aus der Schwangerschaft und der Krankenhauszeit wieder hoch. Gleichzeitig verstehe ich aber mittlerweile, dass diese Eltern ihre Kinder genauso lieben wie wir unsere. Dieses Abstraktionsvermögen hatte ich früher nicht.

*Hätte ich die nötige familiäre Unterstützung?*

Meine Frau und ich hatten trotz mehrerer Geschwister und Eltern vor Ort keinerlei familiäre Unterstützung. Das war zwar persönlich eine wirklich bittere Enttäuschung und nagt bis heute an einem, aber man schafft es auch ohne. Zum Glück gab es aber noch Großeltern, die nicht vor Ort wohnten und wirklich hilfreich waren. Von anderen Drillingsfamilien oder überhaupt von Familien mit Kindern habe ich solche Dinge nie gehört. Ganz im Gegenteil. Es gab