

# Pressemappe



UEBERREUTER

Auch andere Mütter erziehen Monster



Yvonne de Bark

## DAS MAMA TROST-BUCH



**Yvonne de Bark**  
(Dr. Pia Lassner aus der RTL-Serie „Unter uns“)

**Das Mama-Trost-Buch**  
**Auch andere Mütter erziehen Monster ...**

Verlag Carl Ueberreuter, Wien 2008  
176 Seiten, Hardcover m. Schutzumschlag  
EUR 17.95 / sFr 31.50  
ISBN 978-3-8000-7355-9

**Kindererziehung – leicht gemacht!**

Liest man vor der Geburt seines Kindes Ratgeber über die wertvolle und pädagogisch richtige Erziehung des nahenden Nachwuchses, so ist man voll Vorfreude und bester Vorsätze, diese vielen klugen Tipps auch alle recht heftig anzuwenden. Doch die Realität ist eine andere!

Die Autorin Yvonne de Bark schildert auf amüsante Weise die ganze Wahrheit über das Zusammenleben mit den lieben Kleinen und unterzieht die vielen klugen Tipps aus den Ratgebern dem ultimativen Härtetest.

Auszug aus dem Inhaltsverzeichnis:

- DIE GEBURT oder *Wie quetscht man eine Melone durch ein Nadelöhr?*
- SCHNULLER oder *Wie wird man das Ding wieder los*
- ANZIEHEN oder *Wofür man die Textilbranche verklagen könnte*
- KRANK SEIN oder *Wie kommt das Zäpfchen in das Kind*
- MAMA ALLEIN ZU HAUS oder *Wie entspannt man sich eigentlich?*
- TROTZPHASE oder *Ist es erlaubt, einem Kind einen Maulkorb zu verpassen?*



Leser-Meinung:

**„Ich selbst werde gerade zum zweiten Mal Vater. Dieses Buch ist aus dem Leben gegriffen. Mit manchen Kapiteln kann ich mich verdammt gut identifizieren. Yvonne de Bark schafft es, mit ihrem Humor und mit ihrer offenen Lebensart den Leser von Anfang an zu fesseln. Das perfekte Buch (nicht nur) für Eltern, sondern auch für jene, die es noch werden wollen.“**

*Stefan Bockelmann, Schauspieler  
(Malte Winter in „Unter Uns“)*

## Probekapitel

### Restaurantbesuch

oder

Wie schneiden Sie beim ultimativen  
Erziehungstest ab?

Der ultimative Erziehungstest kommt nicht etwa mit der »Supernanny – testen Sie Ihre Kinder« übers TV ins Haus. Die Crème de la Crème der Testorgane, die den momentanen Qualitätsstatus der erfolgreichen Erziehung prüfen, ist der RESTAURANTBESUCH. Egal welchen Alters ist ein Besuch in einer öffentlichen Gaststätte eine Herausforderung für alle, die es wissen wollen. Je kleiner die Kinder, desto interessanter und spannender wird der Ausflug in die melancholische Nostalgie der Kinderlosigkeit. Die Kinder sollten jedoch schon laufen können, sonst wäre man selbst die ganze Zeit an seinen Platz gefesselt und müsste sich am Ende noch mit dem Partner unterhalten. *Binden Sie das Kind ins Gespräch mit ein, dann fühlt es sich angenommen und wichtig.* Da aber ein Restaurant für Eltern mit Kindern ohnehin nicht zur Nahrungsaufnahme dient, sondern lediglich zur Überprüfung der bisherigen Erziehungserfolge, kann man selbstbewusstseinsstärkende Gespräche mit Kindern auch zu Hause führen. *Lassen Sie das Kind bei der Speisenwahl mitentscheiden.* Also was wollt ihr: es gibt Kinderschnitzel mit Pommes, Würstchen mit Pommes oder Kartoffelsalat oder Spaghetti?« Wie kreativ. »Ich will das, was du nimmst, Mama.« – »Ich nehme vielleicht das Lammfilet mit Junggemüse, das schmeckt dir nicht, außerdem ist die Portion viel zu groß.« – »Ich will aber auch so was.« – »Es ist viel zu teuer, wenn du dann alles liegen lässt. Nimm doch ein Kindergericht, schau mal.« – »Nein, was DU isst.« – »Soll ich dir sagen, was ich esse, ja? Ich esse ein süßes kleines Babyschaf, das seiner Mutter entrissen und zum Schlachter gebracht wurde, um dann in klebriger Soße ertränkt zu werden und mit kleinen, unschuldigen Erbslein und in heißem Dampf hingerichteten Babymöhrrchen auf meinem Teller zu landen.« – »Was gibt's für Kinder?«



Auf den positiven Ausgang eines Restaurantbesuchs üben vor allem die anderen Gäste den immer gleichbleibenden Druck aus, indem sie glotzen, bewerten, tuscheln oder sich lauthals beschweren und im schlimmsten Fall das Unternehmen durch Platzverweis jäh beenden lassen. *Nehmen Sie Spielzeug mit, da Sie leider nicht automatisch davon ausgehen können, welches vorzufinden.* Gut eignen sich hierfür platzsparende Memory-Karten, die vielseitig einsetzbar sind. Sie können nicht nur vertikal gestapelt werden, sondern trainieren die Kleinen auch darin, das Fassungsvermögen der Tischplatte einzuschätzen.

Außerdem können sie sogar unter dem Tisch kreativ verteilt werden, was den Vorteil hat, dass die Kinder minutenlang verschwunden sind und erst wieder durch das Schmerzgeschrei des Tischnachbarn hervorgekrochen kommen, der glücklich und kinderlos sein Steak genießen wollte und stattdessen lebendiges Menschenfleisch zwischen seinen Beinen vorfand. *Malstifte sind handlich und Kinder können sich einige Zeit damit beschäftigen.* Aber selbst wenn man Malpapier dabei hat, ist weder die Speisekarte noch der Rest des Inventars vor Picassini und Rembrandtini sicher. *Besser, Sie bringen dem Kind zu Hause bei, wie man sich in einem Restaurant benimmt, dann gibt es keine Probleme.* Ich will ja wieder nach Hause, aber wir haben doch schon besteeelt ...



## Interview Yvonne de Bark

*Welche Mütter sind die Zielgruppe Ihres „Mama-Trost-Buches“?*

Das Buch ist an alle Mütter gerichtet, die ihre Kinder zu selbstständigen, selbstbewussten, sozial integrierten Mitgliedern der Gesellschaft erziehen wollen... und manchmal daran verzweifeln, weil die Kinder sich aber auch gar nicht so verhalten, wie es der angepriesene Erziehungsratgeber verheißen hat. Ich kenne keine Mutter, der nicht schon einmal der Dampf aus den Ohren gezischt ist und sie die Kinder in einem imaginären Paralleluniversum geschüttelt und an die Wand geklatscht hätte. An all diese Mütter richtet sich mein Buch. Erziehungsratgeber hin oder her, das wahre Leben zählt und das will gemeistert werden.

*Was ist der größte Trost, den man einer Mutter geben kann, die an Ihren Kids verzweifelt?*

Der größte Trost für verzweifelte Mütter ist die Versicherung, dass sie nicht allein sind, und dass es heutzutage immer mehr gute Therapeuten gibt...

*Wie bringen Sie Job und Kinder unter einen Hut?*

Ich schlafe grundsätzlich nicht, das hab ich mir während der ersten Lebenswochen des ersten Kindes abgewöhnt. Ich verlasse das Haus oft um sechs Uhr früh unter hysterischem Wehgeschrei wegen der immer noch vorhandenen Trennungsangst meinerseits und fahre ins Studio. Dort drehe ich und schreibe in den Pausen am aktuellen Buch. Dann fahre ich nach Hause, organisiere Kindertermine, sage ihnen, sie sollen mich in Ruhe lassen, bringe sie ohne Gutenachtkuss ins Bett und lerne den Text für die nächste Woche. Dann ist es auch schon wieder sechs Uhr früh und das Spiel geht von vorne los. Wenn man sich selbst völlig in den Vordergrund stellt und die eigenen Bedürfnisse am wichtigsten sind, wenn man die Kinder gar nicht beachtet und sich so gut es geht von deren Aufenthaltsort fern hält, dann klappt das mit Job und Kindern problemlos.

*Wie ernst gemeint sind Ihre Ratschläge in dem Buch?*

Die Ratschläge in meinem Buch sind sehr ernst gemeint. Sie stammen ja von erfahrenen, renommierten Psychologen und Pädagogen. Ich habe sie deswegen auch fast alle inhaliert und angewendet. Mehr oder weniger erfolgreich, wenn man die Berechenbarkeit eines pubertierenden Kleinkindes mit einbezieht. Und darum geht es in dem Buch. Haben Sie Probleme das Kind zum Zähneputzen zu bewegen, versuchen Sie es mit ansprechenden Liedern oder lustigen Zahnbürsten, und lassen Sie sich diese in der Realität mal von dem kleinen Zahnputzverweigerer geschmeidig um die Ohren pfeffern.

*Kurz zusammengefasst: Wie bringt man Kinder mit möglichst wenig Aufwand zur Räson?*

Mit Liebe, Respekt und anderem anstrengenden Schnickschnack. Liebevoller Umgang und Konsequenz werden auch von führenden Supernannys proklamiert. Ist anstrengend, aber effektiv.



*Worauf kann sich jede Mutter freuen, wenn sie Ihr Buch gelesen hat? Erschüttert einem nach der Lektüre rein gar nichts mehr?*

Die Mutter, die das „Mama-Trost-Buch“ gelesen hat, muss nicht nur das altbewährte Kirschkernkissen reaktivieren, um es auf den vor Lachen schmerzenden Bauch zu legen, sie wird sich auch eine Träne der Erleichterung von der Wange wischen. Denn dann weiß sie: Sie ist nicht allein. Und sie wird den Erziehungsratgeber aus dem Lebenshilferegal nehmen und neben die Toilette als Entspannungslektüre legen und das Leben mit Kindern wieder genießen.

*Womit bringen Ihre Kinder Sie zur Verzweiflung?*

Eigentlich mit gar nichts mehr. Aber das sag ich jetzt nur, weil sie seit sieben Minuten friedlich spielen.

*Kritisieren Sie die Erziehungsliteratur? Halten Sie sie für unrealistisch?*

Nein, ich finde sie toll, solange man sie nicht als ultimative Universallösung für hausgemachte Probleme heranzieht.



## Biografie Yvonne de Bark

Geboren am 8. August 1972 in München

Lehramtsstudium Sport und Englisch

Schauspielausbildung an der Schauspielschule Maria Körber (Berlin), bei Petra Gallasch und bei Cherie Franklin (Los Angeles)

Wohnort: Köln

Zwei Kinder (Lara, geb. 2002 und Dorian, geb. 2003)

## Filmographie (Auswahl)

### Fernsehen

Seit 2006	Unter uns (RTL)	Dr. Pia Lassner
2005	Hallo Robby (ARD)	
2003	Im Namen des Gesetzes (RTL)	
2001	Alarm für Cobra 11 (RTL)	
1997	Der Fahnder (ARD)	

### Kino

2003	Mörderischer Plan	Regie: Raoul W. Heimrich
2001	The Final Cut.com	Regie: Raoul W. Heimrich
1996	Zeit des Schweigens	Regie: Cornelia Schwarz-Grünberg
1994	Trinity und Babyface	Regie: E. B. Clucher



## Presse/Kontakt

### Verlag Carl Ueberreuter

Robert Seydel

Tel: +43/1/40444-195

[seydel@ueberreuter.at](mailto:seydel@ueberreuter.at)

Andrea Stricker

Tel: +43/1/40444-134

[stricker@ueberreuter.at](mailto:stricker@ueberreuter.at)

### Agentur

Actors Connection

Tel: +49/4154/7939-0

[www.actors-connection.de](http://www.actors-connection.de)

Cover-Download

[www.ueberreuter.at](http://www.ueberreuter.at)

Yvonne de Bark im Internet (und Foto-Download)

[www.yvonedebark.de](http://www.yvonedebark.de)

