

Büchertipps von Lesern für Leser



Adelheid Müller-Lissner:
Empty Nest. Wenn die Kinder ausziehen
Ch. Linksverlag 2020,
208 Seiten, 18 €, ISBN:
9783962890865

Der Auszug des letzten Kindes zählt neben der Entlassung aus dem Arbeitsleben und dem Verlust eines lieben Menschen zu den Krisenauslösern im psychischen Gefüge. So tun sich Mütter und Väter zunächst oft schwer, wenn die Kinder flügge wer-

den. Adelheid Müller-Lissner wollte von Frauen und Männern wissen, wie sie „allein“ – im leeren Nest – klar kommen, wie lange sie möglicherweise trauern und ob sie neue Pläne schmieden, sich wieder als Mann und Frau neu finden können? Darüber sprach sie mit Müttern, Vätern, Paaren, Alleinerziehenden. Zudem interviewte die Autorin Fachleute verschiedener Disziplinen, sogar eine Vogelkundlerin, die das Thema von einer ganz anderen Seite her beleuchtet. Viele haben die Erfahrung gemacht, dass in dieser Situation Verstand und Gefühl ein gehöriges Stück

auseinanderklafften. So wird der Verstand dem letzten der drei Weisen zustimmen, die gefragt wurden, wann das Leben beginne. Mit der Zeugung, meinte der Erste. Mit der Geburt natürlich, sagte der Zweite. Der Dritte hingegen befand: „Das Leben beginnt, wenn die Kinder aus dem Haus sind.“ Aber was zählt schon der Verstand, wenn die Gefühle etwas anderes sagen? Dann kann es hilfreich sein, zumindest damit nicht allein gelassen zu werden. Dazu kann das Buch beitragen.

Dr. med. Helmut Schaaf
Bad Arolsen