

«Ich bereue rein gar nichts und das ist ein sehr schönes Gefühl»

Interview mit Jaël, Schweizer Singer&Songwriter, Info und Konzertdaten: www.jael.ch



1001kindernacht: Du bist sozusagen senkrecht ins Familienleben gestartet und an die Grenzen Deiner Belastbarkeit gekommen. Was war das Schwierigste?

Jaël: Eliah war als Baby ein «Multipaket» und somit war für mich die Kombination des Ganzen das Schwierigste. Ich bemühte mich so sehr ich konnte, seine Bedürfnisse zu stillen - trotzdem weinte er viel, war unzufrieden und schlief kaum. Das belastete und ermüdete mich sehr. Ich wusste einfach nicht, was ich noch hätte tun können und hätte es ja liebend gern getan, wenn er mir hätte sagen können, was ihm fehlt.

Nichts von dem, was wir ausprobierten, half – ausser der Zeit und dem Wissen, dass ich nichts falsch mache. Das entspannte und beruhigte mich, was wiederum sicherlich auch Eliah spürte.

1001kindernacht: Schön, dass Du Dich so sehr um Eliahs Wohlbefinden bemüht hast. Auch wenn Du oft nicht gewusst hast, was er Dir sagen wollte, warst Du für ihn DA – das ist entscheidend! So konnte er ein Fundament an Vertrauen aufbauen, die innere Sicherheit: Ich kann mich auf Mama verlassen. Viele Eltern sorgen sich nach wie vor, ihr Kind mit zu viel Zuneigung zu verwöhnen. Hattest Du solche Gedanken auch?

Jaël: Ich habe oft kritische Stimmen von aussen erlebt. Auch jetzt noch, weil ich Eliah mit bald 20 Monaten immer noch stille und er nach wie vor neben mir im Bett schläft. Glücklicherweise hat mich hier aber Eliahs Verhalten klar bestärkt. Er geht sehr gerne schlafen und schläft von Monat zu Monat besser. Er wollte und brauchte nie einen Schnuller und er geht unglaublich offen, selbständig und vertrauensvoll auf die Welt und andere Menschen zu. Sein Wesen bestärkt mich jeden Tag darin, das Richtige für ihn zu tun und getan zu haben. Er hat ein super ‚Bödeli‘ – das ist mir mehr wert als alles andere.

1001kindernacht: Das tönt wunderbar! War es einfach für Dich, die richtigen Fachleute zu finden, die Dich unterstützen?

Jaël: Ich hatte Glück, dass einige proaktive Leute, die mich mit Eliah erlebten Hilfe anboten und mir weitere Fachleute empfohlen haben.

1001kindernacht: Man hört immer, dass Mütter «auf ihr Bauchgefühl hören» sollen. Was meinst Du dazu?

Jaël: Mein Bauchgefühl hilft mir grundsätzlich sehr im Leben und ich habe auch auf Eliah bezogen oft das richtige Gespür. Aber in dieser ersten Schreibaby-Zeit war ich unter anderem gerade deshalb so überfordert, weil dieses Bauchgefühl, auf das ich mich sonst verlassen kann, Fehlanzeige war. Ich denke schon, das gewisse Anteile am Mamasein intuitiv sind, aber eben lange nicht alle. Solche Sprüche vermitteln den Eindruck, eine schlechte Mutter zu sein, wenn dieses Bauchgefühl nicht wahrgenommen wird und die Probleme lösen kann.

1001kindernacht: So geht es tatsächlich vielen Müttern und deshalb kann die Idee vom «angeborenen Instinkt» zu einer zusätzlichen Belastung werden. Konnte sich Dein Bauchgefühl mit der Zeit auch in Bezug auf Eliah entfalten?

Jaël: Ich bin heute bestimmt sicherer, dass unser Weg FÜR UNS stimmig ist. Es gab etliche Momente, in denen sich Leute einmischten und ich schwankte, ob ich abstillen oder ein Schlaftraining machen soll. Im Nachhinein bin ich froh, es so durchgezogen zu haben, wie ich es fühlte. Ich bereue rein gar nichts und das ist ein sehr schönes Gefühl.

1001kindernacht: Wenn Du vor ein paar Monaten gewusst hättest, wie sich alles entwickelt, wäre es einfacher gewesen?

Jaël: Es haben mir Fachleute (und Fachliteratur) versichert, die Zeit werde Vieles richten; Eliah brauche Zeit, um gewisse Entwicklungsschritte zu machen. Im Kopf wusste ich das, aber ich spürte es nicht. Es hätte tatsächlich nur eine Zeitreise ins Heute geholfen. Man ist dann so ‚drin‘ und erschöpft, dass einfach alles zu viel ist und man nicht mehr sieht, wie man jemals wieder aus diesem Zustand herauskommen soll.

1001kindernacht: Aber Du hast es geschafft und demnächst kommt Dein neues Album «Nothing to hide» heraus. Hat Deine Erfahrung mit Eliah Deine Musik bereichert?

Jaël: Das werde ich wohl erst im nächsten Album merken, da ich die Songs, die jetzt herauskommen, bereits vor Eliahs Geburt geschrieben habe. Aber ich verspüre eine grössere Gelassenheit und Selbstzufriedenheit. Vielleicht hat dies auch mit anderen Dingen, wie dem Älterwerden zu tun, aber sicher auch mit dieser Grenzerfahrung mit Eliah und der grossen Liebe, die ich für ihn empfinde. Er ist wunderbar und hat sich den Mittelpunkt in meinem Leben ergattert. Er hat mich gelehrt, geduldiger und flexibler zu sein, zwischendurch meine Pläne über den Haufen zu werfen und einfach in den Tag zu leben: offen zu sein für das, was kommt. Das ist für mich natürlich auch als Musikerin und Mensch nützlich, nicht nur als Mama. Gerade jetzt, da Eliah in allem etwas Tolles sieht, gilt stark «der Weg ist das Ziel». Das heißt dann zum Beispiel auf dem Heimweg spontan kleine Steinchen eine Fahrradschiene auf einer Treppe herunterrollen zu lassen. Solche Momente geben uns beiden mehr Freude, als irgendwo pünktlich zu erscheinen, wie ich es geplant hatte.

1001kindernacht: Dann freue ich mich sehr auf dieses und das nächste Album! Vielen Dank für das Gespräch!