

Wie ich ein Orange Rhino wurde

Ich bin Mama von vier Jungs. Beruflich habe ich nichts mit Kindern zu tun. Aber ich fühle mich berufen, eine Mutter zu sein, die weniger schreit und mehr liebt. Ich wurde von meinen Schreianfällen geheilt.

Wie oft bin ich abends zu meinem Mann ins Bett gekrochen und habe ihm weinend erzählt, dass ich schon wieder das Zubettbringen durch mein ständiges Meckern und Ermahnen versaut hatte: »Beeilt euch!«, »Nicht streiten!« oder »Ihr geht jetzt ins Bett, aber sofort!«. Ich musste es ihm erzählen, um meine Schuldgefühle loszuwerden, da ich sonst gar nicht hätte einschlafen können, sondern mir nur Vorwürfe gemacht hätte, was für ein schrecklicher Mensch, was für eine schreckliche Mutter ich doch bin. Ich hätte wach im Bett gelegen und gegrübelt: »Was, um alles in der Welt, ist denn nur passiert, dass ich anscheinend nur noch rumschreie. Wie bin ich nur zu dieser Person geworden? Ich wollte doch nie eine schreiende Mutter werden. Meine Eltern haben mich nie angebrüllt. Und auch ich schreie selten andere Leute an. Warum tue ich das denn andauernd bei meinen Kindern? Ich liebe sie so sehr. Was stimmt nicht mit mir? Ich kenne niemanden, der seine Kinder anschreit.

Diese Selbstgespräche führte ich mehrmals pro Woche, monatelang. Es war schrecklich, aber ich konnte sie nicht abstellen. Ich konnte es nur mit mir selbst ausmachen. Ich hatte Angst, für mein Verhalten verurteilt zu werden, ausgegrenzt, es war mir peinlich, mein Versagen zuzugeben, also wussten nur mein Mann und ich Bescheid. Das Fazit? Ich fühlte mich vollkommen allein, als wäre ich der einzige Mensch, der immerzu schreit. Es machte mich absolut wahnsinnig, dass ich nicht wusste, wie ich damit aufhören könnte.

Bis zum 20. Januar 2012 – dem Tag, an dem sich mein Verhältnis zu meinen Söhnen, meinem Mann, meinem eigenen Leben und mir selbst grundlegend änderte.

Sheila McCraith
Erfinderin der Orange Rhino Challenge

