

Presseinformation

Jubiläum im Doppelpack

Datteln, 02. März 2009. Zweimal Hunger. Zweimal Bauchweh. Zweimal Geschrei. Doppelte Kinderwagen, zwei Kinderbetten. Doppelter Windelbedarf. Halbe Nerven? „Eltern, die Zwillinge bekommen, haben viel mehr Druck, als man als Außenstehender denkt“, erzählt Ines Robertz. Sie muss es wissen: Gleich zwei Zwillingspärchen im Alter von viereinhalb und eineinhalb Jahren belegen sie zuhause mit Beschlag. Grund genug, vor genau einem Jahr eine Gruppe für „Zwillingeltern“ ins Leben zu rufen.

Nun feiert die Truppe ihr einjähriges Jubiläum. Das Resümee nach einem Jahr regelmäßiger Treffen lautet: Der Bedarf ist riesig. „Ich hätte nie mit einer solchen Resonanz gerechnet“, sagt Ines Robertz im Rückblick. Etwa 15 Familien treffen sich an jedem letzten Mittwoch im Monat in der Cafeteria des St. Vincenz-Krankenhauses, um sich miteinander auszutauschen, Tipps zu geben oder sich gegenseitig Mut zu machen. „Außenstehende machen sich oft kein Bild davon, wie es ist, zwei Kinder zu haben, die permanent zur selben Zeit die gleichen Bedürfnisse haben“, weiß Ines Robertz. „Hier treffen sich Mütter, die wissen: Wenn ich mit den Nerven am Ende bin, wissen die Anderen, warum. Und sie wissen, dass es den Stress am Ende doch doppelt wert ist!“ Nach einem Abend unter Gleichgesinnten gehen alle schließlich gestärkt wieder nach Hause.

Das zentrale Gesprächsthema in der Gruppe lautet entsprechend dann auch: Wie werde ich zwei Kindern gleichzeitig gerecht? Egal, ob beim Füttern, wenn beide Babys gleichzeitig schreien oder beim Einkaufen, wenn die Gänge im Supermarkt für einen Zwillingssbuggy einfach zu schmal sind: Probleme begegnen einem überall. Eine zusätzliche Belastung für die jungen Eltern ist auch, dass die Mütter nach der Schwangerschaft mit Zwillingen oft auch körperlich am Rande ihrer Kräfte sind. Für Ines Robertz liegen die Konsequenzen auf der Hand: „Bei einem einzelnen Kind hat der Vater noch die Wahl – bei Zwillingen ist die Sache klar: Das schafft man nur zu zweit!“

In der Gruppe selbst stehen bei jedem Treffen aktuelle Themen im Fokus: Wie organisiere ich den Alltag mit den Zwillingen? Wann und wie schlafen beide endlich durch? Wie und wohin verreise ich mit Zwillingen? Geplant sind für dieses Jahr außerdem eine Tauschbörse und ein Sommerfest mitsamt Kindern.

Um werdenden Eltern, die Zwillinge erwarten, die Sorgen zu nehmen und sie auf die kommende Zeit vorzubereiten, bietet die Selbsthilfegruppe inzwischen zweimal im Jahr Vorbereitungstreffen für Schwangere an. So etwas wie den ultimativen Tipp hat Ines Robertz jedoch auch nach viereinhalb Jahren Zwillingserfahrung nicht parat. Zwei Erkenntnisse haben sich allerdings durchgesetzt. Erstens: Die Väter müssen mitziehen. Zweitens: „Man braucht ein klares Raster, einen Tagesablauf, der für beide Elternteile durchsichtig ist und der auch Pausen vorsieht – zum Beispiel dann, wenn die Kinder mittags schlafen.“ Oder dann, wenn sie miteinander spielen: „Zwillinge können sich miteinander beschäftigen, viel besser, als Geschwister mit einigen Jahren Abstand das können“, hat sie beobachtet. Und das ist die wohl wichtigste Erkenntnis, die sich in der Selbsthilfegruppe und in den Zwillingfamilien durchgesetzt hat: „Man muss alles möglichst locker sehen – der Anfangsstress geht irgendwann vorbei. Und spätestens dann merkt man, dass Zwillinge etwas ganz Tolles sind und genießt das doppelte Glück!“

Interessierte Eltern können über die Abteilung für Geburtshilfe am St. Vincenz-Krankenhaus Kontakt mit Ines Robertz aufnehmen: per E-Mail an c.pohland@vincenz-datteln.de oder per Telefon unter 02363 108-2151 (Sekretariat der Geburtshilfe).

Hannah Iserloh

Referentin für Öffentlichkeitsarbeit

Dr.-Friedrich-Steiner-Straße 5, 45711 Datteln

Telefon (0 23 63) 975-190

Telefax (0 23 63) 975-399

E-Mail h.iserloh@vck-gmbh.de