

## Workshop 4:

### Wenn sich der Kinderwunsch trotz allem nicht erfüllt ...

Leitung: Heidi Cordier

---

#### 1. Input: Sensibilisierung für den dauerhaft unerfüllten Kinderwunsch

Am Beispiel einer fiktiven Biografie „Das Leben der Elisabeth“ exemplarische Darstellung des bleibend unerfüllten Kinderwunsches als Lebensthema.

Menschen, die ungewollt kinderlos bleiben, müssen Abschied nehmen von ihrer Wunschbiografie. Dies ist meist ein trauriger Prozess, weil die Planung, eine Familie zu gründen, oftmals schon früh angedacht war.



Mit dem Ende der reproduktionsmedizinischen Behandlungen zeigt sich die Endgültigkeit der eigenen ungewollten Kinderlosigkeit. Diese annehmend gilt es, neue Perspektiven für ein sinnerfülltes Leben zu entwickeln.

Gleichzeitig sind Menschen mit unerfülltem Kinderwunsch im weiteren Lebensverlauf situativ mit ihrer Trauer konfrontiert, die wiederkehrend und zyklisch verläuft. Gerade in der 2.

Lebenshälfte und im Alter ergeben sich Anlässe, in denen sich die unerfüllte Kinderlosigkeit in unterschiedlichen Ausdrucksformen wieder zeigt.

#### 2. World Café: verschiedene Fragestellungen

Insgesamt wurden vier Fragestellungen an unterschiedlichen Tischen diskutiert. Ein Wechsel nach 15 Minuten und die Möglichkeit im weiteren Verlauf für Gäste, sich auf den vorbereitenden Tischtapeten einzubringen, ergaben die folgenden Ergebnisse:

- ✓ **Wie können Menschen dabei unterstützt werden, ihren unerfüllt bleibenden Kinderwunsch in ihrem Lebensentwurf zu integrieren?**

Die Unterstützung von dauerhaft unerfüllt kinderlosen Menschen sollte auf verschiedenen Ebenen erfolgen. Als besonders wichtig wird sie bei der „Sinnsuche“ bzw. neuen Selbstdefinition nach dem Ende der aktiven Kinderwunschphase erachtet. Die Betroffenen sollten dabei unterstützt werden, auf

anderen Wegen „Lebendigkeit in ihr Leben“ zu bringen, insbesondere durch kreatives und schöpferisches Tun.

Als Voraussetzung hierfür wird die Akzeptanz und Annahme der eigenen bleibenden ungewollten Kinderlosigkeit erlassen. Gewarnt wird eindringlich davor, vorschnell alternative Lebensentwürfe anzustreben (z.B. Adoption). Vielmehr bestand Konsens, dass die Trauer um den unerfüllt bleibenden Kinderwunsch zunächst Raum und Zeit benötigt. Dies gilt auch für die sich daran anschließende Neuorientierung.

Der Kontakt zu anderen Betroffenen wird für bleibend ungewollt kinderlose Menschen als hilfreich eingeschätzt, ebenso ein Austausch darüber, wie andere Paare mit einem ähnlichen Schicksal umgegangen sind (Vorbildfunktion/role model). Auch Selbsthilfegruppen können sinnvoll sein.

Im weiteren Verlauf wird die Mitwirkung an (ehrenamtlichen) Projekten mit Bezügen zu Kindern oder Patenschaften positiv bewertet. Zudem sollte in Beratungskontexten die bleibend ungewollte Kinderlosigkeit grundsätzlich in Einzel- oder Gruppenangeboten als Thema mit einbezogen werden.

✓ **Was brauchen Menschen mit bleibend unerfülltem Kinderwunsch (a) und welche Angebote gibt es bereits (b)?**

(a) Menschen mit bleibend unerfülltem Kinderwunsch benötigen einen Raum, in dem sie gesehen und gehört werden und wo sie ihre berechtigte Trauer um den empfundenen Verlust zulassen dürfen. Dies gilt für betroffene Frauen und Männer sowie das Paar mit ihren jeweils unterschiedlichen Empfindungswelten.

Das Augenmerk sollte auf die individuelle Erarbeitung einer alternativen Lebensplanung gelegt werden und auf die Erkenntnis, dass auch ein Leben ohne Kind „ein gutes, sinnvolles, gesellschaftlich wichtiges Leben“ ist.

Der dauerhaft unerfüllte Kinderwunsch wird als eine Lebenskrise definiert, die jedoch zu bewältigen ist. Eine besondere Relevanz spielt in diesem Zusammenhang ein intaktes soziales Netzwerk. Des Weiteren sollte darauf hingewirkt werden, dass der unerfüllte Kinderwunsch in unserer Gesellschaft eine größere Anerkennung und Akzeptanz erhält.

(b) Entsprechende Angebote fehlen bislang weitestgehend. Zu denken wäre an Internetforen, Selbsthilfegruppen, Trauergruppen.

✓ **Wie können Menschen mit dauerhaft unerfülltem Kinderwunsch erreicht werden? Wie gut passen die vorhandenen Rahmenbedingungen?**

Der Öffentlichkeitsarbeit im weiteren Sinne wird eine wichtige Rolle zugeschrieben. Der unerfüllte Kinderwunsch als weiterhin bestehendes Tabuthema sollte vermehrt in Filmen, Büchern und Zeitungsartikeln aufgegriffen werden. Junge Menschen können vor allem auch über das Internet und die soziale Medien angesprochen werden. Hier sollte mit neuen Modellen angesetzt und innovative Wege beschritten werden.

Kritisch wurde angemerkt, dass die bestehenden Familien- und Schwangerschaftsberatungszentren die Zielgruppe der bleibend unerfüllt kinderlosen Menschen kaum erreichen können. Ein neutraler Name für diese Zentren, der diese Gruppe mit einbezieht, wird als wünschenswert erachtet. Zudem

wäre die Zusammenarbeit dieser Stellen mit den örtlichen Kinderwunschzentren im Bereich der Beratung sinnvoll.

Gemeinsame Info-Projekte sollten initiiert werden und die gegenseitige Vernetzung auf den jeweiligen Homepages erfolgen. Offene Sprechstunden, Selbsthilfe- und andere Gruppen sollten für bleibend unerfüllt kinderlose Menschen angeboten bzw. unterstützt werden.

Zudem sollte ein Scheitern der reproduktionsmedizinischen Behandlungen als mögliche Option von Beginn an mit bedacht werden.

✓ **Welche Methoden der Beratung können für die Arbeit mit unerfüllt kinderlos bleibenden Menschen hilfreich sein?**

Unterschiedliche Methoden wurden genannt: Aufstellungsarbeit, Gestalttherapie, ACT, TimeLine, Formen von Achtsamkeit und Meditation.

Als wichtig werden kreative Ausdrucksformen erachtet, beispielsweise die Gestaltung eines Abschiedsrituals. Methoden, bei denen die Entwicklung von alternativen Lebensentwürfen im Mittelpunkt steht, nehmen eine besondere Stellung ein.

Anregungen zur Selbsthilfe und spezifische Angebote für Paare (Wochenenden, Beratung) werden als wertvoll erachtet.

Das unterschiedliche Erleben von Frauen und Männern sollte berücksichtigt werden, ebenso die Tatsache, dass der unerfüllte Kinderwunsch eine lebenslang anhaltende Trauer bedeuten kann. Letzteres sollte im Sinne der Psychoedukation frühzeitig vermittelt werden.

**Trauer**atelier  
Trauerbegleitung · Ritualgestaltung · Ausdrucksmalen