

# Der schmerzliche Abschied vom nie geborenen Kind

Iris Enchelmaier hat ein Buch für Paare verfasst, die ungewollt kinderlos bleiben – Ein Gespräch über Sex nach Kalender, Trauerarbeit und neue Perspektiven

STUTTGART. Kinderlose Paare werden oft mit schnippischen Kommentaren bedacht: Ihr vergnügt euch, und unser Nachwuchs zahlt eure Rente. Viele Paare fühlen sich durch solche Sätze doppelt bestraft, denn sie wünschten sich nichts sehnlicher als ein Baby. Auch die künstliche Befruchtung hilft da, wie berichtet, beileibe nicht in allen Fällen weiter. Die 46-jährige Stuttgarterin Iris Enchelmaier hat jetzt ein Buch über den Abschied vom Kinderwunsch verfasst – Thomas Faltn hat mit ihr gesprochen.

Unfruchtbarkeit, künstliche Befruchtung, Kinderlosigkeit – das alles sind sehr tabuhaftete Themen. Warum eigentlich, wir sind doch angeblich so aufgeklärt?

Kinderlosigkeit ist ein sehr intimes Thema, denn es hat mit Sexualität und Fruchtbarkeit zu tun. Vor allem aber: Kinder zu kriegen ist das Normalste von der Welt und für die meisten ein selbstverständlicher Bestandteil ihrer Lebensplanung – wenn ein Paar also keine Kinder bekommen kann, weicht es ab von der Norm, und dies kann Berührungsängste hervorrufen. Jeder spürt: dieses Thema hat mit Trauer und Schmerz zu tun, und dann wird das Ganze schnell zum Tabu.

Dabei sind abertausende von Paaren betroffen. Sie geben in Ihrem Buch Berichte von betroffenen Paaren wieder – wie erleben diese Menschen die Diagnose ‚Unfruchtbarkeit‘?

Es ist zuerst ein Schock, denn alle Paare gehen zunächst davon aus, dass die Gründung einer Familie funktionieren wird.

Ist die Entscheidung zu einer künstlichen Befruchtung denn automatisch der nächste Schritt?

Es gibt Paare, die bewusst auf die Möglichkeit künstlicher Befruchtungen verzichten. Für diese Paare gibt es noch andere gemeinsame Lebensinhalte außer Familie. Frauen dagegen, die ihre ganze Lebensplanung auf ein Kind ausgerichtet hatten, fällt es oft schwer, nicht alle Möglichkeiten der modernen Medizin auszuschöpfen.

Wie groß ist die Hoffnung, mit Hilfe der Medizin ein Kind zu bekommen? Die Erfolgszahlen sind ja eher ernüchternd – nur jede zweite Frau bekommt ein Kind.

Die Hoffnung, dass es gerade bei uns schon klappen wird, ist immer da. Ein guter Reproduktionsmediziner sollte deshalb ehrlich auf die Statistik hinweisen. Es ist ein Unterschied, ob man von der Schwangerschaftsrate oder der Geburtenrate spricht. Zudem sollte ein Arzt auch bereit sein einzugreifen, wenn ein Paar trotz aller Fehlschläge nicht aufhören kann und sich ausschließlich auf den Kinderwunsch fixiert.

Es ist doch aber ein sehr mühsamer Weg – vom Sex nach Kalender über kleinere Eingriffe bis hin zur mehrfachen künstlichen Befruchtung. Welche Belastungen kommen da über Jahre hinweg auf die Paare zu?

Für die Frau ist die künstliche Befruchtung sehr belastend, weil die Behandlung einhergeht mit hohen Hormongaben. Regelmäßig muss sie zu Ultraschall- und Blutuntersuchungen in die Praxis, das Entnehmen der



Viele Paare müssen zuletzt erkennen: sie werden nie ein eigenes Kind haben können. Über den schmerzlichen Prozess des Abschieds hat Iris Enchelmaier ein Buch geschrieben. Foto Achim Zweygarth

Eizellen erfolgt unter Narkose. Man muss zwangsläufig sein Leben nach dem Terminplan der Reproduktionsmedizin richten. Für viele Paare ist zudem die psychische Belastung hoch. Nach all den jahrelangen Strapazen und Entbehrungen kann es geschehen, dass es Paaren dann sehr schwer fällt, sich das Scheitern ihres Lebenszieles einzugestehen. Viele wechseln noch den Arzt oder fliegen zu einer Behandlung in andere europäische Länder. Ärzte sprechen dann von einem Suchtverhalten: Um den Abschiedsschmerz nicht spüren zu müssen, stürzt man sich sofort in den nächsten Versuch.

Wann ist der Moment gekommen, an dem man aufhören muss?

Das ist sehr individuell. Manche Paare legen vorab einen Zeitpunkt fest. Andere hören erst auf, wenn die körperlichen oder psychischen Belastungen kaum mehr auszuhalten sind oder die Partnerschaft an der Fixierung auf den Kinderwunsch zu scheitern droht. Für wichtig halte ich, dass sich die Paare immer wieder Gedanken machen, was es sonst noch in ihrem Leben gibt außer dem Wunsch, eine Familie zu gründen. Man kann zum Beispiel nach einer gewissen Anzahl von Zyklen ‚Ur-

laub vom Kinderwunsch‘ einplanen. Es ist wichtig, den Blick wieder freizumachen für andere mögliche Lebensverläufe.

Sie schreiben, ein klein wenig ähnele der Abschied vom nie geborenen Kind dem Verlust eines geliebten Menschen: Wie übersteht man diese Trauerphase?

Das ungeborene Kind hat bereits einen Platz gehabt im Leben des Paares. So ist es ganz wichtig, den Gefühle der Trauer zuzulassen. Oft hilft ein gemeinsamer Rückblick, um zu erkennen, dass diese entbehrungsreiche Zeit nicht sinnlos war: Das Paar hat für ein Ziel gekämpft, hat gemeinsam eine Krise durchlebt – das kann die Beziehung sehr festigen. Manchmal helfen bei der Bewältigung auch Rituale: Ein Paar hat mir berichtet, sie hätten ein Boot gebastelt und in einer Zeremonie den Fluss hinabgeschickt. Mit den Worten ‚Geh auf deine Reise‘ haben sie ihren Kinderwunsch losgelassen und einen neuen Lebensabschnitt eingeleitet. Solche bewegenden Momente helfen der Seele, sich zu reinigen.

Treten in einer solchen langen Krisenzeit schwelende Konflikte in der Partnerschaft nicht erst recht zu Tage?

Es zerbrechen in der Tat Partnerschaften, vor allem, wenn sich klar herausstellt, welcher der beiden unfruchtbar ist...

... Sie meinen, es kommt dann zu Schuldzuweisungen?

Ja, entweder zu Schuldzuweisungen, oder der Kinderwunsch ist so groß, dass eine Frau ihren unfruchtbaren Mann verlässt, weil sie

mit einem anderen Mann Kinder haben kann. Das gibt es sehr wohl. Meist geht die Beziehung aber in der Phase unmittelbar nach der Diagnose auseinander – ist die Krise erst einmal gemeinsam durchlebt, stärkt das die Beziehung.

Ein Kind ist, so schreiben Sie, immer auch der Wunsch, etwas zur Welt zu bringen – dies könne man bei der Bewältigung der Trauer nutzen. Was meinen Sie damit?

Man kann auch anderes als ein Kind in die Welt bringen: Jeder sollte sich fragen, welche Wünsche und Ziele er sonst noch in sich trägt. Ob Reisen, soziales Engagement, Karriere, bewusste Partnerschaft, es gibt viele Möglichkeiten, seinem Leben Sinn zu geben.

Manche Paare entschließen sich eher, ein Kind zu adoptieren – halten Sie das nur für die Fortsetzung des gleichen Wunsches mit anderen Mitteln?

Adoption oder Vollzeitpflege sind legitime Möglichkeiten, den Wunsch zu verwirklichen, mit Kindern zu leben. Allerdings prüfen die Adoptionsvermittler sehr genau, ob das Paar tatsächlich Abschied genommen hat vom eigenen Kind. Wenn das adoptierte Kind nur ein Ersatz ist, wird es mit falschen Erwartungen überfrachtet.

Ihr Fazit also: Man kann, auch wenn der Kinderwunsch sehr groß war, ohne Kinder glücklich werden?

Kinderlosigkeit ist nichts, worüber man nicht hinwegkommen kann. Das Leben muss ohne Kinder nicht freudloser sein.

## Ein Buch gegen die große Trauer

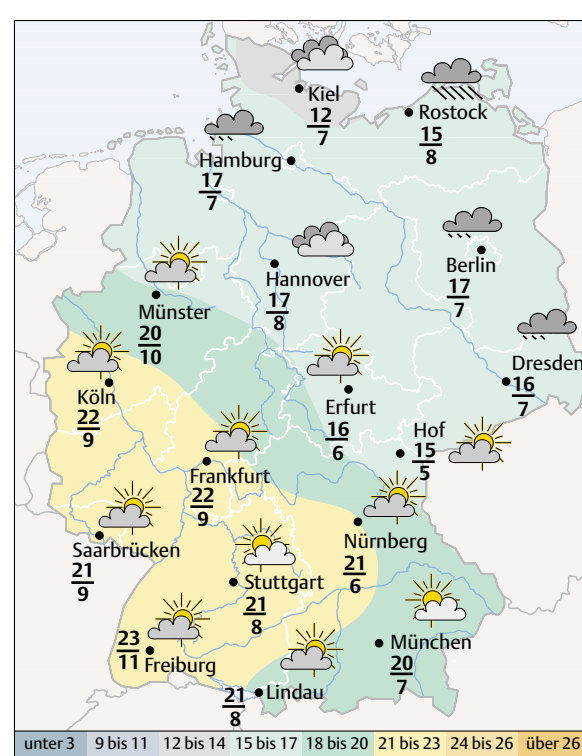
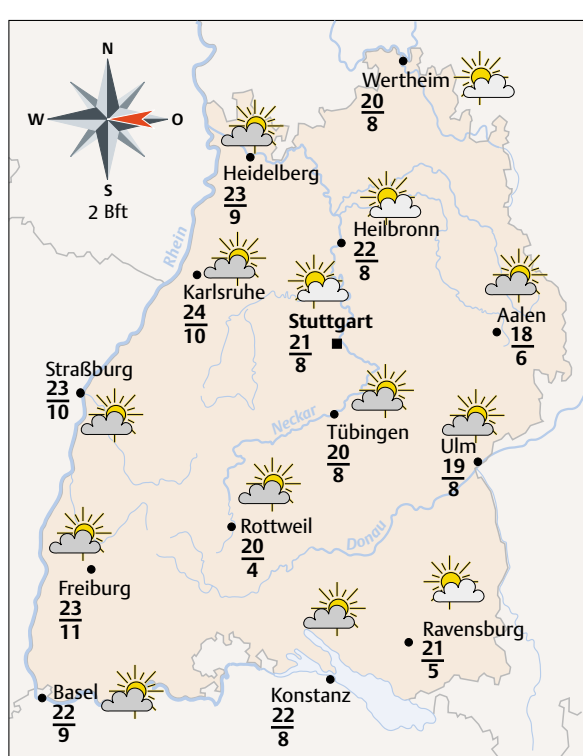
Immer mehr Paare bleiben kinderlos, obwohl sie sich sehr nach einem Baby sehnen – Schätzungen gehen davon aus, dass bei jedem siebten Paar eine Unfruchtbarkeit bei einem der beiden Partner vorliegt, Tendenz steigend. Immer mehr dieser rund 1,5 Millionen Paare in Deutschland, die ungewollt kinderlos bleiben, suchen deshalb Hilfe bei der Reproduktionsmedizin: Im Jahr 2001 haben hier 46 000 Paare ein- oder mehrmals eine künstliche Befruchtung versucht. Die Erfolgsaussichten dabei liegen jedoch lediglich zwischen 15 und 25 Prozent pro Versuch. Rechnet man die Wiederholungsversuche mit ein, so dürfte allenfalls jede zweite Frau auf diesem Wege schwanger werden. Sehr viele Paare bleiben also mit ihrer Trauer und Ratlosigkeit allein zurück. Die Stuttgarterin Iris Enchelmaier (46) ist selbst Betroffene. Als sie damals in der

Buchhandlung nach einem Ratgeber suchte, fiel ihr auf: Es gibt Regale voll Bücher über Kinderwunsch, Reproduktionsmedizin und Adoption, aber kein einziges, das Hilfe anbietet, wenn das Wunschkind ausbleibt. Die freie Journalistin und Bildungsreferentin hat sich deshalb entschlossen, dieses Buch selbst zu schreiben.

Der Ratgeber, in dem sie übrigens ihre eigene Geschichte ganz außen vor lässt, ist nun im Kreuz-Verlag erschienen. Und die nächsten Projekte, die Iris Enchelmaier, ‚auf die Welt bringen will‘, stehen bereits fest. Sie plant ein Handbuch für Paare, das durch den Dschungel der Reproduktionsmedizin hilft. Und sie will, man höre und staune, ein Kinderbuch schreiben, und zwar ganz ohne Reue: „Man kann auch ohne Kinder glücklich werden“, sagt sie.

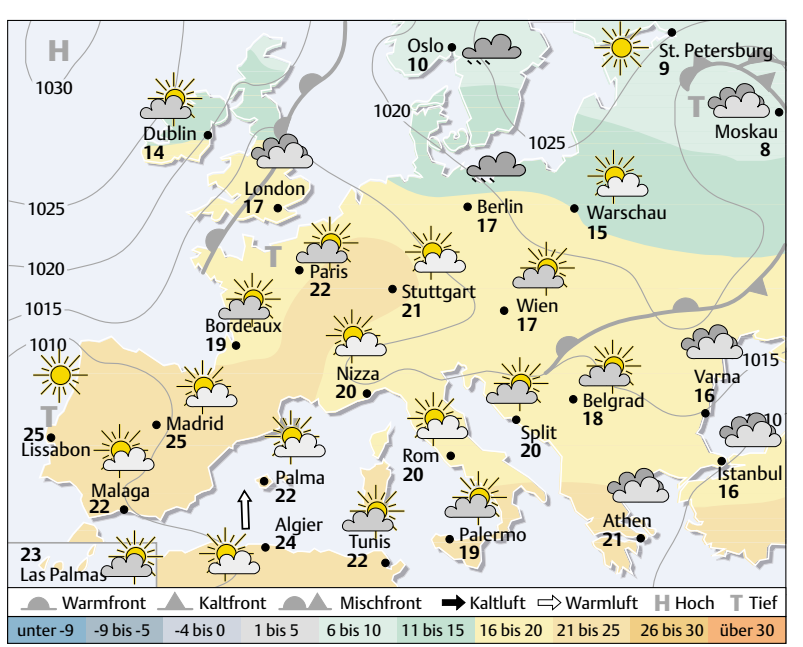
Iris Enchelmaier: Abschied vom Kinderwunsch. Ein Ratgeber für Frauen, die ungewollt kinderlos geblieben sind. Kreuz Verlag Stuttgart, 2004. 160 S., 14,90 Euro.

## DAS WETTER HEUTE: FREUNDLICH



DEUTSCHLAND GESTERN HEUTE table with columns for city, yesterday's weather/temperature, and today's weather/temperature.

WELT GESTERN HEUTE table with columns for city, yesterday's weather/temperature, and today's weather/temperature.



WETTERLAGE: Bei leichtem Hochdruckeinfluss fließt mildere Luft zu uns. HEUTE: Neben einigen meist harmlosen Quellwolken überwiegt sonniges Wetter. Bis zum Nachmittag kann sich die Luft auf 17 bis 24 Grad erwärmen. Dazu weht ein schwacher bis mäßiger östlicher Wind. Nachts Tiefstwerte 11 bis 3 Grad.

Mittwoch 25/9, Donnerstag 24/10, Freitag 20/12. WETTERREKORDE STUTTGART: Temperaturen am 27. April. Höchstwert: 26,8°C im Jahr 1993. Tiefstwert: 0,1°C im Jahr 1960.

UMWELTDATEN (GESTERN, 15 Uhr) table with columns for pollutant (SO2, NO2, Ozon) and concentration in µg/m³.

AUSSICHTEN: Zunächst freundlich, zur Wochenmitte von Westen mehr Wolken und einzelne Schauer und Gewitter. Schwülwarm. BIOWETTER: Das Wetter beeinflusst das Befinden kaum. Es entspricht der individuellen Norm.

SONNE UND MOND: 6:11 Uhr, 11:28 Uhr, 20:32 Uhr, 3:22 Uhr. MONDPHASEN: 27.04., 04.05., 11.05., 19.05.

WERTE (GESTERN) table with columns for temperature (Max, Min, in der Nacht) and precipitation (Niederschlag, Pegelstände).

POLLENFLUG: Es wird starker Birkenpollenflug und örtlich schon schwacher Gräserpollenflug erwartet.

REISEWETTER: Nord- und Ostseeküste: Stark bewölkt und Regen, 12 bis 15 Grad. Südfrankreich: Heiter bis wolzig bei Werten bis 21 Grad. Israel, Ägypten: Durchweg heiter und trocken bei 20 bis 25 Grad. Mallorca, Ibiza: Nur leicht bewölkt und niederschlagsfrei bei Temperaturen bis 23 Grad. Madeira, Kanarische Inseln: An den Nordseiten der Kanaren Regenfälle möglich, sonst meist freundlich, 17 bis 23 Grad. Tunesien, Marokko: Heiter bis wolzig und meist trocken, am Meer Tageshöchstwerte 20 bis 25 Grad. MEERESTEMPORATUREN: Nordsee 10 bis 12 Grad, Ostsee 7 bis 11 Grad, Westl. Mittelmeer 14 bis 18 Grad, Östl. Mittelmeer 16 bis 20 Grad, Schwarzes Meer 9 bis 13 Grad, Kanarische Inseln 19 bis 20 Grad.