



3 Fragen an ...

Mag.^a Sandra Teml-Jetter

Einzel- & Paarcoach und Elternberaterin,
www.wertschaetzungszone.at



Warum ist Kinderwunsch oft schmerzhaft? Wie kann man als Frau damit umgehen, wenn dieser nicht erfüllt wird? Ist es überhaupt möglich, sich vom Kinderwunsch „frei“ zu machen?

Sandra Teml-Jetter:

Kinderwunsch kann schmerzhaft sein. Sich davon „frei“ zu machen, ist kaum möglich. Aber warum tut Kinderwunsch überhaupt „weh“? Eine Frau, die einen starken Kinderwunsch hat, wird alles tun, um sich diesen zu erfüllen. Ich glaube nicht, dass es möglich ist, sich davon „frei“ zu machen. Es ist ein wahrlich schmerzhafter Weg, sich damit abfinden zu müssen. Davor habe ich, die ich Kinder habe, große Achtung und Respekt! Die Sehnsucht nämlich bleibt – und das tut weh!

Woher kommt es, dieses „sich komplett fühlen“? Warum empfinden wir dieses Gefühl?

Kinder zu bekommen, ist zum einen einfach Biologie und Evolution. Da kann es durchaus vorkommen, dass frau sich fehlerhaft und nicht komplett fühlt, wenn hier die Biologie nicht „funktioniert“ oder der Partner kein Kind oder kein weiteres Kind möchte.

Zum anderen kann dieses Gefühl aus einer sehr persönlichen Geschichte kommen. Ich bin zum Beispiel Einzelkind und wollte immer mehr als ein Kind, um mich sozusagen komplett zu fühlen. Vielleicht ist es somit auch ein Selbstheilungsprogramm des Menschen – sich mit dem eigenen Kind weiterzuentwickeln, selbst ganz erwachsen zu werden, die Liebe zu lernen.

Was kann man tun, wenn der Kinderwunsch einseitig ist? Kann eine Beziehung einem unerfüllten Kinderwunsch standhalten?

Wie bereits erwähnt, ist ein Kinderwunsch etwas Essenzielles. Jede Zelle des Körpers sehnt sich nach Erfüllung desselben, und dies kann mitunter sehr schmerzhaft sein, kommt es nicht zur Erfüllung. Das für eine Beziehung aufzugeben, ist ein hoher Preis, der in vielen Fällen auch nicht bezahlt werden will und kann – die Beziehung geht dann zu Ende. Auch wenn es oft traurig ist, siegt dann der menschliche Drang nach neuem Leben und Weiterentwicklung über das Paarsein.

tegeschoben, ihn für verrückt gehalten. Schließlich war es der Plan meines Lebens, Mama von zwei Kindern zu sein. Im Laufe der Jahre aber blieb das Gefühl. Ich fühlte mich nicht komplett. Es fehlte jemand. Ich konnte es nicht erklären, eigentlich niemandem so richtig. Es gab und gibt Frauen, die verstehen mich, sie fühlen ähnlich, wenn nicht sogar gleich. Kinderwunsch kann einfach schmerzhaft sein.

Ein schwieriges Thema, weil ich im Laufe der letzten drei Jahre ziemlich komische Fragen gestellt bekommen habe, die ich weder als Mutter von einem noch als Mutter von zwei Kindern gehört habe. Und ich hatte oft das Gefühl, ich muss mich rechtfertigen dafür, dass ich einen großen Kinderwunsch hatte. Dass mein Herz oft explodiert ist und ich manchmal von Traurigkeit umhüllt war, weil mir dieses ungeborene Wesen einfach gefehlt hat. Es mag vielleicht komisch klingen, aber manchmal hatte ich sogar ein schlechtes Gewissen gegenüber einem kleinen Menschen, der noch nicht mal entstanden war – nur deswegen, weil es ihn nicht gab.

Ich fühlte mich nicht komplett – jemand fehlte

Und dann kam es doch, wie es kommen musste, und ich wurde zum dritten Mal schwanger. Ich habe mich schon in der Schwangerschaft sehr komplett gefühlt, und trotzdem hatte ich die Angst, dass es nach der Geburt wieder anders sein würde. Denn dieses Gefühl kannte ich ja schon.

Es mag vielleicht für jemanden, der es selbst nicht erlebt hat, seltsam klingen, aber kaum war der Jüngste geboren, war es für mich abgeschlossen. Und auch als die Hebamme kurze Zeit nach der Geburt fragte, ob es nicht doch noch ein viertes Kind sein darf, konnte ich stark und fest „Nein“ sagen. Ich fühlte mich komplett und rund. Und das ist bis heute so. Das dritte Kind hat mich völlig komplettiert und mein Leben rund gemacht. Es ist das fehlende Puzzlestück in meinem Herzen.

Jede Frau hat ihre Geschichte

Ich wollte schon lange darüber schreiben, weil ich oft gefragt werde, warum wir uns für einen so großen Altersunterschied entschieden haben, ob das dritte Kind geplant war und ob alle meine Kinder vom selben Mann sind. Ich finde diese Fragen manchmal sehr unverschämt, antworte aber meistens darauf, vielleicht auch, weil ich es verstehe, wenn mein Umfeld interessiert ist. Aber vor allem deswegen, weil ich hinter meinen Entscheidungen stehe. Oft ernte ich Kopfschütteln, und so manchem bleibt der Mund offen stehen, wenn ich davon erzähle, dass ich drei Kinder habe. Manchmal kommt auch die Frage, ob vor allem das dritte Kind geplant war und auch, ob wir uns drei Kinder überhaupt leisten können.

Wie viele Kinder sind genug?

Wie viele Kinder sind „richtig“? Eines ist in den meisten Köpfen „zu wenig“, zwei oft „richtig“, aber ist ein drittes Kind schon eines zu viel? Und ein viertes sowieso unmöglich? Und woher kommt dieses Schubladendenken?

Kinderwunsch ist so eine persönliche Sache, für die sich keine Frau rechtfertigen müssen sollte. Es ist nicht rational erklärbar, warum man ein Kind möchte, wenn der Wunsch nur mit dem Herzen erklärbar ist. Und jede Frau hat ihre eigene Geschichte. Meine kennt ihr jetzt. ■

Michaela Titz ist Mutter von drei Buben (2003, 2006, 2014) und bloggt auf www.littlebee.at übers Elternsein und andere Themen, die sie bewegen.