

ELLEN KUHN

**Erfüllendes
Mutterglück
oder
kinderlose
Freiheit?**

Mein Weg zur Entscheidung



Bei tredition ist bereits folgender Roman von Ellen Kuhn erschienen:

Keine Angst vorm Fliegen – der Roman

Auszeichnung zum Buch des Monats

Über die Autorin:

Ellen Kuhn, geboren 1986, aufgewachsen im Raum Stuttgart, lebt als Kosmopolitin und digitale Nomadin mit ihrem Lebensgefährten in unterschiedlichen Ländern rund um den Erdball.

Ellen Kuhn ist Autorin, Bloggerin, Foto-Künstlerin und Unternehmerin. Nach einem Betriebswirtschaftsstudium arbeitete sie einige Jahre als Managerin im Bereich Gesellschaftliche Verantwortung in einem internationalen Unternehmen, bevor sie sich in die Selbstständigkeit wagte. Das Studium fremder Kulturen

ist zu einem Lebensinhalt geworden. Sie liebt es, die Welt auf den Ebenen der Psychologie, Soziologie und Philosophie zu durchdringen.

Mehr:

www.ellenkuhn.com

Ellen Kuhn

**Erfüllendes Mutterglück
oder
kinderlose Freiheit?**

Mein Weg zur Entscheidung

© 2021 Ellen Kuhn

Umschlag, Illustration: Philip Esch, eschdesigns

Foto Autorin: Sophia Schulze Bernd, miss sophie's fotowelt

Lektorat, Korrektorat: Dr. Joachim Materna

Verlag & Druck: tredition GmbH, Halenreihe 40-44, 22359 Hamburg

ISBN

Paperback 978-3-347-33996-5

Hardcover 978-3-347-33997-2

e-Book 978-3-347-33998-9

Das Werk, einschließlich seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlages und der Autorin unzulässig. Dies gilt insbesondere für die elektronische oder sonstige Vervielfältigung, Übersetzung, Verbreitung und öffentliche Zugänglichmachung.

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek:

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Inhaltsverzeichnis

Prolog

- 1. Die vielleicht einschneidendste Entscheidung**
- 2. Kinder als Erfüllungsgehilfen für den Sinn**
 - Mein Lebensskript
 - Unser Sinnempfinden
 - Über Werte zum Sinn
 - Über Erfahrungen zum Sinn
- 3. Was uns prägt, beeinflusst und bewegt**
 - Dirigenten unseres Lebens
 - Unser An-Trieb
 - Der gesellschaftliche Druck
- 4. Leben als Mutter - eine Stellenbeschreibung**
 - Phase I. Schwangerschaft
 - Phase II. Geburt - Stunde null
 - Phase III. Säuglings-Phase - 0 bis 1 Jahr
 - Phase IV. Kleinkind-Phase - 2 bis 4 Jahre
 - Phase V. Kindergarten- und Schul-Phase - 5 bis 11 Jahre
 - Phase VI. Pubertät und Adoleszenz - 12 bis 21 Jahre
 - Phase VII. Erwachsene Kinder - 21 bis ? Jahre
 - Die Sache mit dem Blickwinkel
- 5. Was mute ich meinem Kind mit mir zu**
 - Die gewaltigste Bürde
 - Bindung als sichere Basis für mein Kind
 - Formen der Liebe und ihre Intention
 - Grenzen

Hochsensibilität
Super-Mütter (und Super-Väter)
Betreuungsinfrastruktur
Finanzielle Stabilität

6. Die erfüllende Ergänzung der Partnerschaft?

Die acht Phasen
Vom Du zum Es
Der geteilte und veränderte Körper der Frau
Sehnsucht nach Anerkennung und Abenteuer
Neue Rollen: Dyaden, Triaden, Tetraden
Retter oder Zerstörer?

7. Freundschaften im Wandel

Drei Motive für Freundschaften
Frauenfreundschaften
Eine mit. Eine ohne.
Beide mit.
Konsequenzen

8. Unverfügbarkeiten

Das andere Kind
Das In-vitro-Kind
Das fremde Kind
Das Kind aus dem Eis
Der Partner zum Kind
Das zerrissene Kind

9. Mein Kind, ein Umweltproblem?

Individuelle und gesellschaftliche Reaktionen
Staatliche versus persönliche Sphäre
Kinderverzicht gleich Rettung der Welt?
Demographische Gegenargumente
Hilft uns die Ethik?
Staatliche Regulation

Alles vergebens?

Abwägung

10. Leben ohne (eigene) Kinder – Frauen berichten

Sicher von Anfang an

Keine bewusste Entscheidung

Neugier und Erfüllung

Schicksalhafte Familienbande

Kinderreich trotz kinderlos

Dazu ein paar Zahlen

11. Die Entscheidung

Die Fallstricke beim Entscheiden

Entscheidungsprozesse

Eine ganz persönliche Annäherung

I do it my way

12. Impulse und Denkanstöße von Entschiedenen

Literatur

*Der Tanz, der in uns lebt,
ist wie ein Traum.*

*Nur wir können ihn träumen,
ihm physische Form geben
und ihn leben.*

*Und wenn wir unseren Tanz
nicht tanzen,
wer soll es sonst tun?*

Gabrielle Roth

Prolog

Ich bin weiblich, 34 Jahre alt, Erstgeborene im Sternzeichen Löwe (Aszendent Schütze), 1,65 Meter groß, 55 Kilogramm schwer, braunhaarig, enthusiastisch, neugierig und vielseitig interessiert, sportlich, umtriebig kreativ und engagiert, gewissenhaft, perfektionistisch, (sehr) sensibel und emphatisch, aber auch (sehr) verletzlich, sehne mich nach emotionaler und intellektueller Tiefe, lese am liebsten psychologische, soziologische oder philosophische Fachliteratur, kann mir aber auch als Couch-Potato Grey's Anatomy reinziehen. Ich liebe es unterwegs zu sein, zu reisen und in fremden Kulturen zu wohnen, außergewöhnliche Persönlichkeiten und Lebensläufe ziehen mich magisch an. Ich fotografiere gerne besondere Strukturen und Makro-Ausschnitte der Wirklichkeit, zeitgenössische Kunst inspiriert mich. Ich koche und esse leidenschaftlich gerne, genieße durchaus auch einmal Fine Dining. Ich lebe seit meiner Kindheit vegetarisch, habe (deshalb) meist einen chronischen Eisen-Mangel, und leide seit der Pubertät unter Dysmenorrhoe. Geduld gehört nicht zu meinen größten Stärken, Ungerechtigkeiten jeglicher Couleur machen mich wütend. Ich bin ein bindungsfreudiger Mensch und lebe seit acht Jahren in einer glücklichen Beziehung. Hätte man mich vor 15 Jahren gefragt, wie mein Leben heute aussehen würde, so hätte ich ziemlich sicher geantwortet, dass ich wohl einen Job als Angestellte bei einer Firma inne hätte, vielleicht sogar mit Führungsverantwortung, vermutlich eine Wohnung oder ein Haus, verheiratet mit meinem damaligen Partner, mit ihm ein bis zwei Kinder, für die ich in Teilzeit arbeitend einen Großteil der Erziehungsaufgaben oder, wie man heute so schön sagt, „Care-Arbeit“ übernehmen würde.

Seit Erscheinen des feministischen Standardwerkes „Le Deuxième Sexe“ von Simone de Beauvoir im Jahre 1949 hat die Emanzipation der Frau Quantensprünge gemacht und die bewusste, freie Wahl des oben recht stereotyp skizzierten Lebensmodells in unserer Gesellschaft scheint tatsächlich vorhanden zu sein. Wir können theoretisch wählen, ob wir den immer noch als klassisch geltenden Weg „Familie mit Kindern“ einschlagen oder unser Leben mit anderen Inhalten füllen wollen. Allerdings hätte ich – wenn ich ehrlich bin – damals vermutlich doch recht unreflektiert Doppelhaushälfte, Mann und Kind realisiert.

Nicht dass ich in irgendeiner Weise wirklich traditionell erzogen worden wäre und die Lebensmaxime Mutter-Sein im wahrsten Sinne des Wortes mit der Muttermilch aufgesogen hätte. Meine Mutter ist ein quirliges und sich immer wieder neu erfindendes Energie-Bündel, die immer wieder den Mut hatte, untypische, neue Wege einzuschlagen. Mein Vater ist ein Frauen respektierender und achtender Mann, dem meine Mutter zwar ab und zu ihre großen Leistungen in Haushalt und Kindererziehung diplomatisch vor Augen führen musste, der aber meine Schwester und mich in unserer Rolle als eigenverantwortliche und selbstständige Frauen in der Gesellschaft stets motiviert und unterstützt hat.

Wenn man eines über meine Eltern sicher sagen kann, dann, dass sie beide für sich und später gemeinsam ihr Projekt Kinder definitiv mit voller Inbrunst und Überzeugung umgesetzt haben – auch wenn man eine unbewusst gesellschaftlich-konventionelle Einflussnahme auf ihre Beweggründe natürlich nicht ausschließen kann. Nie hatten meine Schwester und ich in unserer Sozialisation auch nur ansatzweise das Gefühl, die beiden würden von uns erwarten, es ihnen gleichzutun. Natürlich aber haben sie uns das Modell Familie mit Kind ein Stück weit vorgelebt.

Heute, in der Gegenwart, habe ich einen deutlich älteren Partner mit zwei Kindern aus erster Ehe, welche ein Jahr beziehungsweise

drei Jahre älter sind als ich selbst. Seine Lebensplanung in Sachen Kinder ist abgeschlossen. Einige Zeit vor unserem Kennenlernen hat er sich bereits zu einer Vasektomie, also zur Durchtrennung der Samenleiter, entschlossen. Diese Entscheidung mündet in eine biologische Barriere für einen potentiell gemeinsamen Kinderwunsch, obwohl sie diesen heutzutage durch die moderne Medizin nicht gänzlich unmöglich macht und es durchaus auch noch die Option einer Adoption gäbe.

Natürlich lässt sich unsere Beziehung bei Weitem nicht auf diese Fakten reduzieren. Diese Partnerschaft hat sich zärtlich, liebevoll und fast schon klammheimlich in mein Leben geschlichen und hat eine lebensumfassende Revolution meines Daseins auf dieser Erde ausgelöst.

Nach bereits eineinhalb gemeinsamen Jahren waren wir die Entbehrung gemeinsamer Zeit durch unsere fordernden Berufe leid. Die Vision einer fünfmonatigen Auszeit reifte in unseren Köpfen. Wir sehnten uns danach, unserem unbändigen Lebenshunger nachzugeben, die Welt in uns aufzusaugen und unsere Zweisamkeit ungestört auskosten zu können. Während der organisatorischen Planung unserer Weltreise wurde uns klar, dass wir nach diesem Abenteuer nicht in das „alte“ Leben zurückkehren konnten. Wir kündigten unsere beiden gut situierten Jobs. Die Reise war ein Traum. Auf Bali packte uns eine Vision. Wie schön wäre es, mit Blick auf Palmen, Strand und Meer ein Buch über uns zu schreiben. Genau das taten wir. Aus der Passion Weltreise ist mittlerweile eine erfolgreiche Geschäftsidee geworden. Als digitale Nomaden leben wir immer mal wieder an anderen Orten dieser wunderbaren Erde und gestalten und organisieren maßgeschneiderte Weltreise-Unikate für unser gehobenes Kundenklientel.

Die Dimensionen, Prioritäten und Ziele meines Lebens haben sich grundlegend gewandelt. Ich habe begonnen, mich selbst zu entdecken, wahrzunehmen, was ich wirklich will, wie ich mein

Leben gestalten möchte oder – ganz im Sinne des Psychoanalytikers Erich Fromm – wie ich meine Freiheit nutzen möchte.

Durch diese Beziehung bekam ich eine einmalige Chance. Eine, die ich erst jetzt so richtig begreife. Ich wurde durch die Schicksalsfügungen animiert, mein Lebensskript in Frage zu stellen, meine unbewussten Glaubenssätze zu reflektieren und mich auf einen intensiven Weg in mein Inneres zu begeben. Ich muss gestehen, dass ich diese Überlegungen vermutlich in keiner Weise angestellt hätte, wenn ich auf dem konventionellen Lebensweg geblieben wäre. Es bedurfte dieses glücklichen Erdbebens in meinem Leben. Dieser Mann, diese Partnerschaft, die Selbstständigkeit, das Leben in der Welt als Kosmopolitin haben mir die Perspektive eröffnet, ganz neu über eine der wichtigsten Fragen im Leben einer Frau nachzudenken: Will ich wirklich Kinder?

Ich habe (noch) keine Kinder. Auch wenn ich eine vielleicht überdurchschnittlich emphatische Person bin, weiß ich natürlich nicht hundertprozentig, wie es sich anfühlen würde, eine Mutter zu sein. Aber damit bin ich in genau der gleichen Situation wie alle, die sich zu einem bestimmten Zeitpunkt ihres Lebens ebenfalls für oder gegen ein erstes Kind entscheiden wollen oder müssen. Ich bin sozusagen der repräsentative Prototyp meiner Generation und Altersgenossinnen.

Meine Expertise generiert sich aus unzählbaren Beobachtungen von und Reflexionen über Elternschaft, aus sehr viel Zeit mit Kindern, aus Unmengen an Literatur in Form von Fachbüchern, Studien, Blogs, Artikeln und vor allem aus extrem vielen und sehr offenen Gesprächen mit Eltern. Mein Spektrum ist weit gefasst, von den glücklichen über die unglücklichen Eltern bis hin zu Paaren oder Frauen ohne Kinder, unter denen es natürlich ebenfalls glückliche wie unglückliche gibt. Und im Prinzip wird es jedem genau so ergehen, der vor der Kinder-Entscheidung steht – mehr Anhaltspunkt gibt es nicht. Die Möglichkeit, ganz offen über diese

Frage nachzudenken, kann eine Chance sein, die ich nutzen will und zu der ich Sie gerne einladen möchte.

Dieses Buch ist der Versuch, die Komplexität dieser Entscheidung, die so erhebliche Tragweite hat, zu durchdringen. Meinen inneren Weg sichtbar zu machen. Die endlosen Facetten zu erkunden, von den intellektuell-rationalen über die gesellschaftlichen und wissenschaftlichen bis hin zu den emotionalen. Eine Reise durch die bewussten und bewusst gemachten unbewussten Prozesse im Inneren meines Selbst.

Ich habe das Privileg, eine Wahl zu haben. Viele Frauen haben bedingt durch ihre Kultur und Religion von vornherein keine Wahl. Sie wachsen in totalitären Systemen auf, werden vergewaltigt, haben keine Bildung. Ihnen bleibt nichts anderes übrig, als Kinder zu bekommen, es so zu tun, wie ihre Gesellschaft es ihnen diktiert. Ich darf über diese Frage nachdenken, vielleicht dürfen Sie es auch. Jahrzehnte lang haben Frauen für diese Freiheit gekämpft, dass ich diese Wahl nun frei treffen darf. Dafür empfinde ich große Dankbarkeit.

Stets ist so ein Prozess des Schreibens über ein zentrales Lebensthema für einen selbst ein Ordnen von Gedanken, Erkenntnissen und Einstellungen, ein Prozess des Reibens mit sich selbst. Auf der anderen Seite erhoffe ich mir, Sie, liebe Leserinnen UND Leser, zu animieren, mit mir zu reisen, mit mir zu denken, mir zu folgen auf diesem Weg. Vielleicht mit der heimlichen, schüchternen Intention und vagen Hoffnung, auch Ihre eigenen Reflexionen anzuregen. Die bewusste Konfrontation mit dieser wichtigen Frage im Leben scheint mir mehr denn je notwendig.

1. Die vielleicht einschneidendste Entscheidung

“Unter Entscheidung versteht man die Wahl einer Handlung aus mindestens zwei vorhandenen potentiellen Handlungsalternativen unter Beachtung der übergeordneten Ziele.“ Das ist das Ergebnis einer Google-Recherche zum Stichwort Entscheidung.

Die zwei Handlungsalternativen scheinen in Bezug auf die Kinder-Frage eindeutig zu sein: entweder ja oder nein. Pragmatisch heruntergebrochen relativ banal. Im Alltag begegnen uns weit mehr Entscheidungen, die sich im Hinblick auf die Handlungsalternativen sehr viel mannigfaltiger darstellen.

Der Alltag unserer glücksmaximierenden Konsumgesellschaft ist durchtränkt von Alternativen und damit verbundenen Entscheidungen. Welches der 30 verschiedenen Shampoos ist das beste für genau meine Haare? Welche der 20 Yoghurt-Sorten im Kühlregal pflegt meine Darmflora am nachhaltigsten? Welches Paar Schuhe passt am besten zu dem angestrebten Bild von mir selbst? Über die Manipulation unserer Entscheidungen mittels Werbung und über die strukturierte Analyse unseres Konsumverhaltens und Persönlichkeitsprofils durch die allseits bekannten Tech-Giganten könnte man Seiten füllen. Unsere subjektiv-bewussten Entscheidungskriterien und die uns unbewusst manipulierenden Faktoren im Hintergrund sind heutzutage vielfältiger als jemals zuvor. Die meisten der oben angerissenen Entscheidungen fällen wir unbewusst und gesteuert durch aktivierte Muster. Also durch im Laufe unseres Lebens erlernte und erworbene individuelle Regeln und Filter. Letztlich dient uns dieser Mechanismus der reflexartigen Reaktion bei manchen Entscheidungen zur Komplexitätsreduktion

in einer immer vielschichtiger werdenden Welt, die von Informationen tsunamiartig überschwemmt wird. Nicht lange nachdenken, sondern intuitiv und impulsiv entscheiden, das kann bequem sein.

Es gibt aber Entscheidungen im Leben, denen der Einzelne je nach Persönlichkeit mehr Aufmerksamkeit schenkt – somit bewusste Gedankengänge anstellt, wozu oft auch das Einholen umfassender Informationen und der Austausch mit zentralen Personen aus dem sozialen Umfeld gehören (Familie, Freunde etc.). Kaufe ich diese Wohnung? Nehme ich diesen oder jenen Job an? Welche private Krankenkasse oder Versicherung passt am besten zu meinem Bedürfnisprofil? Sicherlich gehört für manche oder gar die meisten Menschen in diesen Entscheidungskomplex auch das Thema Partnerwahl. Bei dieser Art von größeren Projekten in unserem Leben wägen wir die eingangs im Google-Zitat genannten „übergeordneten Ziele“ sehr viel intensiver und umfassender ab.

Es scheint also so zu sein, dass es einerseits Entscheidungen gibt, die wir – aus welchen Gründen auch immer – eher unbewusst, reflexartig und automatisch treffen, und andererseits solche, über die wir uns definitiv bewusster, expliziter Gedanken machen. Obwohl es eigentlich naheliegt, die Entscheidung „Kinder ja oder nein“ zu der zweiten Kategorie von Entscheidungen zu zählen, habe ich den Verdacht, dass sie bei den meisten Frauen und Männern auch nach Jahrzehnten der Frauenemanzipation und Gender-Gleichberechtigungsdiskussion eher in die erste Kategorie fällt.

Ohne den Anschein erwecken zu wollen, wie der stets weit ausholende Philosoph Peter Sloterdijk bei den Ursprüngen unserer Menschheitsgeschichte beginnen zu wollen, wage ich dennoch einen Schritt auf die Meta-Ebene. Warum gehen wir manchmal Entscheidungen aus dem Weg und warum erkennen wir manchmal gar nicht, dass wir die Freiheit einer Entscheidung haben?

Der Psychologe Irvin D. Yalom hat eine eigene psychotherapeutische Richtung geschaffen, die existentielle Psychotherapie, in der es um den Umgang mit den aus seiner Sicht vier existenziellen Ängsten des Menschen geht, den sogenannten „letzten Dingen“: Tod, existentielle Einsamkeit bzw. Isolation, Sinnlosigkeit und Freiheit. In dieser Aufzählung mag es auf den ersten Blick verwundern, dass die Freiheit, die im allgemeinen Sprachgebrauch grundsätzlich eher positiv konnotiert ist und die wir in vielen Revolutionen erkämpft haben, eine der „letzten Dinge“ sein soll, vor denen wir uns doch im Allgemeinen fürchten. Folgt man Yaloms Argumentation, so wird relativ schnell augenscheinlich, weshalb uns die Freiheit so viel Angst macht. Freiheit bringt Verantwortung mit sich. Waren wir als Kinder stets behütet von unseren Eltern, die uns viele Entscheidungen (in aller Regel zu unserem Wohle) abnahmen, so gehört es als elementarer Bestandteil zu unserer späteren Individuation und Adoleszenz, zu lernen, mit Konsequenzen, falschen Entschlüssen und mit nicht realisiertem Potential zu leben. „Ich trage Verantwortung für das, was ich tue, und für das, was ich mich entscheide, zu ignorieren“, heißt es bei Yalom. Diese Verantwortung kann für uns mitunter sehr groß und belastend sein, wenn wir uns ihrer Tragweite bewusst werden. Denn solange dem modernen Menschen – im Sinne des Neurologen Viktor Frankl – nicht mehr seine Triebe und Instinkte sagen, was er tun muss, und die Traditionen (so auch die Religionen) nicht mehr vorschreiben, was er tun soll, weiß der Mensch nicht mehr, was er will, eigentlich genauer, für was er sich entscheiden will.

Wir scheinen orientierungslos zu sein durch fehlende innere und äußere Anhaltspunkte, an denen wir unsere Entscheidungen festmachen können. Wir fühlen uns im Sinne Yaloms hilflos gegenüber einem Abgrund der „Bodenlosigkeit“. Deshalb ist unser Alltag voll von unbewussten Entscheidungsvermeidungen, was

beispielsweise in die Prokrastination, die Aufschiebung von Entscheidungen, mündet oder wir flüchten in die Konformität und tun das, was alle machen.

Erich Fromm führt in seinem nach wie vor hoch aktuellen Werk „Die Furcht vor der Freiheit“ genau diese Ausflüchte auf, die wir als Menschen wählen, um uns nicht unserer Freiheit stellen zu müssen, um nicht entscheiden zu müssen. Die von Fromm beschriebenen Mechanismen sind zum einen die Zuwendung zu Autoritäten, also die freiwillige Unterwerfung. Dahinter steckt das infantile Bestreben, "Mama und Papa" irgendwo im Außen dieser so komplexen Welt zu finden und sich ihren Vorgaben anzupassen, sich an den Maximen einer Obrigkeit zu orientieren. Und dann der Mechanismus schlechthin, die Flucht in den Konformismus, also das zu wollen, was alle anderen wollen oder das zu entscheiden, was alle anderen entscheiden – meist ohne sich dessen bewusst zu sein. Zugegebenermaßen eine gute Strategie, um sich dem „Bodenlosen“ nicht stellen zu müssen. Beim Lesen dieser Schrift habe ich unglaublich viele Male recherchiert, wann der Text veröffentlicht wurde: 1941. Erich Fromm hat mit seiner psycho-sozialen Analyse von Verhaltensweisen die Ursachen des Nationalsozialismus offengelegt, aber seine prinzipiellen Überlegungen sind zeitlos und gelten nach wie vor.

Flüchten wir also bei der Fragestellung „Will ich Kinder?“ in die oben beschriebenen Ausweichstrategien? Orientieren wir uns nach wie vor an dem, was alle machen, nach dem Motto „In meinem Alter bekommen doch alle Kinder“? Auch wenn wir als Gesellschaft aufgeklärter denn je sind, gebildeter denn je, konfrontieren wir uns mit der Frage, ob und warum wir in unserem Leben wirklich Kinder haben wollen, selten bewusst und ausreichend intensiv. Vielleicht rechtfertigen wir unsere Entscheidung vor uns selbst und anderen damit, dass wir uns ja damit beschäftigt und darüber nachgedacht haben. Aber letztendlich war es vielleicht nur innerhalb eines

Systems der Konformität, ohne alle Aspekte und Konsequenzen mit all ihrer Tragweite auf unser individuelles Leben zuzulassen.

Aber was ist denn die Tragweite dieser Entscheidung? Da die Entscheidung für ein Kind bei vielen Menschen – auch in meinem früheren Denken – nach wie vor recht simpel, schnell und reflexartig gefällt wird, könnte man den Eindruck gewinnen, die Auswirkungen von Kindern auf das eigene Leben wären marginal – bis natürlich auf die, die eben alle landläufig kennen. Also Auswirkungen, die „normal“ sind. Die wir hinnehmen. Die wir akzeptieren. Denen wir uns schicksalhaft beugen. Gehört eben alles einfach dazu. Abgehakt. Vermeintlich.

Im Film „Eat Pray Love“ mit Julia Roberts, der auf dem gleichnamigen Buch von Elizabeth Gilbert basiert, sagt eine Freundin, welche eben ihren Säugling im Arm hält, zur Hauptdarstellerin, dass die Entscheidung für Kinder wie ein „Tattoo“ im Gesicht wäre. Vor meinem inneren Auge klappere ich meine Freundinnen und Bekannten mit Kindern ab und sehe einige bestätigend nicken und einige sich darüber echauffieren, nicht weil sie dem Ausspruch nicht zustimmen, sondern weil sie es als eine Art von Nestbeschmutzung und Blasphemie empfinden, ein Kind mit einer irreversiblen Körperverzierung zu vergleichen. Als ich den Film zum ersten Mal sah, habe ich die tiefe Wahrheit dieses Satzes nicht verstanden – ich war damals ungefähr 23 Jahre alt. Heute bin ich so weit, mir der Relevanz und Tiefe dieses Satzes – so glaube ich – bewusst zu sein. Denn vor allem in den letzten Jahren ist meine persönliche Auseinandersetzung mit dem Thema Elternschaft exponentiell angestiegen. Meine Erkenntnis: Ein Kind, erst recht zwei oder drei, verändern das Leben so nachhaltig, dass es einschneidender gar nicht sein kann. Nichts von alledem, was an normalen Auswirkungen erahnt und erwartet wurde, wird auch nur ansatzweise der Wirklichkeit gerecht. Es gibt keine Entscheidung auf der Welt, die sich intensiver auf das Denken, das Handeln, die

Partnerschaft, den Beruf, Freundschaften und die Freizeitgestaltung auswirkt. Vor 10 Jahren hätte ich bei diesen Ausführungen – wie vermutlich viele Leser – gedacht, ja klar, weiß ich doch. Aber es ist ein eklatanter Unterschied, die Tragweite in allen Details wirklich ganz hautnah, bis in den tiefsten Winkel seiner Gedanken und Gefühle hineinzulassen, ihr zu erlauben, Besitz von einem zu ergreifen, eine hypothetische Projektion vorzunehmen in die eigene Zukunft.

Aber genau da scheint eine der besonderen Qualitäten dieser Entscheidung zu liegen. Die Projektion in die Zukunft, unsere emphatischen Gedankenspiele und alle anderen Überlegungen bleiben theoretisch und fiktiv, so sehr wir uns auch anstrengen. Bei den meisten anderen Entscheidung können wir probieren. Ganz banal beginnend bei der Hautcreme, aber sogar bis hin zum Hauskauf, unserem Job und der Partnerwahl. Wenn wir feststellen, das ist nichts für uns, der oder die war doch nicht der oder die Richtige, können wir unsere Entscheidung revidieren, wir können uns trennen, kündigen, verkaufen. Selbst ein Tattoo kann man heutzutage wieder entfernen lassen. Selbstverständlich könnte man rein theoretisch auch ein Kind zur Adoption freigeben, wenn man feststellt, dass es doch nichts für einen ist. Alleine der Gedanke ist für mich persönlich völlig absurd und schockiert mich. Und ich vermute, dass auch 99 Prozent der Leserinnen und Leser dieser Vorschlag im Halse stecken bleibt und sie ihn als menschenunwürdig, sadistisch, grausam bezeichnen würden, als etwas das ethisch und moralisch nicht vertretbar ist. Auch wenn die zugrunde liegende Ethik eher ein gesellschaftliches, fiktives Konstrukt ist und somit von uns Menschen erfunden, erscheint uns in dieser Thematik die Abgrenzung von der Norm besonders schwer. Es ist vielleicht weniger eine Norm, sondern der Elterninstinkt, der uns verbietet, unsere Nachkommen einfach so wegzugeben. Auch rein sprachlich scheint es unmöglich zu sein, sich

eines Kindes zu „entledigen“, nachdem man sich für dieses entschieden hat. Es gibt beinahe in allen Beziehungen des Lebens Ex-Verbindungen. Es gibt den Ex-Freund, die Ex-Frau, den Ex-Schwager, den Ex-Arbeitgeber und vieles mehr. Aber das Ex-Kind gibt es nicht. Oder um es ganz sarkastisch zu pointieren: Lieber misshandelt man seine Kinder aus lauter Verzweiflung und Überforderung, als dass man sich von ihnen trennt.

Also steht de facto unverrückbar fest: Entscheide ich mich für ein Kind oder Kinder, ist diese Entscheidung irreversibel.

Es gilt aber noch einer weiteren Besonderheit dieser einzigartigen Entscheidung Beachtung zu schenken. Männer betrifft dieser Gesichtspunkt nicht so stark, da sie selbst in ihren Sechzigern, einige sogar in ihren Achtzigern, Väter werden können. Aber eine Frau hat – wie es so schön heißt – eine innere Uhr, die tickt. Das Risiko von Fehlbildungen und Komplikationen während einer Schwangerschaft erhöht sich mit steigendem Alter gravierend und irgendwann ist es von Natur aus schlichtweg unmöglich, schwanger zu werden. Auch wenn es prominente Frauen-Beispiele gibt, die in ihren Fünfzigern Zwillinge gebären, bleiben weitere Fragezeichen wie beispielsweise, ob ich den Schulabschluss meines Kindes in meinen Siebzigern erleben möchte, was in diesem Fall auch den älteren Vater betreffen würde. Das biologisch optimale Alter für eine Schwangerschaft scheint sich zwischen 20 und 30 Jahren zu bewegen. Laut statistischem Bundesamt betrug 2018 das Durchschnittsalter der Mütter bei Geburt des ersten Kindes 30 Jahre, während es 1970 im Mittel noch bei knapp über 24 Jahren lag. Demnach scheinen wir uns tendenziell mehr Zeit für diese Entscheidung zu lassen, aus welchen Gründen auch immer. Und auch wenn wir die Entscheidung beispielsweise durch ein Social Freezing, das vorsorgliche Einfrieren von unbefruchteten Eizellen, hinauszögern können, bleibt eine Tatsache: Sofern wir nicht an Wiedergeburt glauben, bleibt uns für

das Projekt Kinder nur ein begrenzter Zeitraum. Die Uhr tickt wirklich.

Spielen wir die beiden Gesichtspunkte „Irreversibilität“ und „zeitliche Limitierung“ in ihrer Konsequenz noch etwas weiter durch.

Erster Fall. Ich entscheide mich für Nachwuchs. Irgendwann im Laufe meiner Elternschaft überprüfe ich meine Entscheidung im Nachgang nochmals, indem ich meine Erwartungen im kinderlosen Vorfeld gegen die Erfahrungswerte nach längerer Zeit des Eltern-Seins abgleiche, und stelle fest, dass ich mich nun anders, also gegen ein Kind entscheiden würde. Mit Sicherheit macht diese Erkenntnis das Leben für mich und auch für das Kind sehr viel schwerer. Manchmal unerträglich. Die israelische Soziologin Orna Donath, hat im Jahre 2015 eine Studie mit dem Titel „Regretting Motherhood“ („Bedauern der Mutterschaft“) veröffentlicht. Mit dieser Terminologie umschreibt sie Mütter, die es anhaltend bereuen, Mutter geworden zu sein, und die die Rolle als Mutter negativ erleben. Alle befragten Frauen teilen nach eigenen Angaben das ausgeprägte Gefühl, in ihrer Rolle als Mutter gefangen zu sein. Die Frauen gaben an, dass sie ihre Kinder liebten, es aber gleichzeitig hassten, Mütter zu sein. Seit einigen Jahren rankt sich um den Begriff „Regretting Motherhood“ eine regelrechte Bewegung von Frauen, die dieser besonderen Erfahrung von Mutterschaft in der Öffentlichkeit Ausdruck verleihen. Da die Rückgabe ja biologisch, gesellschaftlich, ethisch und moralisch wie bereits oben ausgeführt ausgeschlossen ist, begeben sich in eine sehr schwierige Zwickmühle. Denn ist der Gedanke einmal zugelassen, der Virus des Zweifels einmal eingepflanzt, so ergreift er Besitz von mir, es wird mir möglicherweise extrem schwerfallen, alle negativen Auswirkungen der Elternschaft durch die positiven Effekte und Glücksmomente zu kompensieren. Es wird mich für eine lange Zeit sehr unzufrieden und vielleicht sogar unglücklich machen.

Fall zwei. Ich habe mich gegen Schwangerschaft und Kinder entschieden. Irgendwann in meinen Vierzigern realisiere ich, dass ich doch ein Kind will, nun ist es aber zu spät, da ich vielleicht aktuell keinen Partner habe oder der Organismus sich nicht mehr auf das Projekt einlässt. Je nachdem, welche allgemeinen psychologischen Ressourcen ich habe und wie ich mein Leben gestalte, wird mich dieser nicht realisierte Wunsch regelmäßig heimsuchen. Ganz im Sinne des Mottos, dass ich am Ende meines Lebens nicht die Dinge bereuen werde, die ich getan habe, sondern vielmehr die, die ich nicht getan habe.

Darüberhinaus gibt es noch ein wichtiges weiteres Charakteristikum dieser besonderen Entscheidung „Kind ja oder nein“.

Unsere Vorstellungskraft und Projektion auf eine zukünftige Situation haben eindeutig ihre Grenzen. Können wir wissen, wie es sich anfühlt, ein Kind in uns selbst auszutragen, wenn wir es nicht selbst erleben? Können wir wissen, wie es ist, wenn die kleinen Hände des eigenen Babys einen in der Badewanne umarmen, während es einen liebend mit seinen Kinder-Augen anblickt? Können wir wissen, wie es ist, das eigene Kind zu trösten, wenn es hingefallen ist? Und können wir vorher wissen, wie sehr wir darunter leiden, wenn dieses Geschöpf, das wir in uns erschaffen haben, leidet?

Eine meiner besten Freundinnen und Mutter eines Kindes sagte mir einmal, dass man sich als emphatische Frau eigentlich rund um das Mutter-Sein alles oben Genannte im Vorfeld vorstellen, nachvollziehen und empfinden kann, lediglich im Hinblick auf den „Zombie-Mode“, wie sie ihren Zustand völliger Erschöpfung und Übermüdung nennt, in dem sie sich aber dennoch liebevoll und zugewandt um das Kind kümmert, gäbe es Grenzen dieser

Empathie. Diesen Zombie-Mode hätte auch sie sich selbst vorher nicht in diesem Ausmaß vorstellen können. Alles andere ist theoretisch fühlbar und antizipierbar, wenn es ganz nah an sich heranlässt und ohne vorgefasste Meinung offen für alles ist. Viele Frauen glauben dies zu tun, indem sie ihre Freundin oder Schwester oder Schwägerin beobachten, wie diese mit ihrem Baby oder ihren heranwachsenden Kindern umgehen. Aber lassen sie dabei wirklich alle Gefühle zu, auch die unangenehmen? Oder blendet man die Bedenken nicht ganz schnell wieder mit einem „Bei mir wird das alles anders“ aus?

In dieser emphatischen Fähigkeit scheint ein entscheidender Knackpunkt zu liegen. Wir müssen eine Entscheidung fällen, ohne wirklich ganz genau zu wissen, was sie wirklich für uns und unser Leben bedeutet. Sowohl im Falle „ja“ als auch im Falle „nein“. Aber nur weil uns eine letztendlich ganz exakte Extrapolation des Erfahrungswertes „Kind“ nicht gelingt, heißt das nicht, dass wir uns nicht in der Antizipation versuchen können. Die Erfahrungen von „Mutterschaft“ oder „Elternschaft“ im Alltag sind unglaublich vielfältig. Die schönen wie auch die schweren Situationen sind direkt vor unserer Nase. Ja, diese Momente sind so alltäglich, doch wir winken sie durch, da sie uns so unglaublich häufig begegnen. Oder wir erliegen unserer selektiven Wahrnehmung und nehmen nur das wahr, was wir sehen wollen.

Ich habe begonnen, das ganze Spektrum dieser Momente und auch die dahinter liegenden Beweggründe tiefer zu betrachten, mich ihnen schrankenlos und möglichst vorurteilsfrei auszusetzen. Sie ganz tief durch meine Gefühls- und Gedankenwelt wandern zu lassen.

Es mag fast schon selbstverständlich erscheinen, aber ich denke trotzdem, dass es darüber hinaus wichtig ist, sich auch den

folgenden besonderen Aspekt der Entscheidung „Kinder ja oder nein“ einmal bewusst vor Augen zu führen.

Wenn wir eine Partnerschaft oder Freundschaft eingehen, dann lassen sich im optimalen Fall zwei Menschen bewusst auf etwas ein, dass vielleicht auch nicht funktionieren kann und von dem man sich dann wieder trennen kann. Zum Zeitpunkt der Entscheidung für eine Ehe sind sich zwei mündige Menschen meistens bewusst im Klaren, dass ihre Handlung Konsequenzen hat, und sie übernehmen – wieder im optimalen Fall – die Verantwortung für ihr eigenes Leben. Entscheiden wir uns für ein Kind, treffen wir für einen – zunächst – völlig fremden, unmündigen, nicht mitspracheberechtigten Menschen die Entscheidung, dass er bei uns und mit uns leben soll. Wir fragen ihn nicht vorher, das Kind hat keinen Einfluss darauf, in welches Umfeld und welche Umstände es geboren wird, sofern wir nicht an die spirituelle Lösung des „Wir suchen uns unsere Eltern selbst aus“ glauben. Wir betrachten die Entscheidung meist nur aus unserer Perspektive: „Will ich, wollen wir ein Kind in unserem Leben?“ Aber will das Kind auch mich und uns als Eltern? Oder im Falle von mehreren Kindern, welche Geschwister mite ich meinem Kind zu?

Fassen wir also zusammen. Die besondere Entscheidung für oder gegen Kinder ist eine von enormer Tragweite für mein Leben, sie ist eine, die irreversibel ist, sie ist biologisch zeitlich limitiert, sie lässt sich nicht ausprobieren, sondern muss antizipiert werden, und sie betrifft nicht nur mich und meinen Partner, sondern auch ein Wesen, das kein Mitspracherecht hat.

Im Laufe der letzten Jahre habe ich in Bezug auf die Entscheidung „Kinder ja oder nein“ eine Unmenge an Gesprächen geführt, emotionale und faktische Informationen gesammelt, diese gegeneinander abgewogen, immer wieder neu bewertet und ständig

ergänzt. So wird es jedem ergehen, der sich intensiv mit der Materie befasst. Ich möchte all das in eine Struktur bringen. Zunächst halte ich es für wichtig, mit zwei Themen zu beginnen, die meist unbewusst hinter allem stehen, aber für unsere Entscheidung von enormer Bedeutung sind - der Sinn des Lebens und unsere gesellschaftliche Prägung. Nur durch diese bewusst gemachten Einflussfaktoren kann ich und können Sie die konkreten Themenkomplexe im Folgenden besser interpretieren und verstehen. Und damit auch sich selbst.

2. Kinder als Erfüllungsgehilfen für den Sinn

Meist gehören folgende Situationen meiner Erfahrung nach zu denen, die man weder vor Freunden noch Bekannten und schon gar nicht vor Arbeitskollegen preisgeben möchte. Sie sind so intim, zeigen eine Verletzlichkeit, die man eigentlich noch nicht einmal selbst erleben, geschweige denn mit Menschen des nicht ganz engen Kreises teilen möchte.

Szenario eins. Man hat sich – wie und weshalb auch immer – für Nachwuchs entschieden. Zunächst ist man recht unbedarft, man hat Lust an der sexuellen Leidenschaft mit dem Partner, man hat sich auf ein Projekt eingelassen, das in der Vereinigung zweier Körper, zweier Individuen besteht, die in lustvoller Ekstase verschmelzen und ein neues Leben erschaffen. Ein fast göttlicher Akt. Der Sex ist bei vielen Paaren besser als je zuvor, die Frau hat meist eine unbändige Lust und beinahe noch häufiger das Bedürfnis nach dem Koitus als der Mann. Aber mit dem Schwanger-Werden will es nicht so recht klappen. Alle vier Wochen ist die Periode wieder da. Schon bald beginnt man damit, den Sexualakt zu planen. Die Frau eruiert – manchmal schon gemeinsam mit dem Frauenarzt – den besten Zeitpunkt für die Befruchtung rund um den Eisprung. Die einst noch sehr entspannte sexuelle Begegnung mit dem Partner wird zu einem weniger spontanen, sondern eher getakteten und geplanten Unterfangen. Zu Beginn hält die Lust noch an und beide können sich auch mit dieser Situation noch sehr gut arrangieren. Schließlich ist man erst am Anfang. Je länger der Prozess aber andauert, desto mehr dominieren statt Euphorie, Freude und Verlangen bald eher Frustration, Unzufriedenheit und Verzweiflung. Nun beginnen die

ärztlichen Tests. Urin, Blut und Sperma werden untersucht. Vielleicht wird auf Hormonpräparate zurück gegriffen. Als Mensch mit positiver Grundeinstimmung erhält man sich einen gewissen fassadenhaften Optimismus. Unter der Oberfläche dominiert bei vielen aber bereits eine tiefsitzende Panik. Bei allen anderen sieht es doch so leicht und unbeschwert aus, sind nur wir Versager? Unfassbar viele Paare erleben diese Phase, aber man spricht selten offen darüber.

Szenario zwei. Szenario eins ist in gewissen Anteilen oder bereits vollständig durchlaufen und schließlich doch von Erfolg gekrönt. Die Schwangerschaft ist da. Man kann es gar nicht fassen. Die Freude und das Glück sind perfekt, die eingetretene Schwangerschaft erzeugt eine tiefe Erleichterung, denn aufgeben hätte man nicht wollen und nicht können. Man wäre bereit gewesen, bis zum Äußersten zu gehen. Die engste Familie wird eingeweiht, um die Freude zu teilen. Aber die ersten zwei bis drei Monate bewahrt man oft überglücklich Stillschweigen vor dem Rest der Welt. Plötzlich, ganz aus dem nichts, fühlt sich die Frau unwohl, als würde sie ihre Monatsblutung erwarten, Krämpfe und ein zuerst diskreter, dann stärkerer Blutfluss setzen ein, man weiß nicht, was los ist, hat keine Erklärung. Panik steigt auf, eine Befürchtung, eine Angst, die man noch nie in so einer Intensität gespürt hat, sogar nicht einmal eine Vorstellung hatte, dass man so empfinden könnte. Die Bestätigung kommt beim Frauenarzt. Eine unfassbare Trauer und Depression erfasst das Paar. Furchtbar. Grausam. Etwa 30 Prozent der Frauen sind in ihrem Leben von einer oder mehreren Fehlgeburten betroffen. Das Potential eines menschlichen Lebens stirbt. Und eine Vision.

Ich fühle den Schmerz dieser Frauen und Männer ganz tief in mir. Die Hoffnung auf die Erfüllung dieses unglaublich starken Wunsches, am Ende ein kleines Lebewesen in seinen Armen zu halten, das die Potenzierung einer Liebe zweier Menschen sein soll,

wird aufs Tiefste enttäuscht. Ein Wesen, das so elementar und grundsätzlich zum eigenen Leben gehören sollte.

Was sich in diesen beiden tragischen Szenarien für mich offenbart, ist ein unbändiger und ultimativer Wille zur Fortpflanzung – biologisch grundsätzlich verständlich –, denn das ist die Art und Weise, wie sich die menschliche Spezies reproduziert und die Gattung Mensch weiter existiert. Es hört aber beim Wollen nicht auf, die potentielle Nicht-Realisierung einer Nachkommenschaft kommt einer Tragödie gleich, einem Scheitern im Leben auf höchster Ebene, einer tiefen Aussichtslosigkeit, die ein Weltbild einstürzen lässt.

Doch warum ist das so? Warum sitzt dieses Leid so tief, wieso führt ein nicht realisierbarer Kinderwunsch zu einem derartigen Zusammenbruch im Leben mancher Menschen? Wieso beginnen Paare, fast schon fanatisch und manisch das Projekt Kind umsetzen zu wollen bis hin zu mehrmaligen künstlichen Befruchtungen? Wieso nehmen sie das Risiko in Kauf, unter dem Druck zur Realisierung sogar ihre Beziehung und körperliche Gesundheit zu gefährden?

Mein Lebensskript

Einen Anhaltspunkt finde ich beim Psychiater Eric Berne, dem Begründer der Transaktionsanalyse, einer psychologischen Theorie der menschlichen Persönlichkeitsstruktur. Seiner Ansicht nach beeinflussen bestimmte Faktoren den Verlauf unseres Lebens. Dazu zählen das Erbgut, äußere Einflüsse, unsere getroffenen Entscheidungen und das sogenannte Lebensskript. Dieses Lebensskript entwickelt sich nach Berne in der Kindheit in einer fragilen und anfälligen Phase unseres Lebens. Hier wird unser Weltbild geformt. Wir beobachten unsere Eltern. Da sie unsere

Eltern sind, leben sie uns ja implizit schon einmal vor, wie es ist, Kinder zu haben. Wir beobachten unser Umfeld. Wir bekommen, ohne dass wir es bewusst wahrnehmen oder uns dagegen wehren können, Glaubenssätze, Vorstellungen und Einstellungen vermittelt, manchmal ganz unmerklich, manchmal bekommen wir sie förmlich indoktriniert. Das ist fast immer prägend, manchmal sogar ein Problem. Manche von uns versuchen eine sehr lange Zeit in ihrem späteren Leben, die negativen und destruktiven Prägungen durch Psychotherapie wieder loszuwerden.

Mein Lebensskript, das ich bis zu meinen Zwanzigern entwickelt hatte, war ganz klar. Ich hatte ein Bild von mir als Frau mit einem Mann und mindestens einem, eigentlich eher zwei Kindern. Auch wenn ich nie wirklich bewusst darüber nachgedacht habe, war das wie eine Programmierung, auf die mein System voreingestellt war. Auch wenn sich in den letzten Jahrzehnten viel an der Rolle der Frau in der Gesellschaft verändert hat, ist dennoch das häufigste Modell, mit dem man im Laufe seiner Sozialisation konfrontiert wird, das der Familie. Zwar habe ich eine ledige Tante - vielleicht unbewusst auch ein gewisses Vorbild -, aber 90 Prozent meiner Umgebung waren Eltern mit Kindern. Also war fast logisch schlussfolgernd für mich klar, dass ich diesem Beispiel folge. Nicht, dass ich mich in irgendeiner Weise dazu gedrängt gefühlt hätte oder dass man es offensichtlich von mir erwartet hätte, aber es hatte sich ganz einfach, ohne von der Norm und vom Standard abzuweichen, ergeben. Das Lebensskript war im Unterbewusstsein abgespeichert.

Wenn wir also bereits unbewusst unser ganzes Leben daran arbeiten, ein in der Kindheit entstandenes, manchmal zementiertes Lebensmodell zu realisieren, wird unsere Zufriedenheit und unser Glücksempfinden sicherlich steigen, wenn wir möglichst genau diesen Plan in die Tat umsetzen. Ob dieser Lebensplan, der meist auf der Planungsprogrammierung einer vielleicht zehnjährigen Miniaturversion von uns basiert, zum Zeitpunkt des