

SWR2 Leben

Kinder oder keine? Über den Druck, Mutter zu werden

Von Mirjam Steger

Sendung vom: 08.12.2022, 15.05 Uhr

Redaktion: Christine Werner

Regie: Mirjam Steger

Produktion: SWR 2022

SWR2 Leben können Sie auch im **SWR2 Webradio** unter www.SWR2.de und auf Mobilgeräten in der **SWR2 App** hören – oder als **Podcast** nachhören:
<https://www.swr.de/~podcast/swr2/programm/podcast-sw2-tandem-100.xml>

Bitte beachten Sie:

Das Manuskript ist ausschließlich zum persönlichen, privaten Gebrauch bestimmt. Jede weitere Vervielfältigung und Verbreitung bedarf der ausdrücklichen Genehmigung des Urhebers bzw. des SWR.

Die SWR2 App für Android und iOS

Hören Sie das SWR2 Programm, wann und wo Sie wollen. Jederzeit live oder zeitversetzt, online oder offline. Alle Sendung stehen mindestens sieben Tage lang zum Nachhören bereit. Nutzen Sie die neuen Funktionen der SWR2 App: abonnieren, offline hören, stöbern, meistgehört, Themenbereiche, Empfehlungen, Entdeckungen ...

Kostenlos herunterladen: www.swr2.de/app

KINDER ODER KEINE? ÜBER DEN DRUCK, MUTTER ZU WERDEN

CUT 1, Daniela, kein Kinderwunsch

Ich bin Daniela, ich bin 38 Jahre alt und ich wollte mich jetzt mit dem Thema Kinder, Kinderwunsch beschäftigen, weil ich 38 bin, da natürlich auch den Druck verspüre, und einfach rausfinden möchte, möchte ich Mutter werden, möchte ich nicht Mutter werden - und auch einen entspannteren Umgang damit finden.

CUT 2, Claudia, klappt vielleicht nicht mehr

Ich heiße Claudia. Ich hab schon immer Kinder gewollt... Eigentlich sind alle Beziehungen, die ich hatte, so darauf hinausgelaufen, dass das irgendwann was wird mit Kindern. Und jetzt bin ich 35, und wieder Single, und denk mir nur so: Vielleicht klappt es aber nicht mehr.

CUT 3, Daniela, kein Kinderwunsch

Freundinnen von mir, die wussten schon immer: ich will Mama werden. Das ist das Größte für mich. Ich kann das nachvollziehen, diesen starken Wunsch, Mutter zu werden, ich hatte ihn aber bisher noch nicht.

Ich habe einfach die Angst, was falsch zu machen, nicht die richtige Entscheidung zu treffen. Dass ich es später bereue, und ja, es fühlt sich nicht gut an.

Cut 4, Claudia, eigene Vorstellung

Es war einfach eine Vorstellung, die ich immer hatte, so ein oder mehrere Kinder zu haben. Die logische Schlussfolgerung, so ein weiterer Schritt im Leben, vor allem, wenn man eine Beziehung hat. Und ich habe das nie wirklich hinterfragt. Das war immer so das normale Bild, was ich auch vorgelebt bekommen hab, und was ich auch immer irgendwie sehr schön fand.

Cut 5, Daniela, Familie

Ich komme aus einer klassischen, westdeutschen, schwäbischen Familie, wo klar ist, man findet einen Partner, man heiratet, man bekommt Kinder. Meine Oma ist sehr katholisch und sagt auch regelmäßig zu mir, dass sie nicht sterben kann, bevor ich kein Kind bekomme und heirate, (lacht). Ich bin die einzige Enkelin für sie, und ich war auch lange Zeit Single, und dann hat sie mich tatsächlich auch gefragt, ob ich lesbisch bin. Es ist eigentlich so, dass man sagen kann: Oma, du kannst nicht sterben, weil vielleicht krieg` ich ja nie `n Kind.

Cut 6, Claudia, Au Pair

Nach dem Abitur war ich als Au Pair in den USA und habe da eben auf ein kleines und ein bisschen größeres Kind aufgepasst, der Kleine war ein halbes Jahr und der Große fünf Jahre. Und ich habe das Gefühl, ich kann sehr gut mit Kindern umgehen oder mag auch Kinder total gerne, hab viel Spaß mit denen und fand das immer eine schöne Vorstellung, Mutter zu sein und diesen Schritt auch zu machen.

Cut 7, Daniela, Angst vor Einsamkeit

Ich seh einfach, du hast halt Kinder, Enkel, und man trifft sich auf Familienfesten, und die Vorstellung ist für mich sehr traurig, dass dann mein Mann und ich einfach dann da alleine da sitzen. Also, die Angst ist da, wird aber auch von der Gesellschaft geschürt: Im Alter wirst du es bereuen, wenn du keine Kinder bekommst!

Cut 8, Claudia, enge Verbindung

Was ich auch viel gehört hab von anderen, ist dieses: Egal was für Themen im Leben sind, wenn du dann vor deinem Kind sitzt, oder dein Kind von der Kita abholst, dann ist das irgendwie alles vergessen. Und dann ist diese Person eben nur wichtig. Und das stelle ich mir total schön vor. Dass man einfach diese nahe, enge Verbindung hat, wie wahrscheinlich mit niemandem sonst in der Welt. Das klingt jetzt vielleicht sehr romantisch, aber ich glaube, dass diese ganz tiefe Verwurzelung und Verbindung sehr viel ausmacht, wie man sich fühlt, wie man in der Welt ist, wie man sich mit sich selbst fühlt.

Cut 9, Daniela, Druck, Frauenärztin

Ich habe tatsächlich auch von Frauenärztinnen regelmäßig schon auch Druck bekommen, die mich dann gefragt haben: Wie verhüten Sie? Und wenn ich dann sage: Na ja, ich nehme keine Pille, ist eine Entscheidung. Und dann kommt die Frage nach dem Kinderwunsch, und man sagt: Ich weiß es noch nicht. Oder: Ich war lange Zeit Single. Dann kommt die Info, dass ja die Fertilität sinkt. Also es gibt so viele Beispiele. Auch im Urlaub neulich hatten wir die Situation, dass wir ein Paar kennen gelernt haben, beide im Alter unserer Eltern, also beide über 60, und die Frau uns beim Abendessen auch gefragt hat, ob wir Kinder möchten. Und wir waren total perplex und dann fing sie halt auch an: So mit 38 sollte man ja schon Kinder bekommen und das müsst Ihr machen, und Ihr werdet es bereuen.

Cut 10, Claudia, Eltern

Wir hatten Besuch von einer Freundin mit ihrem Kind und dem Mann, und meine Eltern haben total süß mit dem Kind gespielt, das war so zwei Jahre alt, und dann saßen wir auf dem Boden und haben dann eben gemeinsam gespielt, und dann meinte mein Papa dann so: Na ja, wir üben schon mal! Also, das ist genau sowas wo du denkst: Ehm, ja, schön, vielleicht könnt ihr auch einfach in so `ne Vorlesegruppe für Kinder, die keine Omas und Opas haben, gehen. Vielleicht ist uns damit auch geholfen?! ... Nur, weil man äußerlich gut in der Lage wäre sich zu kümmern und ein Kind gut aufzuziehen, heißt es dann, du musst es auch machen! Das liegt dir doch! Mach das doch!

MUSIK

Cut 11, Daniela, Freund

Also vor einem Jahr hab ich mir den Mut genommen und hab ihn darauf angesprochen, und ihm geht es ähnlich wie mir, dass er sagt, er weiß es nicht. Also er hat auch nicht diesen drängenden Kinderwunsch, und das hat mich erstmal ziemlich aus der Bahn geworfen, weil, ja, ich dachte, jetzt hab ich diesen Druck, jetzt muss ich Kinder bekommen, und er will vielleicht nicht. Und dann hab ich sehr viel geweint und es war wirklich unschön, ich dachte, ich muss ihn jetzt verlassen, auf die

Straße gehen, mir irgendeinen Mann suchen.

Cut 12, Claudia, Angst

Jetzt sozusagen an diesem Punkt, wo ich grade stehe, als Single, suche ich jetzt auf Teufel komm raus jemanden, der unbedingt auch ein Kind möchte und auch an diesem Punkt ist, und ist es dann eigentlich überhaupt sinnvoll, das jetzt sofort anzugehen, oder muss man sich nicht erstmal ein paar Jahre kennen, damit es auch wirklich realistisch langfristig klappen kann? Weil, ich habe schon Angst vor diesem Gefühl: Okay, du hast jetzt ein Kind und du hast jetzt so eine Riesenverantwortung für eine Person, für einen Menschen, und entwickelst dich in eine Beziehung, die dich aber nicht glücklich macht, und musst dann da bleiben. Oder bist da so verbunden, dass du bleiben musst. Das find ich schon einen sehr schlimmen Gedanken.

Cut 13, Daniela, Freund

Ich hab auch Beispiele im Freundeskreis, wo dann Beziehungen wegen dieser Frage auseinandergegangen sind, weil z.B. die Freundin wollte, der Partner nicht, und halt wahnsinnige Angst hab, weil, ich war lange Single und für mich ist es unglaublich schwer gewesen eine Beziehung zu führen. Und ich weiß einfach, dieser Mann macht mich glücklich, unsere Beziehung macht mich glücklich und der Druck, ihn verlassen zu müssen, um dann vielleicht ein Kind zu bekommen, was ich ja noch gar nicht spüre, das war ganz schlimm für mich. Und dann hat er mich nochmal drauf angesprochen, das fand ich sehr toll von ihm, und hat gemeint, ich merk doch, wie dich das Thema umtreibt, und dann haben wir eben ruhig drüber gesprochen, und das Gefühl einfach, dass wir beide zusammenbleiben wollen und das Thema nicht das ist, was die Beziehung entscheidet, das beruhigt mich momentan sehr.

Cut 14, Claudia, was hinterlassen

Das Eine ist einfach wirklich quasi, was in der Welt zu hinterlassen, wenn ich selbst irgendwann sterbe, dass dann noch was von mir auf dieser Welt ist. Ich weiß nicht, ob das sehr egoistisch klingt, aber dieses Gefühl, dass ich da auch was hinterlassen möchte in Menschen – und ich hab irgendwie das Gefühl, ich hab viel zu geben, viel Liebe zu geben, viel Interesse zu geben, und könnte glaub ich so n kleinen Mensch sehr gut fördern, und ja, irgendwie in dieser Welt hinterlassen.

Cut 15, Daniela, Kinderlose Frau

Die kinderlose Frau hat ein superschlechtes, egoistisches Image, und ich sehe mich z.B. überhaupt nicht als egoistische Karrierefrau. Ich hoffe, dass sich auch in Deutschland das Bild einfach wandelt. Und meine Mutter dann nicht zu ihrer Bekannten im Supermarkt sagen muss: Nee, sie hat keine Kinder, aber sie hat einen Hund! Und mir ist bewusst, es ist ein Hund, es ist kein Kind. Und es ist auch kein Kindersatz. Dass sich das wandelt. Dass man nicht mehr so als Mensch zweiter Klasse angeschaut wird oder bemitleidet.

Cut 16, Atmo Türsummer, Tür schlägt zu, Schritte, 2.Tür auf, Füße abputzen, Klingelton dazu, Begrüßung

Cut 17, Sarah Diehl, Vorstellung

Ich bin Sarah Diehl, ich bin 43 Jahre alt und wohne in Berlin, und bin Autorin und Aktivistin. Ich hab ja vor ein paar Jahren das Buch geschrieben „Die Uhr, die nicht tickt“, wo es um eine Analyse ging, warum kinderlose Frauen immer noch als solche Mangelwesen im Grunde dargestellt werden. Und ich habe die Erfahrung gemacht, dass nach Lesungen oder zwischendurch ich immer wieder Anfragen von Frauen bekommen habe, auch über Facebook z.B., die sehr großes Redebedarf hatten und dass man das mal in Seminaren länger mal bespricht.

Cut 18, Claudia, Wunsch für Seminar

Ich wünsche mir mehr Gelassenheit für mich selber, für meine Entscheidung, die ich dann vielleicht direkt gleich nach dem Seminar treffe oder auch erst viel später. Aber einfach die Gelassenheit, zu wissen, es gibt verschiedene Optionen, davon ist jetzt keine das non plus ultra, sondern jede Option kommt halt mit Vor- und Nachteilen, ja, dieses Gefühl, dass ich es auch durchdacht habe. Dass ich mich damit beschäftigt habe, dann vielleicht zu ner Entscheidung gekommen bin und die dann auch nicht bereuen muss. Also, ich glaube, ich hätte echt Schwierigkeiten, irgendwann aufzuwachen mit 40 oder 45 oder sonst wann und zu denken: Oh, shit, ich hab da einfach noch nie darüber nachgedacht, und jetzt geht es nicht mehr. Jetzt kann ich es nicht mehr. Obwohl ich ja hätte vielleicht Eizellen einfrieren können, oder andere Sachen machen können.

Cut 19, Anna Schmutte, Vorstellung

Ich bin Anna Schmutte, ich bin systemische Therapeutin und Coach und Körpertherapeutin und ja ich bin selber mit 43 Jahren Mutter geworden und das Buch von Sarah hat mir halt sehr geholfen, mich im Grunde zu entspannen mit dem Thema und es einfach so auf mich zukommen zu lassen, obwohl ich ja schon so in dem Alter war, wo die Uhr so tickt (lacht). Und dann aber zu merken, es ist möglich, sowohl mit als auch ohne Kind einfach sich wohlfühlen und und was aus seinem Leben zu machen - das fand ich einen ungemein erleichternden Gedanken. Und so kam es dann auch, wo ich jetzt selber durchaus glückliche Mutter bin, dass ich dann Lust hatte, mit Sarah zusammen diese Erfahrung weiterzugeben und da auch ein Seminar für diese Frauen zu machen.

MUSIK

Cut 20, Atmo Seminar

„Also begrüßen wir euch ganz herzlich zu der letzten Gruppe. Die Struktur wäre, dass wir wieder die Erzählrunde machen von den Fragen, die ich euch geschickt hab, und dann wieder eine Meditation... „

Cut 21, Anna Schmutte, wie sie arbeiten

Wir stellen ihnen viele Fragen, lassen sie erzählen, lassen sie auch aufeinander reagieren, also dass nicht nur wir mit den einzelnen Frauen sprechen, sondern die auch einander Feedback oder Fragen stellen können, und dann machen wir zwischendurch so körpertherapeutische Übungen, z.B. so Atemübungen, angeleitete Meditationen oder Körperreisen, da geht's auch darum, dass sich Blockaden lösen

dürfen, dass die Frauen auch mal weinen dürfen, wenn ihnen danach ist, oder auch mal wütend werden können, weil sie merken, dass sie schon ganz lange an irgendeiner Stelle viel zu viel Druck verspüren.

Cut 22, Atmo Seminar

„Die Meditation habe ich genannt `Erwartungen loslassen und nichts erfüllen müssen`, ihr könnt euch bequem hinlegen, machts euch bequem, kuschelt euch ein, und dann könnt ihr die Augen zu machen... Ihr könnt euer Gewicht auf der Matte spüren, ihr könnt etwas tiefer atmen.“

Cut 23, Sarah Diehl, Perfektionismus

Ich glaube, Mutterschaft ist inzwischen verbunden mit einem sehr großen Perfektionismus. Das merken wir auch immer wieder in dem Kurs, dass die Frauen das Gefühl haben, es geht nicht darum, ob sie einfach nur Kinder haben wollen oder nicht, sondern es geht darum, ob sie diesen Mutterjob, der so perfektionistisch verlangt wird und der leider immer noch auf so einer geschlechtlichen Arbeitsteilung beruht, ob sie das leisten wollen. Nee, das finde ich einfach so bedauerlich, und das finde ich immer wieder wichtig zu betonen: Mein Eindruck ist, wenn Frauen keine Kinder haben möchten, dann geht es weniger um die Kinder, sondern es geht eher um das Mutterideal. Die Frauen haben Angst vor diesem Mutterideal, wie sehr das ihr Leben beschränkt. Es geht gar nicht darum, dass die keine Kinder mögen.

MUSIK

Cut 24, Daniela, Was hat das Seminar bewirkt?

Das Seminar hat den Anstoß gegeben, dass ich mich mit meinem Partner darüber unterhalten hab, und das hat mir schon geholfen, dass ich ihm einfach erzählen konnte von dem Seminar. Und seit dem Seminar hab ich das Gefühl, dass ich mich entspannter dem Thema widmen kann, ohne diese Überemotionalität. Also, dass ich einfach sagen kann, ich guck mir beide Szenarien an, wie ist es, wenn ich ein Kind bekomme, wie ist es, wenn ich kein Kind bekomme...Es gab doch Themen, die haben mich dann nachdenklich gemacht, traurig gemacht, gerade das Thema Herkunftsfamilie, ne? Was ist, wenn ich meinen Eltern keinen Enkel schenken kann oder ne Enkelin - obwohl sie schon zwei haben und eigentlich auch happy. Die meiste Zeit war das so, dass es mir ganz viel Kraft gegeben hat, und so diesen Druck von mir genommen hat.

Cut 25, Claudia, Die Geschichten der anderen

Was auf jeden Fall passiert ist, ist, dass ich dachte: Ach, krass! Andere haben diese Gedanken, wollte noch nie Kinder, und fühlen sich aus anderen Gründen irgendwie unter Druck, haben vielleicht einen Partner, der ein Kind will, aber sie wollen nicht. Also diese Geschichten zu hören, hat mir deutlich gemacht, dass ich nicht irgendwie komisch bin, weil ich diese Frage in mir trage, die unbeantwortet ist, und was an sich einfach passiert ist, dass wir uns sehr sehr schnell öffnen konnten, und darüber auch über die Ängste sehr schnell gesprochen haben, und ich finde, das passiert ja auch viel zu wenig..., dass man darüber spricht, und dass man davor Angst haben kann, Mutter zu sein, in einer Familie zu sein, ein Kind zu kriegen, sich da zu öffnen und einfach mehr Dialog zu haben, finde ich extrem wichtig und wertvoll, und das nicht so

als Tabuthema zu haben.

Cut 26, Daniela, Muttergefühl erkunden

Ich würde jetzt gerne mal dieses Muttergefühl erkunden für mich, und dann zu schauen, was kommt vielleicht noch. Also auch mich ganz bewusst mit dem Thema Muttersein beschäftigen, was ich davor eben abgelehnt hab, weil ich nicht ranwollte an das Thema. Dadurch, dass es für mich immer war: ich muss. Ich muss einen Mann finden, ich muss ein Kind bekommen, ich muss ein Haus bauen, dann habe ich ein gutes Leben, war das für mich ein Thema, was einfach mit ganz viel Druck zusammenhing, und ich konnte nie frei darüber nachdenken. Und ich glaube, ich bin von meiner Art her ein warmer und wahrscheinlich auch ein mütterlicher Typ, und, einfach zu gucken, wie wäre ich als Mutter?

Cut 27, Claudia, verschiedene Perspektiven

... und auch diese Frage aus unterschiedlichen Blickwinkeln zu erleuchten. Also, was hat das eigentlich mit mir zu tun, dieser Wunsch, will ich vielleicht auch was kompensieren? Oder: warum möchte ich ein Kind? Kann ich das, diese Verbindung, von der ich gesprochen hab, auch anders erreichen? Kann ich mich auch damit abfinden, wenn es eben nicht dazu kommt, dass ich ein eigenes Kind habe – dass ich im Zweifel einfach ne colle Tante wäre und das kann ich mir total gut vorstellen. Also jetzt gerade die letzten Treffen mit Freundinnen, wo die Kinder dabei waren, da hab ich auch gedacht: Ach Mensch, da sind genug Kinder in meinem Leben.

Cut 28, Daniela, andere Mutterschaft

Ich hab jetzt auch für mich beschlossen, ich muss jetzt keine endgültige Entscheidung treffen, weil, ich kann ja auch in 10, in 20 Jahren sagen, ich möchte für ein Kind das sein, Mutter sein, oder andere Formen von Mutterschaft, deswegen glaube ich, dass ich keine endgültige Entscheidung treffen muss, also ich möchte jetzt nicht sofort loslegen (lacht).

Cut 29, Claudia, Schlüsselmoment

So ein Schlüsselmoment oder eine Schlüsselfrage, war, als wir im Seminar die Aufgabe bekommen haben: Stell dir einen Tag in deinem Leben in fünf Jahren vor, ist das mit Kind oder ohne Kind? Und ich habe mir das einfach für beide Varianten überlegt, und sehr klar und dezidiert aufgeschrieben. Okay, wann steh ich auf, wie viel Zeit habe ich für mich, wer ist da noch in meinem Leben, habe ich noch genug Zeit, meine Freundinnen zu treffen und auch meine eigenen Hobbys zu haben, und, wie gesagt, ich habe mir das für beide Varianten sehr intensiv vorgestellt, und beide Varianten waren okay. Also, das war so das Fazit für mich. Dass ich in beiden Varianten mich glücklich gesehen habe. Und das ist eigentlich ziemlich cool.

Cut 30, Daniela, Hoffnung, dass das Familienbild sich ändert

Meine Hoffnung ist, dass künftige Generationen von Frauen sich dem Thema einfach offen widmen können, nicht so diesen Druck spüren. Und ich hoffe auch, dass wir irgendwann in einer Gesellschaft leben, wo eben das Familienbild auch wieder anders gesehen wird. Nicht dieses Mutter/Vater/Kind, sondern dass man vielleicht auch mal wieder in ner Gemeinschaft aufwächst... Wenn sich das Familienbild öffnet, dass man Verantwortung auch mitträgt für Kinder von Freundinnen, oder bei meinen

Neffen ne größere Rolle zu spielen, oder auch, wenn sich diese Familienverbund auch ändert. Vielleicht kriegt mein Freund mit ner anderen Frau n Kind, ne? Einfach das Thema Familie anders zu denken...

Cut 31, Claudia, alleinerziehend?

Ich habe mich auch ein bisschen länger mit der Frage beschäftigt: Soll ich alleinerziehend werden? Soll ich ein Pflegekind aufnehmen oder ein Adoptivkind, oder wie auch immer. Solche alternativen Optionen. Und da habe ich so für mich gemerkt, ich glaube, das will ich gar nicht. Also wenn es auf einem natürlichen, also sozusagen auf einem natürlichen Wege klappt, dann ist super, und wenn nicht, ist es auch okay.