

Psychoziale Beratung bei unerfülltem Kinderwunsch in der EFL des Kirchenkreises Siegen

sz Siegen. Sich ein Kind zu wünschen und lange darauf warten zu müssen, erleben viele Paare als enorme psychische Belastung. Die meisten trifft es völlig unvorbereitet, wenn sie merken, dass sich die gewünschte Schwangerschaft nicht einstellt. Innerhalb der Familie oder im Freundeskreis wird nicht darüber geredet, da die Situation von den Betroffenen als Makel empfunden wird. Dies geht einher mit einer Beeinträchtigung des Selbstwertgefühls: „Wir schaffen etwas nicht, was das Normalste von der Welt ist“. Nicht selten geraten Paare darüber in eine Lebenskrise, die auch mit Schuldgefühlen verbunden sein kann. Manche Betroffene suchen die Schuld bei sich selbst. „Haben wir zu lange gewartet?“, fragen sie sich.

Eine solche Belastung oder gar Lebenskrise müssen Paare nicht allein durchstehen. Die Beraterinnen der Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstelle des Ev. Kirchenkreises Siegen (EFL) Heike Tönnes und Anette Schwarz-Ebert kennen die Lebenskrisen, in die ein unerfüllter Kinderwunsch führen kann und wissen Paare helfend zu begleiten. Beide gehören dem Beratungsnetzwerk Kinderwunsch Deutschland (BKID) an.

Ungewollte Kinderlosigkeit ist alles andere als selten. Etwa zwei Millionen Paare in Deutschland sind unfreiwillig ohne Nachwuchs, heißt es in einer Pressemitteilung der EFL. Nach Auskunft von Frauenärztin Dr. Elisabeth Bellersheim-Hebrock seien zehn bis 15 Prozent aller Ehen betroffen. Die Ursachen für eine Sterilität können sehr vielseitig sein und sind bei Mann oder Frau gleich häufig. Zehn bis 20 Prozent der Fälle bleiben ungeklärt. Bei einer Frau sind hormonelle Störungen deutlich



Heike Tönnes (l.) und Anette Schwarz-Ebert sind EFL-Beraterinnen und BKiD-zertifiziert.

Foto: Kirchenkrei

häufiger als organische Störungen. Aber auch Störungen mit psychosozialen Ursachen oder Folgen anderer Erkrankungen können eine Rolle spielen. Beim Mann sind neben organischen, hormonellen oder immunologischen Ursachen auch psychische Gründe wie Versagensängste, Leistungsdruck bekannt.

Viele Paare nähmen medizinische Hilfen in Anspruch, die beispielsweise die Frauenärzte, der Hausarzt oder ein Kinderwunschzentrum anbieten, so die EFL. Diese mit Hoffen und Warten verbundene Zeit sei psychische wie finanzielle Belastung und verursache seelischen Stress. Schnell könne die Phase der Hoffnung in Verzweiflung umschlagen. Hinzu kämen womöglich Schuldgefühle, wenn sich nach medizinischen Untersuchungen herausstellt, dass eine Zeugungsunfähigkeit vorliege. Hier könne eine Beratung helfen, die

belastende Kinderlosigkeit und die damit verbundenen Gefühle besser zu bewältigen, wissen Heike Tönnes und Anette Schwarz-Ebert. Tönnes: „Beratungsgespräche haben das Ziel, die Betroffenen zu entlasten, zu stabilisieren und so die Verarbeitung der aktuellen Lebenssituation zu unterstützen. Beratung kann dazu beitragen, sensibler für die eigenen Bedürfnisse zu werden und etwas entspannter mit dem Kinderwunsch umzugehen.“

Auch die Partnerschaft, die wegen des vorherrschenden Kinderwunschs oft in den Hintergrund gerate, könne dann wieder mehr in den Mittelpunkt gelangen. Schwarz-Ebert: „Die Paare können Wege finden, die gemeinsame Zeit wieder mehr zu genießen und das Schöne in der Partnerschaft zu entdecken“. Während einer medizinischen Behandlung mit ihrem Wechselbad der Gefühle sei die Beratung zudem ein Ort, wo Gefühle wie Trauer, Wut und Verzweiflung ausgedrückt werden könnten.

Inhalt der Beratungsgespräche ist oftmals auch die Frage, wie man ohne Kind ein erfülltes Leben führen kann. Die Annäherung an ein Leben ohne Kind werde in der Regel von den Betroffenen als schmerzhafter Prozess wahrgenommen, der Trauerarbeit notwendig mache. .

Neben der Einzel- und Paarberatung besteht auch die Möglichkeit, an einem Gruppenangebot teilzunehmen. Aktuell wird derzeit eine Selbsthilfegruppe für Paare und Einzelne mit Kinderwunsch aufgebaut. Interessierte können sich hierzu gerne in der EFL informieren. Ein Beratungstermin für Einzel- oder Paargespräche kann über das Sekretariat der EFL unter 0271-250 280 vereinbart werden.