

Geleitwort

Wir, die Männer, die die Erfahrungsberichte zu diesem Ratgeber geschrieben und ihn in seinem Entstehungsprozess mit kritischem Blick begleitet haben, sind alle selbst von Unfruchtbarkeit betroffen und kennen den unerfüllten Kinderwunsch aus eigener Erfahrung. Wir haben Höhen und Tiefen erlebt, in Krisenzeiten an uns und an der Welt gezweifelt und mit unserem Schicksal gehadert. Doch wir haben alle eine Lösung gefunden, die es uns ermöglicht, nicht nur ein zufriedenes, sondern ein glückliches Leben zu führen. Der wichtigste Antriebsgrund für das Aufschreiben unserer Erlebnisse war, unser positives Lebensgefühl weiterzugeben, das wir nach der Krise wieder entwickelt hatten.

Mit unseren Beiträgen zu diesem Buch möchten wir allen Lesern und Leserinnen, die sich mit männlicher Unfruchtbarkeit und Kinderlosigkeit auseinandersetzen müssen, Mut machen zum Aufbruch und zur Reise. Nur durch die aktive Auseinandersetzung mit dem unerfüllten Kinderwunsch kann die eigene seelische Belastung verarbeitet und bewältigt werden. Männer sollten ihren sehnlichen Wunsch nach einem eigenen Kind nicht verdrängen oder Gründe dafür suchen, warum es nicht »hätte sollen sein«. Anders als viele andere menschliche Begehren kann dieser elementare, dem Menschen eigene Wunsch nach einem Kind nicht abgeschnitten werden. Erfolgreich ist die Auseinandersetzung unserer Erfahrung nach auf jeden Fall, wenn man gemeinsam mit seiner Partnerin diese Lebenskrise besteht, ob mit oder ohne Kinder.

Wir hoffen, dass dieses Buch andere betroffene Männer durchaus auch ein wenig »wachrüttelt«. Wir kennen unsere männlichen Verhaltensmuster sehr gut, die guten und die problematischen, und wir wissen, was Frauen in dieser kritischen Phase alles leisten. Für die Auseinandersetzung mit der Kinderlosigkeit und für die Erarbeitung einer persönlichen Lösung ist gerade der fortwährende Dialog mit der Partnerin von höchster Wichtigkeit.

Ein weiteres Anliegen liegt uns am Herzen: Noch immer gehen manche Mediziner recht unbeholfen mit den Gefühlen von Männern und Frauen um, wenn es um die Diagnosestellung bei Unfruchtbarkeit und das Be-

sprechen von Behandlungsmöglichkeiten oder Lebensalternativen geht. Wir rufen daher die behandelnden Ärztinnen und Ärzte auf, den Gefühlen der Paare Platz und Zeit einzuräumen und ihre Gespräche und Behandlungen so zu konzipieren, dass auch deren emotionaler Zustand berücksichtigt wird. Viele von uns mussten in der Vergangenheit in dieser Hinsicht leider schlechte Erfahrungen machen. Wir glauben, dass viele emotionale Verletzungen vermieden werden können, wenn alle Beteiligten behutsam und einfühlsam miteinander umgehen.

Dieser Ratgeber gibt Antworten darauf, warum sich der Weg zu einem Kind immer lohnt, unabhängig davon, ob es ein Kind ist, mit dem man biologisch verwandt ist oder nicht. Wir möchten aber auch diejenigen Männer nicht vergessen, deren Kinderwunsch trotz vieler Mühen nicht in Erfüllung gegangen ist. Ihnen sei mit diesem Ratgeber Mut zugesprochen, denn auch Männer und deren Partnerinnen, die sich auf ein Leben ohne Kinder einstellen müssen, entwickeln langfristig eine genauso hohe Lebenszufriedenheit wie diejenigen, deren Kinderwunsch in Erfüllung gegangen ist. Wir hoffen, dass der Ratgeber nicht nur von Männern und ihren Partnerinnen, sondern auch von Fachkräften gelesen wird. Sie können damit aus erster Hand erfahren, wie Männer empfinden, wenn bei ihnen die Diagnose »unfruchtbar« gestellt wird: Auch wenn wir Männer häufig nach außen scheinbar gelassen bleiben und unsere Gefühle nur andeuten, bedeutet dies nicht, dass wir keine Gefühle von Verzweiflung und Gram empfinden. So manches Mal wünschen auch wir Männer, dass unsere Gefühle angesprochen werden.

Wir sind sicher, dass der Ratgeber Betroffenen Mut und Kraft gibt, ihre Situation zu meistern und wünschen ihm eine große Verbreitung.

Im Namen der 17 Männer, die die Erfahrungsberichte geschrieben haben,

Klaus D. Herzog und Karsten Lünow