

Sie lesen
gerne?

- **Für Wunscheltern**

BKiD: Unerfüllter Kinderwunsch - Broschüre für Männer, 2020
(www.bmfsfj.de | Service | Publikationen)

Wallraff D, Thorn P, Wischmann T: Kinderwunsch - der Ratgeber des BKiD. Kohlhammer 2022

Thorn P: Männliche Unfruchtbarkeit. Kohlhammer Verlag 2010

Zimmermann J, Wallraff D: Eine Familie mit Samenspende gründen. FamART 2016

- **für Angehörige**

Wischmann T, Stammer H: Der Traum vom eigenen Kind. Kohlhammer 2016

Wischmann T, Thorn P: Kinderwunsch? Beratung! Perspektiven der psychosozialen Kinderwunschberatung in Deutschland. FamART 2018

Sie wollen
mehr wissen?

Die Deutsche Gesellschaft für
Kinderwunschberatung - BKiD e.V.



ist ein Netzwerk zertifizierter psychosozialer Fachkräfte, die sich auf die Kinderwunschberatung spezialisiert haben. Auf der Webseite finden Sie auch in Ihrer Nähe Fachkräfte, die Ihnen für eine Kinderwunsch-Beratung zur Verfügung stehen.

Deutsche Gesellschaft für
Kinderwunschberatung - BKiD e.V.
info@bkid.de | www.bkid.de

Hier finden Sie Informationen des
Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend

www.informationsportal-kinderwunsch.de

Kinderwunsch?
Beratung!

Infos für Wunscheltern, ihre Freunde und Angehörige

Tipps für Wunscheltern

- **Alltagsstress macht nicht unfruchtbar**
Machen Sie sich daher keinen Stress mit dem Stress. Für eine erfolgreiche Bewältigung dieser Krise ist eine entspannte Haltung zwar hilfreich – schneller schwanger werden Sie deshalb aber nicht.
- **Die Reproduktionsmedizin verhilft nicht allen zum Kind**
Also ist es sinnvoll, wenn Sie sich möglichst früh mit Alternativen befassen. Dann haben Sie einen „Plan B“ an der Hand, falls Sie ihn brauchen.
- **Kinderwunschberatung ist hilfreich**
Ihr Kinderwunsch wird Ihnen dort nicht ausgedet. Mit einer dritten Person zu sprechen hilft erwiesenermaßen, um in der Krise Oberhand zu bewahren.
- **Frauen und Männer sind verschieden - aber nicht immer**
Häufig kommt es zur typischen Rollenaufteilung der „emotionalen“ Frau und des „rationalen“ Mannes. Tatsächlich aber kennt jeder Mensch beide Seiten. Auch Männer haben Gefühle, und auch Frauen können rational sein.
- **Alleinstehende und gleichgeschlechtliche Paare**
gehen besonders mutige Wege der Elternschaft. Zweifel und Skepsis sind normal. Wichtig sind fundierte Informationen und eine eigene Haltung auf Ihrem Weg.

Mehr Informationen www.bkid.de | Infos für Wunscheltern

© BKID



Tipps für Angehörige

- **“The road to hell is paved with: JUST RELAX!”**
Es mag ja gut gemeint sein, aber dieses „Entspannt euch, dann klappt es schon mit dem Schwanger werden!“ ist so ziemlich das Belastendste, was Kinderwunschpaare zu hören bekommen. Nahezu alle Gründe für ungewollte Kinderlosigkeit sind organisch, nicht psychisch.
- **Anteilnahme hilft, gute Ratschläge helfen nicht**
Auch auf „hilfreiche“ Seiten im Internet sollten Sie nicht verweisen, das bringt dem Paar nur mehr Verwirrung und Druck. Ein offenes Ohr wirkt manchmal dagegen Wunder.
- **Kinder nach Zeugung mit medizinischer Hilfe sind Enkelkinder, Neffen, Cousinsen wie andere auch**
Mit Designerbabys hat die Reproduktionsmedizin nichts zu tun. Aber viele Menschen haben nur mit medizinischer Hilfe die Chance auf ein Kind.

Mehr Informationen: www.bkid.de | Infos für Freunde & Angehörige

© BKID