

WUNSCHLOS GLÜCKLICH

„Wie, du willst kein Kind?“ – Frauen ohne Nachwuchs müssen sich im Alltag oft rechtfertigen. Warum provoziert dieses Thema so stark? Wir haben nachgeforscht.

TEXT: Andrea Pfeifer-Lichtfuss | FOTOS: Lilaw Kawani, Pexels/Matheus Natan, Unsplash/Guilherme Caetano



Sonja Leskowschek und Karin Gmeiner haben den Innsbrucker Stammtisch „Kinderlosfrei“ ins Leben gerufen.

Ich will keine Kinder“: ein Satz, der provoziert. Vor allem dann, wenn er von einer Frau ausgesprochen wird. Der Wunsch käme schon noch, wird daraufhin gerne entgegnet, sie habe nur noch nicht den Richtigen gefunden, und überhaupt, wer kümmere sich dann im Alter um sie? Kaum ausgesprochen, wird eine der wohl privatesten Lebensentscheidungen zur moralischen Prüfung.

Neuer Stammtisch. Sonja Leskowschek und Karin Gmeiner kennen solche Aussagen gut. Die beiden Innsbrucker Psychotherapeutinnen leben ohne Kinder und haben „Kinderlosfrei“ gegründet, einen Stammtisch für Frauen ohne Nachwuchs. Was als loses Treffen begann, ist längst zur Community herangewachsen. Der Name ist bewusst doppeldeutig gewählt: „Wir möchten nicht trennen zwischen ‚kinderfrei‘ oder ‚kinderlos‘. Das ist auch der Grund für den Namen ‚Kinderlosfrei‘; es soll für alle Platz sein“, erklärt Sonja Leskowschek. Denn die Gründe für ein Leben ohne Kinder sind so vielfältig wie individuell: In der Gruppe treffen Frauen aufeinander, die keine bekommen können, andere, die sich bewusst dagegen entschieden haben und wieder andere, die noch unsicher sind.

Raum fürs Frausein. Die Treffen sind locker, offen und vielseitig. „Wir betonen immer: Das ist keine Therapie- oder Selbsthilfegruppe. Es geht uns darum, den Fokus auf das zu legen, was für uns ein gutes Leben ausmacht“, erklärt Leskowschek. Natürlich sei das Leben ohne Kinder Thema – aber längst nicht das einzige. Es gehe auch um Gleichstellung, Selbstbestimmung, das Leben auch Frau. Und manchmal ganz praktisch: gemeinsame Aktivitäten oder den Austausch zu Büchern und Podcasts. Die Resonanz auf das Projekt ist bisher positiv: „Es gab kaum negative Rückmeldungen“, berichtet Leskowschek. Zwei Männer hätten in einem Online-Kommentar das Projekt als „krank“ bezeichnet – glücklicherweise eine Ausnahme. Viel häufiger seien die Reaktionen aber unterstützend: „Es haben sich sogar viele Mütter positiv geäußert. Eine hat beispielsweise geschrieben, dass sie sich so ein Angebot in einer früheren Lebensphase gewünscht hätte“, erzählt sie.

Fehlende Berührungspunkte. Dass es für Frauen ohne Kinder eigene Räume braucht, liegt für die beiden Initiatorinnen auf der Hand. Mütter begegnen einander im Kindergarten, in der Schule oder bei Freizeitaktivitäten ihrer Kinder – Frauen ohne Kinder fehlt diese soziale Infrastruktur. Dazu kommt: Gerade im patriarchal geprägten Tirol ist die Skepsis gegenüber kinderlosen Frauen groß. „Das merkt man gerade an den Reaktionen aus ländlichen Regionen“, sagt Karin Gmeiner. Die Kleinfamilie mit Kindern sei hier die Norm – und wer abweiche, werde schnell be- oder verurteilt; nicht selten auch von der eigenen Familie. „Wenn man dann auch noch single ist, ist man doppelt stigmatisiert.“

Wider die Natur? Kaum ein Rollenbild hält sich so hartnäckig wie das →

Ich wünsche mir
weniger Bewertung
und mehr ehrliches
Interesse.

Sonja Leskowschek, Psychotherapeutin

der Mutter. Immer wieder wird es mit sogenannten Biologismen gestützt – also dem Versuch, gesellschaftliche Erwartungen durch vermeintliche biologische Gesetze zu begründen. Die Frau sei demnach zur Mutterschaft bestimmt, und wer diesen „natürlichen Zweck“ nicht erfüllt, gilt als egoistisch oder defizitär. Dass das Ideal der Kleinfamilie mit dem biologischen Potenzial einer Frau, bis zu 15 Kinder zu gebären, ebenso wenig zu tun hat, wird dabei gerne ignoriert. „Die Entscheidung, Mutter zu werden, wird gesellschaftlich ganz klar positiv bewertet. Und die Entscheidung dagegen wird meist als Mangel gedeutet“, fasst Karin Gmeiner zusammen.

Kritik aus eigenen Reihen. Auffällig ist, dass der schärfste Gegenwind oft von anderen Frauen kommt. Warum? „Weil andere Lebensentwürfe die eigenen Überzeugungen ins Wanken bringen können“, vermutet Karin Gmeiner. Wer selbst nie wirklich frei entscheiden konnte, empfinde alternative Modelle eher als Bedrohung. Leskowschek sieht darin auch ein strukturelles Problem: „Wir Frauen wurden sozialisiert, uns über männliche Anerkennung zu definieren – dazu gehört etwa, dass wir uns gegeneinander ausspielen.“

Kinder und Freundschaft. Ein Thema, das beim „Kinderlosfrei“-Stammtisch immer wieder aufkommt: Freundschaften, die sich verändern, sobald Kinder ins Spiel kommen. „Wenn eine Freundin Mutter wird, ändert sich plötzlich sehr viel. Das ist mitunter ein schmerzhafter Prozess“, sagt Karin Gmeiner. Der gewohnte Austausch bricht ab, Prioritäten verschieben sich, Nähe wird seltener. Damit Freundschaften diese Umbrüche überstehen,

Die Kleinfamilie mit Kindern ist immer noch die Norm. Wer davon abweicht, wird verurteilt.

Karin Gmeiner, Psychotherapeutin



braucht es Offenheit und gegenseitiges Verständnis. „Man muss akzeptieren, dass die Verbindung nicht immer gleich intensiv bleibt“, so Gmeiner. „Es gibt Phasen der Distanz – und Phasen, in denen man sich wieder annähert. Entscheidend ist, in Kontakt zu bleiben und ehrlich auszusprechen, was weh tut.“

Er will, sie nicht? Auch Partnerschaften werden beim Kinderthema auf die Probe gestellt – besonders dann, wenn die Vorstellungen auseinandergehen. „Man kann nicht ewig auf eine Entscheidung warten, die vielleicht nie kommt“, sagt Sonja Leskowschek. „Es bringt nichts, zu hoffen, dass sich der:die andere schon noch umentscheidet.“ Die Therapeutinnen raten zu einem Blick unter die Oberfläche: „Entscheidend ist weniger, ob beide das Gleiche wollen, sondern ob sie die gleiche Haltung und Verantwortungsbereitschaft teilen“, sagt Gmeiner. „Man sollte gemeinsam ehrlich hinschauen: Was steckt hinter dem Wunsch – oder dem Widerstand? Sind es Ängste? Lebensvorstellungen? Und dann bewusst eine Entscheidung treffen.“

Workshop zur Kinderfrage. Für Frauen, die genau an diesem Wendepunkt stehen, bieten Sonja Leskowschek und Karin Gmeiner einen Workshop mit dem Titel „Mutter werden oder kinderlosfrei bleiben?“ an. Der dreistündige Einstiegskurs lädt dazu ein, die eigenen Beweggründe rund um das Thema Kinder zu hinterfra-

gen und Unsicherheiten sichtbar zu machen. „Ziel ist es, einen ersten Impuls zur Reflexion zu setzen. Woher kommt mein Zweifel? Was sind meine Ängste? Was beeinflusst mich dabei – bewusst oder unbewusst?“, erklärt Karin Gmeiner. Besonders berührend sei für sie der Moment, in dem die Teilnehmerinnen erkennen: Ich bin mit diesen Fragen nicht allein. „Dieser Austausch hilft vielen spürbar.“

Neugier statt Vorurteile. Was beide sich von der Gesellschaft wünschen würden? Echtes Interesse statt vorschneller Urteile. „Wenn Menschen wirklich neugierig wären, würden sie nicht fragen: ‚Warum hast du keine Kinder?‘, sondern: ‚Erzähl mir mal, wie du lebst. Was ist dir wichtig?‘“, sagt Sonja Leskowschek. Das wäre ein erster wichtiger Schritt zu mehr Empathie und Offenheit. Und zu einer Gesellschaft, in der ein Leben ohne Kinder nicht als Makel gilt – sondern einfach als eines von vielen möglichen. ●

„MUTTER WERDEN ODER KINDERLOS-FREI BLEIBEN?“

Workshop mit Karin Gmeiner und Sonja Leskowschek

Dauer: drei Stunden

Nächster Termin: 6. November 2025

Anmeldung unter hallo@kinderlosfrei.at

„KINDERLOS-FREI“-STAMMTISCH

Nächster Termin: 22. Oktober 2025, 19.15 Uhr

Wo: entfaltungsRAUM (Universitätsstraße 24, 6020 Innsbruck)

Anmeldung unter hallo@kinderlosfrei.at