



## Ehrlich jetzt!

Franziska Wolffheim hat schon viele Interviews mit Männern geführt. Selten ist ihr allerdings jemand begegnet, der so offen über seine Gefühle und Beklemmungen spricht wie der zeugungsunfähige BENEDIKT SCHWAN. Wobei – begegnet sind sich die beiden nicht real; Corona-bedingt wurde das Interview online geführt. Von einem distanzierten Gespräch kann trotzdem nicht die

Rede sein: «Wären mehr Männer so ehrlich wie Schwan, bräuchte es weniger Eheberaterinnen und Coaches», so Franziska Wolffheim.  
Seite 40.



## R E P O R T A G E N

- 22 **Kunst ist Widerstand** Und Kultur ein Menschenrecht. Ein Interview mit der Uno-Sonderberichterstatterin Karima Bennouna
- 30 **Jagged Little Comeback** Auf ihrem neuen Album zeigt sich Alanis Morissette lösungsorientiert
- 40 **«Zeugungsunfähig kommt gleich nach impotent»** Der Journalist Benedikt Schwan über die schwerste Recherche seines Lebens
- 46 **Der Garten Eden, bio-zertifiziert** Das indische Sikkim ist der erste Bio-Bundesstaat der Welt. Ein Modell, das Schule machen könnte

## A N G E B O T

- 29 **Richtig gut essen** Info-Abend und Masterclass zu gesunder Ernährung von annabelle und dem komplementärmedizinischen Zentrum Jivita

# IM NIEMANDS-VATERLAND

Wie fühlt sich ein Mann, der erfährt, dass er unfruchtbar ist? Benedikt Schwan weiss, wie sehr eine solche Diagnose am männlichen Ego kratzt – aus eigener Erfahrung.

Interview: Franziska Wolffheim  
Illustration: Alessandro Gottardo

annabelle: Benedikt Schwan, vor knapp vier Jahren waren Sie in einem Kinderwunschzentrum und haben Ihr Sperma untersuchen lassen. Die Diagnose: Sie sind unfruchtbar. Wie haben Sie diesen Moment erlebt?

Benedikt Schwan: Mein Gefühl war dumpf und niedergeschlagen, als hätte mir jemand eins übergezogen. Ich wollte es einfach nicht glauben. Das ist wohl wie bei einer Krebs- oder HIV-Diagnose: Man hofft, es ginge eigentlich um jemand anderen.

Ist es Ihnen schwer gefallen, in dieses Zentrum zu gehen?

Ja, es fühlte sich ein bisschen so an, als würde ich dort nicht hingehören. Es sind sehr traurige Orte, zumindest wenn es dann trotz all der dort vorhandenen Technik nicht klappt mit dem Kinderwunsch – und das kommt häufiger vor, als man denkt. Meine Frau und ich wollten gern Kinder haben, aber es hat über Jahre nicht funktioniert. Deshalb habe ich mich untersuchen lassen, ich war 41. Eigentlich wollte ich gelassener sein: Entweder es klappt, dass wir Kinder bekommen, oder eben nicht. Doch dann merkte ich, dass ich diese Gelassenheit überhaupt nicht hatte. Ich sass in einer Kabine, musste einen schlechten Porno anschauen, um ein Ejakulat abliefern zu können. Das war schon schräg,

aber ich habe es hinbekommen. Am selben Tag hatte ich das Ergebnis: Es wurden keine Spermien im Ejakulat gefunden. Der Fachbegriff dafür ist Azoospermie, etwa ein Prozent der Männer sind davon betroffen.

Haben Sie sich auf diesen einen Test verlassen?

Nein. Ein paar Monate später habe ich eine zweite Spermienanalyse machen lassen und dann sogar noch einen dritten Test, bei dem das ganze Ejakulat und nicht nur Teile analysiert wurden. Dabei kam wieder raus, dass ich steril bin. Dieses Auf und Ab von Hoffnung und Ernüchterung war für mich sehr schmerzlich. In der Zwischenzeit habe ich einiges in meinem Leben verändert, zum Beispiel mehr Sport gemacht, meine Ernährung umgestellt, Gewicht reduziert. Ich dachte, ich hätte vielleicht Probleme mit den Spermien, weil ich zu dick bin.

Welchen Klang hat das Wort «steril» für Sie?

Es ist für mich relativ neutral. Das Wort «zeugungsunfähig» ist belastender, weil da auch «unfähig» drin steckt.

Nur «impotent» ist schlimmer, zumindest im typischen Männergehirn.

Ich denke schon. «Impotent» ist das härteste, «zeugungsunfähig» kommt gleich danach. Ich kann quasi diesen biologischen Job nicht erfüllen. Wir Menschen können so vieles, sogar zum Mond fliegen. Aber wenn



## “MAN ENTWICKELT DEN GEDANKEN, DASS MAN EIN MÄNGELWESEN SEI, NICHT MEHR VOLLWERTIG”

ich das nicht tun kann, was eigentlich alle können, nämlich Kinder zeugen, ist das schon traurig. Um es flapsig zu sagen: Ich stehe meinen Mann, verschieße dann aber Platzpatronen. Das Ejakulat sieht mit blossen Auge genauso aus wie jedes andere, aber wenn man unterm Mikroskop nachschaut, findet man keine Samenzellen.

Wie sehr nagt die Unfruchtbarkeit an Ihrem männlichen Selbstwertgefühl?

Da ist schon ein signifikantes Schamgefühl bei mir, man entwickelt manchmal den Gedanken, dass man ein Mängelwesen sei, nicht mehr vollwertig. Man fühlt sich wie auf dem Pausenplatz.

Haben Sie das Gefühl, dass Ihre Frau Sie jetzt anders sieht, sozusagen als «schlechteren» Mann?

Nein. Meine Frau hat sehr gelassen und zugewandt reagiert. Das liegt vielleicht dran, dass sie nie einen sehr dringenden Kinderwunsch hatte. Ganz schlimm wäre es gewesen, wenn sie mich deshalb verlassen hätte. Ich habe sie sogar gefragt, ob wir uns trennen sollen, ich will ja nicht, dass sie unglücklich ist. Sie hat geantwortet: Du spinnst wohl, niemals!

War es Ihnen bang, als Sie die Frage gestellt haben? Nicht wirklich. Ich hatte nur einen kurzen Moment lang Angst. Sie hat mich sofort aufgefangen und gesagt, dass wir es schaffen und auch andere Möglichkeiten ausprobieren können, um Kinder zu bekommen. Wir sind seit 14 Jahren verheiratet, haben eine sehr enge Beziehung, ich fühle mich bei ihr aufgehoben. Es ist für mich auch ein Liebesbeweis, dass sie mich so nimmt, wie ich bin, auch mit meiner Sterilität. Das zeigt mir, dass ich die richtige Person geheiratet habe.

Das tönt sehr harmonisch. Gab es bei Ihrer Frau keine Momente der Traurigkeit?

Doch, die gab es und die gibt es immer noch. Gerade wenn sie im Freundeskreis andere Kinder erlebt, ist es nicht einfach für sie. Oder wenn sie in einem Laden einen coolen Kinderwagen entdeckt. Sie hat mir gestanden, dass sie mir ihre Gefühle nicht unbedingt unter die Nase reiben will, um mich nicht zusätzlich zu belasten.

Haben Sie gemeinsam Hilfe gesucht, etwa in einer Paartherapie?

Ja, das haben wir gemacht, ich halte es allgemein für eine gute Idee, sich Hilfe zu suchen, wenn mal Schwierigkeiten in der Beziehung auftreten. Unsere Therapeutin war eine sehr relaxte Mutter, sie hat aus dem Problem ein bisschen die Spannung rausgenommen. Sie hat uns

darin bestärkt, dass die Welt sich trotzdem weiter dreht, wenn die Beziehung okay ist, auch ohne Kind.

Hat sich die Beziehung zu Ihrer Frau durch die Diagnose verändert?

Ich denke, wir gehen noch etwas pfleglicher miteinander um, als wir es vorher schon gemacht haben. Vielleicht haben wir unseren Hund noch ein bisschen lieber, er war immer unser Ersatzkind. *(lacht)*

Weiss Ihre Frau eigentlich, ob sie schwanger werden kann? Normalerweise werden ja erst mal die Frauen schief angesehen, wenn ein Paar kein Kind bekommen kann.

Ja, das weiss sie. Ich hatte mich zuerst testen lassen, weil die Untersuchung für Männer einfacher ist. Meine Frau hat sich danach untersuchen lassen, sie war mittlerweile Anfang vierzig. Trotz ihres Alters gab es bei ihr keine Probleme.

Wissen Sie, wie es zu Ihrer Sterilität gekommen ist?

Das ist völlig unklar. Unter Umständen spielen genetische Faktoren eine Rolle, aber genau weiss man das nicht. Es ist auch nicht sicher, ob ich von Anfang an steril war oder ob das erst später passiert ist. Früher, wenn ich mit Freundinnen Sex hatte, habe ich sie auch mal gefragt, wie das Männer gern tun: Nimmst du eigentlich die Pille? Ich wäre nie auf den Gedanken gekommen, dass das vielleicht gar nicht nötig gewesen wäre.

Ist die Unfruchtbarkeit in Ihrem Kopf immer präsent, oder können Sie sie auch mal ausblenden?

Das Thema begleitet mich immer wieder, als Grundströmung im Hinterkopf. Das ist so, wie wenn jemand gestorben ist, man vergisst es, und dann fällt es einem wieder ein. Bei mir ist quasi jemand Ungeborenes gestorben. Das ist schon heavy.

Spüren Sie Neid, wenn Sie auf der Strasse Familien mit Kindern sehen?

Das kommt durchaus vor. Ich habe das Gefühl, von einem Teil der Existenz ausgeschlossen zu sein. Ich wäre sehr gern Vater, mag es, Kindern etwas zu erklären. Die Kinderlosigkeit holt mich immer wieder ein, auch wenn ich gar nicht damit rechne. Ein Beispiel: Meine Frau und ich sind gerade auf Wohnungssuche. Bei einer Wohnung, die uns angeboten wurde, hätten wir auf den Aussenbereich einer Kita geschaut, bei einer anderen auf einen Spielplatz. Das war mir dann doch zu viel.

Im Buch, das Sie über Ihre Unfruchtbarkeit geschrieben haben, erzählen Sie von einer britischen Wissenschaftlerin, die auf einem Langstreckenflug neben Ihnen sass und offensichtlich keine Kinder hatte. Die Kinderlosigkeit der Frau hat Sie regelrecht sauer gemacht. Warum das?

Weil sie und ihr Mann eine Wahl hatten, die meine Frau und ich nicht haben. Sie haben ihre biologische Möglichkeit offenbar nicht genutzt.

Das tönt so, als müsse jeder, der biologisch dazu in der Lage ist, Kinder bekommen.

Nein, meine Wut auf die Frau und ihren Mann ist natürlich überhaupt nicht rational. Aber ich rate allen, die Kinder haben wollen, damit nicht allzu lang zu warten. Meine Frau und ich haben den Fehler gemacht, viele Jahre erst mal an unsere Karrieren zu denken und das Thema auf die lange Bank zu schieben. Ich selbst habe mich an meinen Eltern orientiert, die beide 35 waren, als sie mich bekommen haben. Ich dachte, auch bei meiner Frau und mir ist noch Zeit. Heute mache ich mir deshalb grosse Vorwürfe.

Warum Vorwürfe?

Weil in jüngeren Jahren auch die Chancen, mit Hilfe der Reproduktionsmedizin Kinder zu bekommen, grösser sind. Meine Frau und ich haben zum Beispiel über eine künstliche Befruchtung im Reagenzglas nachgedacht. Dafür würde man zunächst untersuchen, ob in meinem Hoden noch Spermien sind. Wenn ja, würde man die Spermien operativ entfernen. Die Prozedur ist allerdings nicht ohne, und Männer lassen sich ungern an den Sack fassen. Auch für meine Frau, die jetzt 43 ist, ist die Behandlung, das heisst die Entnahme des Eies und die notwendige Hormongabe, nicht ohne Risiko. Wären wir jünger, hätten wir das viel eher gemacht. Heute möchte ich meiner Frau die Prozedur eigentlich nicht zumuten.

Eigentlich?

Wir sind noch nicht ganz am Ende unserer Überlegungen. Wir erwägen alternativ, ob wir ein Pflegekind in unsere Familie holen und später adoptieren. Das Adoptionsverfahren ist jedoch nicht einfach. Ohne Adoption müssten wir das Pflegekind nach einiger Zeit vielleicht wieder abgeben. Ich weiss nicht, ob wir das verkraften würden.

Haben Sie sich mit anderen Männern ausgetauscht, die ähnliche Probleme haben wie Sie?

Die meisten wollen darüber nicht reden, das Thema ist für sie tabu. Ich habe mit einigen Männern für mein Buch gesprochen, die aber anonym bleiben möchten. Bei manchen ist die Beziehung zerbrochen, ihre ganze Existenz ist plötzlich infrage gestellt.

Was haben Sie bei Ihren Recherchen sonst noch erlebt?

Ich hatte ein sehr schönes Erlebnis, das war aber purer Zufall: In Berlin bin ich mit einem türkischstämmigen Taxifahrer gefahren, der mir gestand, dass er ebenfalls unter Azoospermie leidet. Er hat sich operativ Spermien aus seinem Hoden entnehmen lassen für eine künstliche Befruchtung. Heute ist er ein glücklicher Vater, und wenn er abends Taxi fährt, sagt er seinem Kind per Videochat gute Nacht.

Das hat Ihnen Mut gemacht?

Schon. Aber auch bei ihm war es nicht unproblematisch, dreimal hatte es nicht geklappt mit der künstlichen Befruchtung.

Hat Ihnen das Buch geholfen, Ihre Unfruchtbarkeit besser zu verarbeiten?

Ja. Es hatte etwas Tröstliches, dass ich nicht der Einzige bin, auch andere Männer leiden sehr unter ihrer Sterilität. Durch die gemeinsamen Gespräche sind meine negativen Gefühle ein bisschen weniger geworden.

Hatten Sie keine Hemmungen, an die Öffentlichkeit zu gehen?

Ich habe stark mit mir gerungen. Aber es war gut, mich auch wissenschaftlich mit meiner Sterilität auseinander zu setzen, das hilft, Abstand zu bekommen, das Thema zu versachlichen. Dadurch konnte ich die Traurigkeit ein Stück weit verdrängen. Ausserdem finde ich es wichtig, dass die männliche Unfruchtbarkeit aus der Tabuzone heraus kommt, dass über Azoospermie mehr geforscht wird. Die Fortpflanzungsmedizin konzentriert sich derzeit vor allem auf die Frau. Und schliesslich sind leider immer mehr Männer steril oder zumindest weniger fruchtbar, das ist wissenschaftlich nachgewiesen. Mein Buch soll auch ein Ratgeber sein und Tipps geben, was Männer und ihre Frauen in dieser Situation tun können.

Das Buch ist auch eine Reise geworden.

Ich habe Forscher in Deutschland, Amerika und Israel getroffen und versucht zu verstehen, was Vatersein überhaupt bedeutet. So traf ich den Mann mit den meisten Kindern Nordamerikas, einen polygamen fundamentalistischen Mormonen, der gerade Kind Nummer 150 gezeugt hatte. In Japan konnte ich mir ansehen, wie eine Nation lebt, in der viele Menschen keine Kinder mehr haben wollen und die dadurch langsam ausstirbt.

In Ihrem Buch beschreiben Sie sich auch als Perfektionisten, der gern die Kontrolle über sein Leben behält. Wie kommen Sie damit zurecht, dass Ihnen die Natur einfach dazwischengrätscht?

Mir fällt das sehr schwer. Meine Sterilität hat mir gezeigt, dass sich das Leben nicht minutiös planen lässt, dass ich loslassen muss. In meinem Arbeitsleben konnte ich meist die Dinge so machen, wie ich sie machen wollte. Dass ich unfruchtbar bin, ist wohl der härteste Schlag, den ich bislang abbekommen habe. •



Benedikt Schwan ist Wissenschaftsjournalist für Print- und Onlinemedien und Radio. «Ohnekind. Männlich, Kinderwunsch, steril. Was es heisst, zeugungsunfähig zu sein» (256 Seiten, ca. 32 Fr.) ist sein erstes Buch und im Heyne-Verlag erschienen