

**Zeitschrift:** Akzent : Magazin für Kultur und Gesellschaft  
**Herausgeber:** Pro Senectute Basel-Stadt  
**Band:** - (2021)  
**Heft:** 1: Familienbande

**Artikel:** Die Bausteine des eigenen Lebens ordnen : wer bin ich? Wo komme ich her?  
**Autor:** Braun, Evelyn / Cina, Annette  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1036856>

#### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

#### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 18.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

Die Bausteine des eigenen Lebens ordnen

# Wer bin ich? Wo komme ich her?

Akzent Magazin: Was bedeutet es für ein Kind, oder einen Erwachsenen, nicht zu wissen, woher er oder sie kommt?

**Annette Cina:** Das ist die ganz grosse Frage, dieses «Wer bin ich?». Und diese Frage stellt sich ein Kind schon sehr früh: Wer bin ich? Es vergleicht sich mit den Eltern, den Geschwistern, es sucht nach Ähnlichkeiten beim Grosspapi, beim Grossmami. Kinder lieben es, wenn die Eltern über ihre Herkunft reden. Da hören sie gebannt zu, mit ganz grossen Augen.

**Das lieben ja auch Erwachsene: Stammbaumforschung ist ein überaus beliebtes Steckenpferd.**

Ja, das geht in die gleiche Richtung. Man will wissen, woher man kommt. Dieses Gefühl gibt Sicherheit. Das Wissen, dass meine Vorfahren bis in vergangene Jahrhunderte nachweisbar sind, das verstärkt positiv das eigene Gewicht. Ein Teil der eigenen Geschichte, die mich erklärbar macht und die mich einbettet in ein Umfeld.

«Kinder lieben es, wenn die Eltern über ihre Herkunft reden. Da hören sie gebannt zu.»

«Die Kenntnis der Abstammung an sich ist ein Menschenrecht, welches eine Person wahrnehmen kann oder nicht.» Dieser Grundsatz ist in der UN-Kinderrechtskonvention verbürgt, der die Schweiz 1989 beigetreten ist. Doch nicht immer ist es klar, wer die leiblichen Eltern sind. Ob Adoption, Samenspende oder Leihmuttertum: Wie wichtig ist es, zu wissen, woher man kommt? Ein Gespräch mit der Kinder- und Jugendpsychotherapeutin sowie Familienforscherin Annette Cina.

Interview Evelyn Braun

Wenn das Kind in einer Adoptionsfamilie aufwächst, hat es dort auch eine Familie. Es ist einfach die soziale und nicht die biologische Familie. Worin liegt für die Identitätsfindung der Unterschied? Die eigene Identität, auch beim Erwachsenen, setzt sich aus verschiedenen Puzzleteilchen zusammen. Aber immer stellt sich die Frage: Wo komme ich her? Wo gehöre ich dazu? Die soziale Elternschaft ist natürlich ausschlaggebend dafür, ob sich ein Kind gut entwickelt und entfaltet. Aber die Frage «Wer bin ich wirklich?» können Adoptiveltern oftmals nicht vollständig beantworten. In einer offenen Adoption ist das einfacher, wenn das Kind weiß, das sind nicht meine leiblichen Eltern. Und wenn diese bekannt sind, hat es auch die Möglichkeit, später mit ihnen Kontakt zu haben. Dann erhält das adoptierte Kind die Möglichkeit, sich ein eigenes Bild zu machen, die eigene Geschichte zu verstehen. Zu verstehen, warum hat mich die Mama weggegeben, oder auch der Vater, warum konnten meine Eltern nicht für mich sorgen?

Viel schwieriger ist es, wenn die biologische Elternschaft unbekannt ist. Frü-

Annette Cina forscht an der Universität Fribourg zum Thema Familien. ►



Foto: zVg

her blieb die Adoption regelmässig anonym. Man ging davon aus, dass die Anonymität dem Kindeswohl dient. Die Realität hat aber gezeigt, dass die Kinder meist doch merken, dass da etwas nicht stimmt und auf die eine oder andere Weise auf die Adoption stossen.

**Auch wenn das Kind in einem liebevollen Umfeld aufgewachsen ist?**

Die Erwartung, dass es reicht, wenn ich als Eltern alles, mein Bestes, gebe, ist eine falsche Erwartungshaltung. Das ist auch bei leiblichen Eltern so. Die Persönlichkeitsentwicklung, die Selbstständigkeitsentwicklung bringen Fragen mit sich. Wenn Eltern die Erwartung haben, dass sie alles erfüllen können, so ist diese Erwartung falsch. Sie können nicht alles erfüllen. Bei der Adoption kommt noch dazu: Sie können die Geschichte des Kindes oftmals nicht

vervollständigen. Ein Teil der Geschichten fehlt, oft kennen auch die Adoptiveltern diese nicht. Wenn sie aber verschweigen, dass das Kind adoptiert ist, kommt ein Tabuisierungsstress dazu. Dieses Tabu, diesen Stress, den spürt das Kind. Etwa wenn die Eltern abblöcken, weil es fragt, warum es nicht die gleiche Haarfarbe hat wie das Mami. Es spürt diese Abwehr, dieses Ausweichen, aber es versteht nicht, warum. Ein spätes Aufklären des Kindes kann diesem viel Schmerz zufügen, sein Vertrauen und die Beziehung zu den sozialen Eltern stark belasten.

**Ist das nicht frustrierend für die Adoptiveltern, die dem Kind sehr viel geben haben?**

Die Adoptionsfamilie kann einem Kind sehr viel geben, die ganze behütete Umgebung. Für die Entwicklung eines Men-

.....  
**«Wenn Eltern die Erwartung haben, dass sie alles erfüllen können, so ist diese Erwartung falsch. Sie können nicht alles erfüllen.»**  
.....

schen spielen jedoch verschiedene Faktoren eine Rolle. Die biologischen Gene bestimmen die Anlagen. Aber wie sich das Kind entwickeln wird, da spielt die soziale Umgebung eine riesige Rolle. Ein Kind, das keine Bindungen erlebt, ist zum Beispiel deutlich gefährdeter als eines, das in einer Familie oder einem Umfeld aufwachsen kann, in dem es immer wieder spürt, dass es dazugehört, auf- und angenommen ist. Das ist einfacher, wenn die Adoption recht früh erfolgt, so dass das Kind zur Adoptivfamilie eine Bindung aufbauen kann.

**Eigentlich steckt hinter jeder Adoption eine Tragik, eine Notsituation, sonst gibt man ja sein Kind nicht zur Adoption frei. Bleibt dieses Trauma, dieser dunkle Fleck? Dem ist so. Auch wenn man die genauen Umstände nicht kennt, können hypothetische Erklärungen helfen, ein mehr oder weniger schlüssiges Bild aufzubauen. Etwa im Falle einer Adoption infolge einer Kriegssituation in einem Land. Ein Kind baut aus dem, was**

es weiß, was ihm erzählt wird, eine eigene Identität auf. Vielleicht entspricht diese nicht der Realität, dennoch kann das potenziell Erklärungen geben.

**Wenn ein Kind in der Pubertät über die Stränge haut, kommt dann vielleicht der Gedanke: «Das ist jetzt so, weil es nicht meine «guten» Gene hat?»**

Diese Frage kann bei Eltern entstehen. Es ist eigentlich eine Frage danach, warum ein Kind Schwierigkeiten entwickelt. Es ist die Frage nach der Schuld. Und es ist auch eine Art Selbstschutz.

**«Die biologischen Gene bestimmen die Anlagen. Aber wie sich das Kind entwickeln wird, da spielt die soziale Umgebung eine riesige Rolle.»**

sich sagen zu können: Nicht ich bin daran schuld, sondern die Gene. Oder Komponenten aus der Vergangenheit des Kindes. Doch auch leibliche Eltern sind nicht immer schuld. Viele Faktoren sind dafür verantwortlich, dass sich ein Kind gut entwickeln kann.

**Hat ein adoptiertes Kind in einer Familie mit leiblichen Kindern eine Aussenseiterrolle?**

Es kommt darauf an, wie das adoptierte Kind in die Familie integriert wird. Es ist extrem wichtig, dass die bereits vorhandenen Kinder einbezogen werden, wenn ein adoptiertes Kind dazukommt. Offenheit ist sicher der beste Schlüssel für die Familienzufriedenheit. Dass man darüber spricht, welche Rolle das «neue» Kind hat. In der Familie gehört jeder einzelne dazu. Die Frage ist, wie es die Familie schafft, mit dieser grossen Aufgabe umzugehen.

**Ein anderes Thema: Das ganze Gebiet der künstlichen Befruchtung, der Samenspende. Da wird viel über Wissenschaftliches, Technisches gesprochen. Auch über die Sicht der Frau, die mit allen heute möglichen Mitteln Mutter werden möchte. Aber wenig über das Kind, das daraus entsteht. Täusche ich mich da?**

Zu Kindern, die dank Samenspende gezeugt wurden, gibt es tatsächlich wenig Studien. In dieser Familiensituation ist es jedoch so, dass das Kind stark gewollt ist, von beiden Elternteilen, und dass es ganz früh zur Familie kommt. Das sind andere Voraussetzungen als bei einer Adoption. Bei der Samenspende ist die Bindung zur Mutter ganz früh schon vorhanden. Das ist ein anderer Start ins Leben.

**Obwohl in der Schweiz verboten: Was bedeutet Leihmutterchaft für das daraus entstehende Kind?**

Auch diese Kinder sind von den Eltern gewollt. Die Eltern nehmen oftmals einen grossen Aufwand auf sich, um sich den Kinderwunsch zu erfüllen. Die Frage nach der Identität des Samenspenders kann dann allerdings durchaus auch kommen. Studien zeigen, dass es wichtig ist, Kinder relativ früh über ihre Herkunft aufzuklären.

Man rät klar davon ab, eine Samenspende zu verheimlichen. Das Kind muss wissen, dass es künstlich gezeugt worden ist. Heute kann man damit offener umgehen, und somit ist es auch für das Kind einfacher. Schlimm ist es, wenn die Eltern zu lange mit der Aufklärung über die Entstehung des Kindes warten. Dann ist dieses plötzliche Wissen ein Schock. Denn dann hat das Kind sein Selbstbild auf unwahren Tatsachen aufgebaut. Das Gefühl, man hat mich über Jahre hinweg belogen, ist ein Vertrauensbruch, aus dem wirklich Beziehungsstörungen entstehen können.

## Die Familienforscherin

Dr. Annette Cina (1970) ist Psychologin und Psychotherapeutin. Nach dem Studium der Psychologie und der Religionswissenschaften an der Universität Fribourg und einem Auslandaufenthalt in Australien machte sie 2005 das Doktorat an ihrer Alma Mater. Danach folgte bis 2014 die Ausbildung zur Psychotherapeutin mit dem Schwerpunkt Verhaltenstherapie an den Universitäten Fribourg und Zürich. Heute unterrichtet sie am Institut für Familienforschung und -beratung der Universität Fribourg, arbeitet als Koordinatorin sowie Oberassistentin und ist in eigener Praxis als Psychotherapeutin tätig. Die 49-Jährige ist verheiratet und Mutter dreier Kinder. Sie lebt mit ihrer Familie in Fribourg.

Wie kommt man zur Ruhe, wenn die Suche nach dem leiblichen Vater im Sand verläuft, was oft der Fall ist?

Wenn der Erzeuger unbekannt bleibt, dann muss sich das Kind damit abfinden, dass es diesen Baustein im Leben nicht einordnen kann. Das ist keine einfache Aufgabe. Es muss eine positive Sicht, eine Akzeptanz zu sich selbst aufbauen.

Wirkt sich das später auf die eigene Bindungsfähigkeit aus, wenn jemand mit der Unsicherheit über die eigene Herkunft aufwächst?

Das muss überhaupt nicht so sein. Massgeblich ist, was für Erfahrungen das Kind mit seiner sozialen Umgebung macht. Wichtig ist für das Kind das Gefühl: Meine Eltern, meine Mama, mein Papa verstehen mich grundsätzlich, sie akzeptieren mich, wie ich bin. Das ist die Hauptsache. Sie finden vielleicht nicht alles okay, was ich mache, aber grundsätzlich stehen sie zu mir.

Dieses Vorgehen gibt Vertrauen und lässt die eigene Bindungsfähigkeit entfalten. Das Kind akzeptieren und annehmen, wie es ist. Mit seinen Anlagen, Fähigkeiten und Schwierigkeiten. Und ihm helfen, sich mit seiner Geschichte einordnen zu können, ihm helfen, seine Individualität und Identität zu entwi-

ckeln. Auch damit, dass es allenfalls anders ist als die anderen, mit seinem Temperament, seiner Musikalität, seiner Sportlichkeit oder dem Denken. ■



itsk/shutterstock.com

