

Kinderlosigkeit verändert unsere Gesellschaft – und den Blick auf Familie

geschrieben von Redakteur | Juni 26, 2026



Immer mehr Erwachsene entscheiden sich bewusst gegen eigene Kinder. Fachleute beobachten einen gesellschaftlichen Wandel, der auch Kitas und Grundschulen begegnet

Lange Zeit galt es als selbstverständlich, eine Familie zu gründen und Kinder zu bekommen. Heute entscheiden sich jedoch immer mehr Menschen bewusst gegen eine Elternschaft. Besonders unter jüngeren Erwachsenen wächst die Akzeptanz eines kinderfreien Lebens. Gleichzeitig sorgt diese Entwicklung für intensive gesellschaftliche Diskussionen.

Die Zahlen verdeutlichen den Wandel: Nach vorläufigen Angaben wurden 2025 in Deutschland rund 654.300 Kinder geboren – so wenige wie seit dem Ende des Zweiten Weltkriegs nicht mehr. Bereits 2022 lebten rund 9,5 Millionen Frauen zwischen 20 und 75 Jahren ohne eigene Kinder. Die Geburtenrate liegt derzeit bei etwa 1,38 Kindern pro Frau und damit deutlich unter dem Niveau, das langfristig für eine stabile Bevölkerungsentwicklung erforderlich wäre.

Dennoch betonen Fachleute, dass hinter diesen Zahlen individuelle Lebensentscheidungen stehen. Die Frage, ob Menschen Kinder bekommen möchten oder nicht, gehört zu den persönlichsten überhaupt.

Familie ist heute kein einheitliches Lebensmodell mehr

Nach Einschätzung der Psychologin Dr. Sarah Seidl von der SRH Fernhochschule verändert sich derzeit das Verständnis davon, was ein erfülltes Leben ausmacht. Während frühere Generationen häufig von einem klassischen Familienbild ausgingen, existieren heute zahlreiche unterschiedliche Lebensentwürfe.

Vor allem in Städten und unter jüngeren Erwachsenen werde ein kinderfreies Leben zunehmend akzeptiert. Partnerschaft, Freundschaften, berufliche Entwicklung oder persönliche Projekte gewinnen für viele Menschen an Bedeutung und werden ebenso als sinnstiftend erlebt wie eine Elternschaft.

Damit verändert sich auch das gesellschaftliche Bild von Familie. Pädagogische Fachkräfte erleben diese Vielfalt bereits heute im Alltag ihrer Einrichtungen. Kinder wachsen in sehr unterschiedlichen familiären Konstellationen auf – mit einem oder mehreren Elternteilen, in Patchworkfamilien, bei Großeltern oder mit Bezugspersonen außerhalb der klassischen Kernfamilie.

Wirtschaftliche Sorgen und hohe Erwartungen beeinflussen die Entscheidung

Die Gründe für ein bewusst kinderfreies Leben sind vielfältig. Nach Angaben der Psychologin spielen wirtschaftliche Unsicherheiten ebenso eine Rolle wie steigende Wohnkosten und die Sorge, Familie und Beruf miteinander vereinbaren zu können.

Hinzu komme ein gesellschaftlicher Wandel der Elternrolle. Viele Erwachsene erleben den Anspruch, gute Eltern sein zu müssen, heute als deutlich höher als noch vor einigen Jahrzehnten. Erziehung wird intensiv diskutiert, begleitet und bewertet. Dadurch wächst bei manchen Menschen die Unsicherheit, ob sie den eigenen Erwartungen und denen ihres Umfelds überhaupt gerecht werden können.

Für viele wird die Familienplanung deshalb zu einer Entscheidung, die sorgfältig abgewogen wird – und deren Ergebnis durchaus eine Elternschaft ausfallen kann.

Persönliche Entscheidungen stoßen häufig auf Unverständnis

Obwohl kinderfreie Lebensentwürfe sichtbarer werden, erleben Betroffene nach wie vor kritische Nachfragen. Fragen wie „Bereust du das später nicht?“ oder „Wer kümmert sich im Alter um dich?“ gehören für viele Menschen zum Alltag.

Nach Einschätzung von Sarah Seidl greifen solche Fragen häufig tief in die Privatsphäre ein. Schließlich berühren sie persönliche Werte, Partnerschaft, Gesundheit oder sogar medizinische Hintergründe. Nicht jede kinderlose Person habe sich freiwillig gegen Kinder entschieden. Deshalb sei Zurückhaltung im Umgang mit diesem Thema angebracht.

Die Psychologin empfiehlt, persönliche Grenzen klar zu formulieren. Niemand müsse seine Lebensplanung gegenüber anderen rechtfertigen oder intime Entscheidungen erklären.

Soziale Medien machen neue Lebensmodelle sichtbar

Zusätzliche Aufmerksamkeit erhält das Thema durch soziale Netzwerke. Unter Hashtags wie **#childfreelife** oder **#nokidsclub** tauschen sich Menschen weltweit über ihre Erfahrungen aus und finden Gleichgesinnte.

Für den Medienwissenschaftler Dr. Thomas Bippes zeigt sich darin ein typisches Phänomen digitaler Kommunikation. Plattformen wie TikTok oder Instagram geben Lebensentwürfen Sichtbarkeit, die im direkten Umfeld oft wenig präsent sind. Aus einzelnen Erfahrungen entstehen Gemeinschaften, die sich gegenseitig unterstützen und ihre Perspektiven öffentlich machen.

Gleichzeitig warnt Bippes davor, Trends in sozialen Medien mit der gesellschaftlichen Wirklichkeit gleichzusetzen. Algorithmen verstärken Inhalte, die Aufmerksamkeit erzeugen. Dadurch könne leicht der Eindruck entstehen, bestimmte Einstellungen seien wesentlich weiter verbreitet, als sie tatsächlich sind.

Vielfalt von Familien prägt auch den pädagogischen Alltag

Für Kindertageseinrichtungen und Grundschulen steht weniger die Frage im Mittelpunkt, warum Erwachsene Kinder bekommen oder darauf verzichten. Entscheidend ist vielmehr, Kindern mit Offenheit und Wertschätzung zu begegnen – unabhängig davon, wie ihre Familie aussieht.

Pädagogische Fachkräfte begleiten heute Kinder aus sehr unterschiedlichen Lebenswelten. Dazu gehören klassische Familien ebenso wie Alleinerziehende, Patchworkfamilien, Regenbogenfamilien oder Kinder, deren enge Bezugspersonen außerhalb einer traditionellen Kernfamilie leben.

Ein sensibler Umgang mit dieser Vielfalt stärkt Kinder darin, unterschiedliche Lebensformen als gleichwertig wahrzunehmen. Gleichzeitig hilft er dabei, Vorurteile abzubauen und gegenseitigen Respekt zu fördern. Gerade in Kita und Grundschule lernen Kinder früh, dass Familie viele Gesichter haben kann – und dass jedes Kind unabhängig vom Lebensentwurf der Erwachsenen Anerkennung und Zugehörigkeit verdient.

Quelle: Pressemitteilung der SRH Fernhochschule – The Mobile University; Aussagen von Dr. Sarah Seidl und Dr. Thomas Bippes.