

prc familia
Heidelberg e.V.



Schwanger - was nun?

Teil 1

Schwanger - was nun?

pro familia Heidelberg
Hauptstr. 79
69117 Heidelberg

Telefon 06221-184440
Telefax 06221-168013
E-Mail heidelberg@profamilia.de
Internet www.profamilia.de



Stand: August 2009
Foto: adpic

Vielleicht kommst du¹ gerade von der Frauenärztin² und deine Vermutung, dass du schwanger sein könntest, hat sich bestätigt.

Möglicherweise hast du auch zuhause einen Schwangerschaftstest gemacht, der „positiv“ ausgefallen ist; dann solltest du auf jeden Fall möglichst schnell zu einer Frauenärztin gehen, die dir Genaueres sagen und dich untersuchen kann.

Sicherlich gehen dir jetzt viele Gedanken durch den Kopf, und es stellen sich jede Menge Fragen:

Was werden meine Eltern, mein Freund sagen? Kann ich das Kind bekommen oder ist doch eine Abtreibung besser für mich? Wo und von wem bekomme ich Hilfe und Unterstützung?

Keine Panik!

Wenn du jetzt durcheinander bist, ist das ganz normal. Versuche trotzdem, nicht zu sehr in Panik zu geraten und überlege dir zuerst, mit wem du sprechen möchtest. Mit deinem Freund, deiner besten Freundin, vielleicht auch lieber mit deinen Eltern oder einer anderen erwachsenen Person. Wenn dir niemand einfällt, zu dem du genügend Vertrauen hast, oder wenn es dich einfach noch zu viel Überwindung kostet, kannst du dich auch gleich an eine

¹ Wir haben uns für die persönliche Anrede entschieden, auch wenn wir Jugendliche in der Beratung normalerweise mit „Sie“ anreden.

² Damit es besser zu lesen ist, wird hier immer nur die weibliche Form benutzt. Es sind aber auch alle Frauenärzte gemeint.

Schwangerschaft Info für Jugendliche

Schwangerschaftsberatungsstelle wie Pro Familia wenden. Die Beraterinnen dort unterliegen der Schweigepflicht und wollen dich nicht zu irgend etwas überreden. Sie überlegen mit dir gemeinsam, wie es jetzt für dich weitergehen kann und unterstützen dich, deinen eigenen Weg zu finden.

Nimm dir Zeit!

Die Entscheidung, wie es mit der Schwangerschaft weitergehen soll, liegt am Ende bei dir. Niemand darf dich zu etwas zwingen, das du nicht möchtest! Wichtig ist, dass du dir Zeit nimmst, gründlich zu überlegen, damit du eine Lösung findest, mit der du dann auch gut zurecht kommen kannst.

Überlege dir, mit wem du auf jeden Fall sprechen solltest. Meist ist es hilfreich, die Eltern oder zumindest einen Elternteil ins Vertrauen zu ziehen, denn ein solches „Geheimnis“ mit sich herumzutragen ist oft viel belastender als die Reaktion der Eltern. Vielleicht hast du Angst, dass sie geschockt sind und dir Vorwürfe machen. Wenn sich Eltern so verhalten, hat das meist damit zu tun, dass sie sich große Sorgen um dich machen und selbst erst einmal hilflos sind. Nachdem sich die erste Aufregung gelegt hat, sind sie dann vielleicht doch bereit, dich auf deinem Weg zu unterstützen.

Es ist normalerweise ausreichend Zeit, alles in Ruhe zu überlegen und zu besprechen, auch wenn du an einen Schwangerschaftsabbruch denkst. Dieser darf bis zur 12. Woche ab Befruchtung durchgeführt werden. Die Ärztinnen

berechnen die Schwangerschaftsdauer aber etwas anders, nämlich ab dem ersten Tag der letzten Blutung. In dieser Berechnung sind dann ungefähr 2 Wochen enthalten (von der Blutung bis zur Befruchtung), in denen du noch gar nicht schwanger warst. Wenn man so rechnet, beträgt die Frist für eine Abtreibung also 14 Wochen. Oft wird eine Schwangerschaft in der 6.-8. Schwangerschaftswoche festgestellt, aber selbst wenn deine Ärztin sagt, dass du z.B. in der 10. Schwangerschaftswoche bist, musst du nicht übereilt entscheiden.

Was passiert bei einer Beratung?

Vielleicht schwirrt dir der Kopf von den eigenen Gedanken und von den Meinungen der Anderen zu deiner Schwangerschaft, dann kann es gut tun, mit einer neutralen Person in Ruhe über alles zu reden.

Wenn deine Entscheidung in Richtung Schwangerschaftsabbruch geht, ist es gesetzlich vorgeschrieben, sich vorher bei einer staatlich anerkannten Schwangerschaftsberatungsstelle beraten zu lassen. Aber auch wenn du noch ganz unsicher bist, können dort schon Gespräche stattfinden; und falls du dir schon sicher bist, dass du schwanger bleibst, kannst du mit der Beraterin überlegen, wie es jetzt weitergeht.

In der Beratung wird dann all das besprochen, was für dich in deiner Situation wichtig ist: Hast du schon eine Entscheidung gefunden, oder brauchst du noch Unterstützung dabei?

Schwangerschaft Info für Jugendliche

Was spricht für das Kind? Was eher für einen Schwangerschaftsabbruch?

Wie reagiert dein Umfeld auf die Schwangerschaft?

Wie stellst du dir dein weiteres Leben vor und wie würde es mit einem Kind aussehen?

Welche Hilfen kannst du bekommen?

Du kannst alle Fragen stellen, die dich beschäftigen, und wenn ein Termin nicht reicht, können natürlich auch mehrere vereinbart werden.

Für ein Beratungsgespräch solltest du vorher einen Termin vereinbaren.

Wenn du dich selbst nicht traust anzurufen, kann das auch jemand anderes für dich machen, und du hast natürlich die Möglichkeit, eine Person deiner Wahl mitzunehmen.

Die Pro Familia Beratungsstelle

findest du in der Hauptstr. 79
in 69117 Heidelberg.

Telefonisch sind wir erreichbar unter
06221/ 184440 zu folgenden Zeiten:

Montag 9 bis 13 Uhr,

Dienstag bis Freitag 11 bis 13 Uhr,

Dienstag und Donnerstag 17 bis 18 Uhr.

Zu diesen Zeiten kannst du auch persönlich vorbei kommen,
um einen Termin auszumachen.

Schließlich besteht noch die Möglichkeit,
per E-mail Kontakt mit uns aufzunehmen über
heidelberg@profamilia.de

Pro Familia ist eine staatlich anerkannte Beratungsstelle, bei
der du auf Wunsch eine Bescheinigung über die
stattgefundene Beratung erhältst.

Achtung:

Pro Femina ist keine staatlich anerkannte Beratungsstelle.

