



Michelle Posch und Daniela Niedermayr-Mathies betonen beide während des Gesprächs die Not, in der sich diese Frauen befinden. DANIEL SCHWENDENER

Schwanger – und wie geht es jetzt weiter?

Eine Schwangerschaft kann für die werdende Mutter und oder den werdenden Vater viele Fragen auslösen. Kündigt sich das **Baby ungeplant an, kann das eine Lebenskriese** auslösen. Michelle Posch und Daniela Niedermayr-Mathies von «schwanger.li» helfen weiter.

Nicole Öhri-Elkuch
noehri@medienhaus.li



«Unter unseren Klientinnen befinden sich Frauen in der Altersspanne vom Teenager bis zu Frauen Ende der 40er.»
Daniela Niedermayr-Mathies

Stellenleiterin,
Dipl. Sozialarbeiterin,
Systemische Beraterin

Eine Schwangerschaft löst nicht immer Glücksgefühle aus. Unabhängig davon, wie alt die werdende Mutter ist oder in welchem Umfeld sie lebt, kann eine ungeplante Schwangerschaft zu grossen Konflikten führen. Verschiedene Lebensumstände können dazu führen, dass Frauen und Paare durch eine Schwangerschaft in eine existenzielle Krise stürzen – unabhängig davon, ob ein Kinderwunsch besteht oder nicht.

Gründe dafür können finanzielle Nöte sein, Probleme in der Partnerschaft,

eine gerade begonnene Ausbildung oder beruflich hohe Anforderungen. Auch könne es vorkommen, dass Frauen, die bereits mit dem Kinderwunsch abgeschlossen haben, und sich (wieder) dem Berufsleben widmen möchten, überfordert sind mit einer ungeplanten Schwangerschaft zu diesem Zeitpunkt, erklärt Daniela Niedermayr-Mathies, Stellenleiterin von «schwanger.li». Die Annahme, dass lediglich verzweifelte Teenager die Schwangerschaftsberatungsstelle aufsuchen, sei daher falsch. «Unter unseren Klientinnen befinden sich Frauen in der Altersspanne vom Teenager bis zu Frauen Ende der 40er.»

Wenn eine Schwangerschaft überfordert

Die vom Amt für Gesundheit anerkannte Fachstelle für Schwangerenberatung in Liechtenstein, Buchs und Feldkirch informiert, berät und unterstützt Frauen, Männer und Paare während einer Schwangerschaft und darüber hinaus kostenlos und auf Wunsch auch anonym. Es wird dabei Wert gelegt auf ein neutrales Gespräch in einem geschützten Rahmen, um mögliche Wege ergebnisoffen abzuwägen. Dabei geht es nicht nur um ungeplante Schwangerschaften, weshalb man sich an die Beratungsstelle wenden kann. «Manchmal sind es Frauen, Männer oder Paare, die sich durch die vielen Veränderungen rund um die Schwangerschaft überfordert fühlen. Die Beratung dient in solchen Fällen als Anlaufstelle für unterschiedliche Themen – etwa Ängste vor der Geburt, Fragen zur Partnerschaft, psychische Belastungen oder auch den Wunsch, sich über rechtliche und berufliche Rahmenbedingungen zu informieren.»

Frauen, die die Beratungsstelle aufgrund einer ungeplanten Schwangerschaft aufsuchen, befinden sich oft in einem persönlichen Konflikt, erklärt Geschäftsführerin Michelle Posch und betont: «Unabhängig davon, welche Glaubenssysteme im Hintergrund sind, welche Kulturen oder sozialen Systeme einen Einfluss haben, egal welches Alter. Die Frauen haben immer ernste Gründe, warum sie jetzt extrem im Dilemma sind.»

Bei «schwanger.li erhalten alle diese Frauen eine diskrete und ergebnisoffene Beratung.

Ergänzend fügt Niedermayr-Mathies hinzu, dass dies aber nicht bedeute, dass in einem Beratungssetting eine Entscheidung getroffen wird. «Sondern dass alle Informationen im geschützten Rahmen mit der nötigen Zeit in Ruhe, Klarheit und Sprache gesammelt, besprochen und durchdacht werden, so dass sie ankommen können.» Mit einem ergebnisoffenen Gespräch wollen die Beraterinnen Zugang zu Informationen und zu anderen Vernetzungspartnern sowie zu Möglichkeiten vermitteln, die es in der individuellen Situation braucht.

«Unser Ziel ist es, dass Frauen trotz Unsicherheiten und Belastungen eine selbstbestimmte Entscheidung und eine positive Lebensperspektive entwickeln können.» Und dazu brauche es eben auch die Information, dass es neben dem «das Kind bekommen» oder der Abtreibung auch eine vertrauliche Geburt gibt und die Möglichkeit besteht, ein Kind zur Adoption freizugeben. Für die Betroffenen sei «schwanger.li» ein sicherer Platz – der Raum, in dem die

Gedanken – auch unausgesprochene – Platz haben dürfen, frei von Meinungen von aussen. «Man darf ehrlich sein, vor was man Angst hat und auch Tabus aussprechen, die vielleicht mit dem Partner, der Mama oder dem engeren Umfeld nicht besprochen werden können.»

Druck aus dem System nehmen

Grosse Schwierigkeiten bereitet vielen Frauen der gesellschaftliche Druck. Daniela Niedermayr-Mathies nennt dazu ein Beispiel aus einer Beratung. «Einmal hat eine Frau mir gesagt, dass sie mit niemandem über die Schwangerschaft geredet habe, sie aber den Druck von aussen trotzdem als riesig empfinde, «weil sie genau wisse, was die Leute um sie herum sagen würden. Dazu kommen die eigenen inneren Werte.»

Michelle Posch und Daniela Niedermayr-Mathies betonen beide während des Gesprächs die Not, in der sich diese Frauen befinden. Die Beratungsstelle «schwanger.li» unterstützt die Frauen darin, mit ihnen an der Seite die schwierige Situation auszuhalten, und ist vor allem bestrebt, den Druck aus dem System zu nehmen. «Oft ist es wichtig, auf die Bremse zu treten. Eine Entscheidung muss nicht morgen oder übermorgen gefällt werden, sondern es ist ein Prozess und braucht Zeit», so Posch. Wichtig sei, dass die betroffenen Frauen oder Paare wissen, dass sie den Weg der Entscheidung nicht allein gehen müssen. Denn manchmal sind es kleine Dinge, die viel bewirken. Zum Beispiel ein gutes Gespräch zur richtigen Zeit.

**«Die Frauen haben immer
ernste Gründe, warum sie jetzt
extrem im Dilemma sind.»**

Michelle Posch
Geschäftsführerin

Podcast von «schwanger.li»

Beraterin Daniela Niedermayr-Mathies spricht im Podcast mit unterschiedlichen Gesprächspartnerinnen und Gesprächspartnern über Themen, die Frauen während der Schwangerschaft beschäftigen. Schwanger zu werden, kann Freude bedeuten, bringt aber auch viele Fragen mit sich. Der Podcast von «schwanger.li» gibt

Antworten, damit man gut gestärkt und sicher seinen eigenen Weg durch diese besondere Zeit gehen können.



SCHWANGER.LI

Rechtliches zum Schwangerschaftsabbruch

LIECHTENSTEIN

Abbruch verboten

Ein Schwangerschaftsabbruch ist für die Frau straffrei, wenn er von einem Arzt bzw. einer Ärztin durchgeführt wird. Dies gilt in jedem Fall, unabhängig vom Ort, Zeitpunkt oder Grund des Schwangerschaftsabbruchs.

In bestimmten Fällen ist ein Schwangerschaftsabbruch in Liechtenstein rechtlich möglich: wenn eine ernste Gefahr für das Leben oder eines schweren Schadens für die Gesundheit der Schwangeren besteht, die Schwangere zur Zeit der Schwangerschaft unmündig (<18 Jahre) gewesen ist oder an der Schwangeren eine Vergewaltigung, eine sexuelle Nötigung oder ein sexueller Missbrauch einer wehrlosen oder psychisch beeinträchtigten Person begangen wurde und die Schwangerschaft auf einer solchen Tat beruht. In diesen Fällen übernimmt die Krankenkasse die Kosten des Schwangerschaftsabbruchs.

Wenn keiner der oben genannten Gründe vorliegt, ist Ärztinnen und Ärzten in Liechtenstein ein Abbruch nicht erlaubt. Er ist daher nur im Ausland möglich. Dann kommen jene rechtlichen Bestimmungen zur Anwendung, die im Land des Schwangerschaftsabbruchs gelten. Die Krankenkasse übernimmt die Kosten nicht.

SCHWEIZ

Straflos in den ersten zwölf Wochen

In den ersten zwölf Wochen einer Schwangerschaft ist ein Abbruch straflos, wenn er von einer Ärztin bzw. einem Arzt durchgeführt wird. Will eine Frau einen Schwangerschaftsabbruch, muss sie schriftlich geltend machen, dass sie sich in einer Notlage befindet. Die Ärztin oder der Arzt ist dazu verpflichtet, vor dem Abbruch mit der Frau ein

eingehendes Gespräch zu führen und sie zu beraten.

Nach der zwölften Schwangerschaftswoche entscheidet die Ärztin bzw. der Arzt, ob ein Abbruch erforderlich ist, um von der schwangeren Frau die Gefahr einer schwerwiegenden körperlichen Schädigung oder einer schweren seelischen Notlage abzuwenden. Die Gefahr muss umso grösser sein, je fortgeschrittener die Schwangerschaft ist.

Die Krankenkassen übernehmen grundsätzlich die Kosten des Schwangerschaftsabbruchs. Es fällt jedoch eine Kostenbeteiligung an, weswegen viele Frauen die Kosten aus Datenschutzüberlegungen selbst tragen.

ÖSTERREICH

Straflos in den ersten zwölf Wochen

In den ersten drei Monaten einer Schwangerschaft ist ein Abbruch straflos möglich, wenn er nach vorheriger Beratung von einer Ärztin bzw. einem Arzt durchgeführt wird. Die Krankenkassen übernehmen die Kosten eines Schwangerschaftsabbruchs nach der Fristenregelung nicht.

Der Abbruch ist ebenso möglich, «wenn der Schwangerschaftsabbruch zur Abwendung einer nicht anders abwendbaren ernsten Gefahr für das Leben oder eines schweren Schadens für die körperliche oder seelische Gesundheit der Schwangeren erforderlich ist oder eine ernste Gefahr besteht, dass das Kind geistig oder körperlich schwer geschädigt sein werde, oder die Schwangere zur Zeit der Schwangerschaft unmündig gewesen ist und in allen diesen Fällen der Abbruch von einem Arzt vorgenommen wird».

In diesen Fällen übernehmen die Krankenkassen die Kosten. QUELLE: SCHWANGER.LI



Eine Schwangerschaft kann Angst auslösen. ISTOCK

Adressen zu Hilfs- und Beratungsstellen

Du bist schwanger oder glaubst, es zu sein, und weisst nicht, wo du Hilfe bekommen kannst? Anbei ein paar Tips, wo du dich beraten lassen kannst und Unterstützung bekommst.

- «schwanger.li»: Beratung bei belasteter Schwangerschaft (kostenlos und wenn erwünscht auch anonym)
- Schweizerische Hilfe für Mutter und Kind (SHMK) über helpline@shmk.ch (kostenlos und wenn erwünscht auch anonym)
- «faplasg.ch», Beratungsstelle für Familienplanung, Schwangerschaft und Sexualität, offizielle Schwangerschafts- und Sexualberatungsstellen der Kantone St. Gallen, Appenzell Ausserrhoden und Appenzell Innerrhoden: faplasg@fzsg.ch
- An jede Gynambulanz der Spitäler (Grabs, Chur, St. Gallen, Feldkirch).
- An ihre Gynäkolog*in.
- An niedergelassene Psychologen und Psychotherapeuten: Psychotherapie in Liechtenstein – «www.bpl.li».