

Auch Männer müssen einen Schwangerschaftsabbruch bewältigen

Männer tun sich manchmal schwerer als Frauen, mit jemandem über Sorgen und Wünsche zu sprechen. Das kann besonders bei einer ungeplanten Schwangerschaft so sein. Bei Frauen ist bei einem Schwangerschaftsabbruch die **Beratung** gesetzlich vorgeschrieben und bietet ihnen die Gelegenheit für ein verständnisvolles Gespräch. Es kann helfen, widersprüchliche Gefühle zu sortieren, und dazu beitragen, den Schwangerschaftsabbruch seelisch zu verarbeiten. Für Männer ist die Beratung immer ein freiwilliges Angebot. Sich im Gespräch die eigene Haltung und die Gründe klarzumachen sowie Sorgen und Wünsche zu äußern, kann auch für sie eine große Hilfe sein – vor einem Abbruch und auch für die spätere seelische Verarbeitung. Für den Mann geht es hier auch um die Frage, inwieweit er sich an dem Entscheidungsprozess beteiligt und sich in der Lage sieht, die Entscheidung der Frau mitzutragen. Die Auseinandersetzung mit den eigenen Gefühlen ist oftmals die Voraussetzung dafür, dass Gespräche mit der Partnerin überhaupt möglich sind.

Auch eine ungewollte Schwangerschaft verbindet Mann und Frau auf grundlegende Weise. Wie intensiv diese Verbindung empfunden wird, hängt auch vom gegenwärtigen Zustand der **Partnerschaft** ab. Ist sie zukunftsfähig oder in einer Krise? Sind Mann und Frau verliebt oder halten sie es für ausgeschlossen, ein Paar zu werden? Es kann bei der seelischen Bewältigung eines Schwangerschaftsabbruchs helfen, ihn gemeinsam anzugehen. Dabei kann sich die Frage stellen, ob der Mann die Frau zum Schwangerschaftsabbruch begleitet oder nicht. Dann ist es wichtig, darüber zu sprechen, was die Frau möchte und was der Mann sich zutraut. Vielleicht möchte die Frau auch lieber allein gehen oder von einem anderen Menschen begleitet werden. Trotzdem kann der Mann ihr anbieten, nach dem Eingriff für sie da zu sein. Gut für ihn ist vielleicht auch, in dieser Zeit einen Freund in der Nähe zu haben.

Wie Männer einen Schwangerschaftsabbruch erleben und verarbeiten, ist kaum erforscht. Erfahrungen aus

der Beratung zeigen, dass manche Männer die plötzliche Schwangerschaft und auch den im Raum stehenden Abbruch gefühlsmäßig nicht nahe an sich heranlassen. Einige Männer glauben, dass nur die Frau seelisch betroffen sei. Andere sind der Ansicht, am besten sei es, nicht darüber zu reden und alles möglichst schnell zu vergessen. Eine schwedische **Befragung** von Männern, die an einem Schwangerschaftsabbruch beteiligt waren, fand heraus, wie widerstreitend die Gefühle der Männer in dieser Situation sein können. Auch viele jener Männer, die sich im ersten Moment über die Schwangerschaft gefreut hatten, waren später mit einem Abbruch einverstanden. Die meisten beschrieben ihre Empfindungen nach dem Abbruch auf der einen Seite mit Worten wie Erleichterung und Befreiung, auf der anderen Seite wurden Empfindungen wie Beklemmung, Kummer, Trauer und Schuldgefühle genannt. Ein Schwangerschaftsabbruch konfrontiert auch einen Mann mit einer existenziellen Entscheidung und kann deshalb mit sehr widersprüchlichen Gefühlen verbunden sein. Vielleicht ist es hilfreich zu wissen: Diese Spannweite der Gefühle erleben auch die allermeisten Frauen, und sie gehören bei bedeutsamen Lebensentscheidungen oftmals dazu. Sie zu haben, bedeutet nicht, mit der getroffenen Entscheidung später nicht gut leben zu können.

Männer, die ihre Partnerin zum Abbruch begleitet haben, berichten, es habe ihnen geholfen, dass sie ausreichende Informationen über den medizinischen Vorgang des Abbruchs und auch über die Schmerzbehandlung der Frau bekamen. Es kann sehr hilfreich sein, mit einem Freund oder einer Freundin darüber zu sprechen, die helfen, die eigenen Gefühle zu sortieren. Nicht zuletzt sollte man mit der Partnerin darüber sprechen, was sie und was man selbst in diesen Tagen erlebt hat und wie es einem damit geht. Beide sollten Gelegenheit haben, all ihre Empfindungen auszudrücken – so oft und so lange dies nötig ist.

Quelle: Familienplanung.de
<https://www.familienplanung.de/beratung/maenner-im-konflikt/den-abbruch-bewaeltigen/> Veröffentlicht am 4.4.2018
Letzter Aufruf am 20.07.2018

Aufgaben:

1. Lesen Sie den Text aufmerksam durch und markieren Sie das Wichtigste.
2. Fassen Sie in Gruppenarbeit die zentralen Aspekte des Textes zusammen.
3. Bereiten Sie in Gruppenarbeit einen Kurzvortrag vor (ca. 5 min).