

Erste Schritte zur Krisenbewältigung

Falls Sie mit einem auffälligen Befund konfrontiert sind, können Ihnen folgende Hinweise dabei helfen, diese schwierige Situation besser zu bewältigen.

Die Diagnose verstehen

Der Arzt/Ärztin, der Ihnen den Befund mitteilte, hat sich vermutlich darum bemüht, Ihnen die Art der Behinderung bzw. chronischen Erkrankung näher zu erläutern und eventuell auch die Möglichkeit eines Schwangerschaftsabbruches angesprochen.

Überstürzen Sie nichts und versuchen Sie, die Diagnose klar zu verstehen. Vereinbaren Sie gegebenenfalls einen weiteren Gesprächstermin und bedenken Sie, dass Sie auch die Möglichkeit haben, sich an einen weiteren Arzt, Spezialisten oder Kinderarzt (bei Fragen zur Behinderung des Kindes) zu wenden.

Nichts überstürzen

Nehmen Sie sich Zeit für Ihre Entscheidung! Auch wenn die Zeit drängt und Sie einen Schwangerschaftsabbruch erwägen, ziehen Sie auch die Möglichkeit eines Lebens mit einem behinderten Kind in Ihre Überlegungen mit ein. Sie treffen diese Entscheidung für Ihr ganzes weiteres Leben. Die Gewissheit, beide Seiten überlegt zu haben, wird Ihnen bei der Verarbeitung helfen.

Hilfe suchen

Suchen Sie sich Hilfe und Unterstützung! Beziehen Sie den Vater des Kindes nach Möglichkeit mit ein. Teilen Sie sich gegenseitig Ihre Gefühle mit und nehmen Sie Untersuchungs- und Beratungstermine gemeinsam wahr. Besprechen Sie Ihre Situation mit Vertrauenspersonen aus Ihrem Freundes- oder Verwandtenkreis, die Sie emotional begleiten, ohne Ihnen Entscheidungen abnehmen zu wollen. Hilfe und Unterstützung erhalten Sie auch von Schwangerschaftsberatungsstellen, die Beratung zum Bereich Pränataldiagnostik anbieten.

Eine gute Möglichkeit, sich selbst zusätzliche Informationen über die Art der Behinderung zu verschaffen, bietet das Internet oder ein Servicetelefon. Weitere Adressen

Wenn die Entscheidung gefallen ist

Auch nach einer Entscheidung kann es für Sie hilfreich sein unterstützt und begleitet zu werden. Bei einer Entscheidung für das behinderte Kind bieten Selbsthilfegruppen oder Behindertenorganisationen betroffener Eltern vielfältige Hilfsangebote. Nach einem Schwangerschaftsabbruch oder einer Totgeburt können Gesprächsangebote den Trauerprozess unterstützen.

Auch jetzt gilt das Angebot der Katholischen Beratungsstellen für Schwangerschaftsfragen noch weiter, sowohl nach einem Schwangerschaftsabbruch als auch nach der Entscheidung für das Kind mit Behinderung bis zu dessen 3. Lebensjahr.