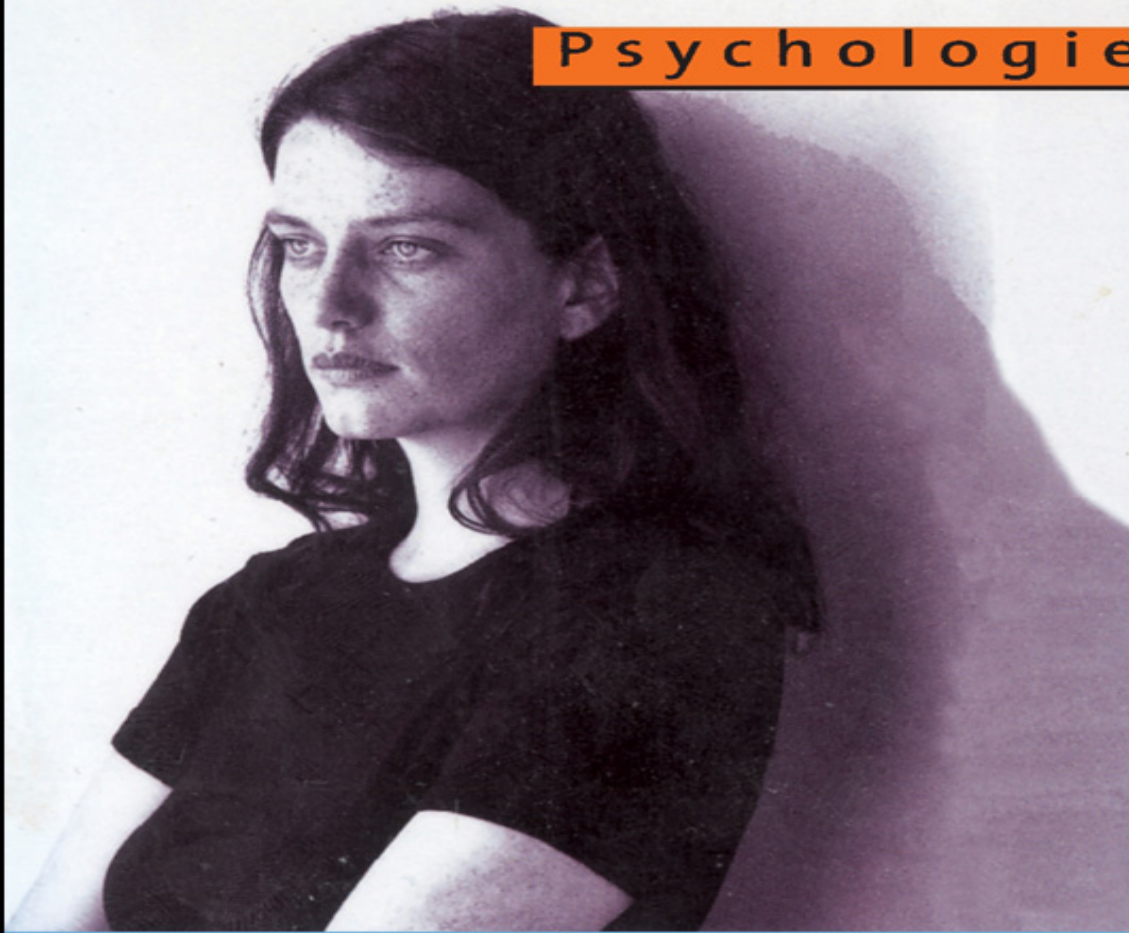


Psychologie *aktiv*



Marina Knopf
Elfie Mayer · Elsbeth Meyer

Traurig und befreit zugleich

*Psychische Folgen des
Schwangerschaftsabbruchs*

Zu diesem Buch

Eine Studie des Hamburger Familienplanungszentrums entlarvt einen Mythos: nämlich, daß Abtreibungen für Frauen grundsätzlich traumatisch seien.

Frauen, deren Schwangerschaftsabbruch entweder acht Jahre, etwa ein Jahr oder wenige Wochen zurückliegt, wurden ausführlich befragt. Die Ergebnisse dieser aufschlußreichen Untersuchung, verdichtet in zwölf Fallgeschichten, referiert dieses Buch. Die abtreibenden Frauen selbst berichten von ihren Erfahrungen, die insbesondere für Frauen vor und nach einem Schwangerschaftsabbruch hilfreich sein können.

Besonderes Augenmerk gilt den Bedingungen, die dazu führen, daß Frauen unter einer Abtreibung leiden, und welche Umstände helfen, einen Schwangerschaftsabbruch gut zu verarbeiten.

Die Autorinnen

Marina Knopf, Jahrgang 1960, Diplom-Psychologin, seit 1990 im Familienplanungszentrum Hamburg tätig: Beratung zur Empfängnisverhütung, bei Sexualproblemen und Schwangerschaftskonflikten; Veröffentlichungen zu sexualwissenschaftlichen Themen.

Elfie Mayer, Jahrgang 1953, Krankenschwester, seit 1982 im Familienplanungszentrum tätig: Assistenz bei Schwangerschaftsabbrüchen, Öffentlichkeitsarbeit.

Elsbeth Meyer, Jahrgang 1950, Diplom-Psychologin, seit 1983 im Familienplanungszentrum tätig: Beratung bei Schwangerschaftskonflikten, psychischen Problemen nach Schwangerschaftsabbruch und Sexualproblemen; Veröffentlichungen zum Thema Schwangerschaftsabbruch.

Inhalt

Einführung

Das Familienplanungszentrum
Die Ergebnisse anderer Studien über psychische
Folgen nach Schwangerschaftsabbruch
Zum Aufbau der Untersuchung
Danksagung

Teil I: Die Ergebnisse der Studie

Vom Testergebnis zur Entscheidung
Der Schwangerschaftsabbruch
Die Folgen
Hinderliches bei der psychischen Verarbeitung
Hilfreiches bei der psychischen Verarbeitung
Zur Frage der Moral

Teil II: Persönliche Berichte

Wenige Wochen nach dem
Schwangerschaftsabbruch
Ein Jahr danach
Acht bis zehn Jahre danach

Anhang

Chronik des Gesetzgebungsverfahrens
Die gesetzliche Regelung des
Schwangerschaftsabbruchs
Rat und Hilfe

Literatur

Einführung

Keine Frau wünscht sich einen Schwangerschaftsabbruch. Wenn sie trotzdem ungewollt schwanger wird und sich für eine Abtreibung entscheidet, warten danach mit großer Wahrscheinlichkeit lang anhaltende Schuldgefühle und Depressionen auf sie. Wenn nicht sofort, hat sie spätestens in der Menopause damit zu rechnen. So jedenfalls ist die Meinung einer breiten Öffentlichkeit.

Aus vielen Beratungen wissen wir, daß Frauen große Angst vor den physischen und ganz besonders den psychischen Folgen der Abtreibung haben. Seit Jahren beobachten wir, daß zunehmend mehr Frauen ihrer eigenen Wahrnehmung, ihren Gefühlen nicht mehr trauen. Sie können nicht glauben, daß es ihnen mit ihrer Entscheidung und der Abtreibung tatsächlich gutgehen kann und daß es dabei bleibt. Sie befürchten eher, daß sie gefühlskalt sind oder daß sie etwas verdrängen, wenn sie nach einem Schwangerschaftsabbruch nicht trauern oder leiden. Die öffentliche Meinungsmache hat ihre Wirkung also nicht verfehlt.

Mit dazu beigetragen hat sicher die heftige politische Auseinandersetzung um die Abtreibungsfrage in den letzten Jahren. Der Einfluß, den konservative Kräfte gewonnen haben, zeigt sich z.B. am veränderten Sprachgebrauch. So wird nicht mehr vom Embryo gesprochen, sondern vom ungeborenen Kind. Und es wird jeder Frau, die eine Abtreibung will, ein «Schwangerschaftskonflikt» unterstellt. Der Urteilsspruch des Bundesverfassungsgerichts zum Abtreibungsrecht und die gesetzliche Regelung des Schwangerschaftsabbruchs unterstreichen dies noch. Denn danach haben wir Abtreibung als Unrecht, als unmoralische und schuldhafte Handlung zu sehen.

Obwohl Abtreibungen heute so schonend gemacht werden wie nie zuvor, werden mögliche physische und psychische Folgen besonders von Kirchenvertretern, Politikern und

Ärzten, die gleichzeitig Abtreibungsgegner sind, ständig ins Feld geführt. Die Folgen werden maßlos übertrieben. Besonders die psychischen Leiden werden mit Gewißheit ausgemalt. Der Eifer, mit dem diese Gefahren beschworen werden, dient nicht etwa dazu, die Frauen davor zu bewahren oder ihnen Unterstützung zu geben, sondern dient allein der Angstmache. Häufig gehörte Äußerungen, wie: «Niemand kommt ungestraft davon», führen zu Ängsten bei den Frauen. Bei vielen mischt sich die Angst vor gesundheitlichen Risiken mit der Befürchtung, für die verwerfliche Tat irgendwie büßen zu müssen. Diese Vorwürfe gegen Frauen, die abtreiben, schüchtern ein und verdichten das Tabu um den Schwangerschaftsabbruch.

Es ist deshalb unser Anliegen, mit diesem Buch Vorurteile zurechtzurücken, mit verbreiteten Meinungen aufzuräumen und Verborgenes sichtbar zu machen.

Im Hamburger Familienplanungszentrum erleben wir seit 13 Jahren Frauen vor, während und nach einem Schwangerschaftsabbruch. Wir erleben, wie Frauen oft voller Angst zur Beratung kommen und wie sie augenscheinlich erleichtert unser Zentrum wieder verlassen. Wir wollten von diesen Frauen wissen, wie sie selbst diese Zeit erlebt haben und wie es ihnen später ergangen ist. Wir wollen ein breiteres und differenzierteres Bild vom Erleben der Frauen schaffen. Wir wollen darstellen, welche psychischen Folgen sie tatsächlich erleben. Und wir wollen beschreiben, welche Bedingungen hilfreich für eine positive Verarbeitung des Schwangerschaftsabbruchs sind und welche diese behindern. Dabei darf natürlich nicht außer acht gelassen werden, auf welche Weise die Entscheidung getroffen wurde, welche Rolle der Partner dabei spielte und wie die Abtreibung selbst erlebt wurde. Dieser Kontext dürfte einen erheblichen Einfluß auf mögliche psychische Folgen haben.

Wir sind der Meinung, daß zuviel über abtreibende Frauen gesprochen wird und zuwenig von ihnen selbst zu hören ist. So, wie sie selbst am ehesten geeignet sind, eine

Entscheidung über Austragen oder Abbruch einer Schwangerschaft zu treffen, sind sie auch selbst die besten Expertinnen für die Beurteilung ihrer psychischen Situation. Sie sollen deshalb in diesem Buch selbst zu Wort kommen.

Das Familienplanungszentrum

Das Hamburger Familienplanungszentrum ist eine gemeinsame Einrichtung der Pro Familia und der Arbeiterwohlfahrt. Im Familienplanungszentrum wirken Ärztinnen, Krankenschwestern, Psychologinnen, Sozialarbeiterinnen, Pädagoginnen und Organisationsfrauen zusammen, um alles, was zu einem legalen Schwangerschaftsabbruch gehört, möglich zu machen. Wir führen den ambulanten Abbruch in örtlicher Betäubung durch. Daneben beraten wir in allen Fragen der Empfängnisverhütung, Schwangerschaft und Sexualität. Hebammen führen Geburtsvorbereitungskurse durch. So wie im wirklichen Leben diese Themen zusammengehören, sollen sie auch bei uns zusammenhängend behandelt werden. Wir wollen damit die verbreitete Trennung in «gute Frauen», die eine Schwangerschaft austragen, und «schlechte Frauen», die abtreiben, aufheben. Tatsache ist, daß die meisten Frauen, die irgendwann einen Schwangerschaftsabbruch haben, auch Kinder gebären und daß viele Frauen, die Verhütungsmittel anwenden, dennoch schwanger werden. Für uns ist ein Schwangerschaftsabbruch die Folge von Sexualität, die Folge von fehlgeschlagener Verhütung, die Folge der Entscheidung, kein Kind oder zu diesem Zeitpunkt kein Kind zu wollen.

Eine ungewollte Schwangerschaft ist ein Problem und bedarf einer Lösung. Tatsächlich führen die meisten ungeplanten Schwangerschaften nicht etwa zur Abtreibung, sondern zur Geburt eines Kindes. Auch wenn es darüber keine statistischen Daten gibt, so sind wir doch aus unserer langjährigen Beratungserfahrung überzeugt, daß kaum eine

Frau unbedacht über ihre Leibesfrucht verfügt, sondern fast immer die Umstände sorgfältig überprüft, ob sie sich nicht doch zugunsten eines Kindes wenden lassen.

Mit unserer Arbeit im Familienplanungszentrum wollen wir dazu beitragen, daß keine Frau durch eine ungewollte Schwangerschaft gesundheitlichen oder seelischen Schaden nimmt.

Der Urteilsspruch des Bundesverfassungsgerichts vom 28. 5. 1993 und die heute geltende gesetzliche Regelung des Schwangerschaftsabbruchs hat das Familienplanungszentrum in seiner Arbeitsweise und seinem Konzept entscheidend beeinträchtigt. Betroffen davon sind alle acht Familienplanungszentren der Bundesrepublik. Denn alle arbeiteten nach dem Konzept «alles unter einem Dach», d.h., Frauen brauchten für die Pflichtberatung und den Eingriff nur eine Einrichtung aufsuchen. Die von Frauen zu überwindenden Hürden bei einer Abtreibung sollten damit so niedrig wie möglich gehalten werden. Der Urteilsspruch aus Karlsruhe hat dieses Konzept zunichte gemacht. Seither müssen die Pflichtberatung und der Eingriff organisatorisch und wirtschaftlich getrennt sein.

Die Ergebnisse anderer Studien über psychische Folgen nach Schwangerschaftsabbruch

Eine Durchsicht der wichtigsten medizinischen und psychologischen Arbeiten der letzten Jahre über psychische Folgen nach Schwangerschaftsabbruch¹ führte zu einem erstaunlichen Fazit: Die meisten Autorinnen und Autoren deutschsprachiger und internationaler Studien halten psychische Komplikationen für selten. Die Forschungsergebnisse stehen somit im krassen Gegensatz zur verbreiteten Meinung über die schrecklichen Folgen einer Abtreibung.

Den Ergebnissen der wichtigsten Untersuchungen zufolge leiden maximal 20% der Frauen nach einem Schwangerschaftsabbruch an psychischen Beschwerden. Dabei handelt es sich meistens um kurzfristige, vorübergehende Probleme. Über ernstere bzw. längerfristige Beschwerden sollen maximal 10% der Befragten klagen.

Nach unseren Erfahrungen liegen die Zahlen für die Besucherinnen der Familienplanungszentren eher darunter. Dieser Unterschied läßt sich möglicherweise durch die unterschiedlichen Ausgangsbedingungen erklären: Gemeinsam ist den meisten Untersuchungen, daß die medizinischen und menschlichen Bedingungen, unter denen der Eingriff stattfand, nicht näher beschrieben oder problematisiert werden. Es ist aber zu vermuten, daß diese nicht unerheblich für die Verarbeitung des Eingriffs sind. So berichten viele ratsuchende Frauen über frühere Schwangerschaftsabbrüche, unter denen sie nachhaltig

gelitten hatten. Das war dann der Fall, wenn sie sich vom Klinikpersonal demütigende Behandlung gefallen lassen mußten oder wenn der Eingriff unter menschenunwürdigen Bedingungen illegal vorgenommen wurde.

Nur wenige Autorinnen und Autoren unterscheiden zwischen psychischen Störungen und der Trauer über einen erlittenen Verlust. So werden in einigen Untersuchungsberichten «anniversary reactions», d.h. Jahrestage, an denen sich die Frau an den Tag des Eingriffs oder den fiktiven Geburtstag des Kindes erinnert und manchmal trauert, häufig vorschnell als Symptom im psychiatrischen Sinne gewertet. Wir alle kennen Situationen im Leben, in denen wir eine wichtige Entscheidung getroffen haben, die uns traurig gestimmt hat und die dennoch subjektiv richtig war. Wir würden nicht auf die Idee kommen, unsere Trauer in solchen Situationen als pathologisch zu bezeichnen.

In vielen Studien wird der Aspekt von Erleichterung nach dem Eingriff betont. Es wird beschrieben, wie groß der psychische Streß für viele Frauen in der Phase vor dem Schwangerschaftsabbruch ist - und wie sofort nachher Erleichterung und Befreiung eintreten.

Einige Autorinnen und Autoren nennen Risikofaktoren, die zu einer psychischen Belastung nach dem Schwangerschaftsabbruch beitragen. Solche Risikofaktoren sind:

- religiöse Bedenken gegenüber Schwangerschaftsabbrüchen
- moralischer, psychischer oder politischer Druck
- soziale Isolation und fehlende Unterstützung
- Zwang zur Verheimlichung der Abtreibung
- fehlende Übereinstimmung in der Partnerschaft oder drohende Trennung
- eine gewünschte Schwangerschaft wird aus medizinischen oder eugenischen Gründen oder wegen starken äußeren Drucks abgebrochen