

# Erfahrungsbericht

*Maria Machnick*

Liebe lesende Person,

ich eröffne mit diesem Text eine mögliche Sicht auf Betroffene im Prozess des Schwangerschaftsabbruchs. Gerade die letzten Jahre haben noch einmal deutlich gezeigt, wie wichtig die körperliche Selbstbestimmung auch in diesem Kontext ist und dass der Zugang zu Schwangerschaftsabbrüchen nicht (mehr) ganz selbstverständlich ist. Für mich persönlich kam hinzu, dass ich als Mutter bereits wusste, wie Schwangerschaft, Geburt und das Leben mit Kind aussehen können. Die damit verbundene Beziehung hatte nicht gehalten, und mit diesem Wissen über die Belastungsprobe, die eine Schwangerschaft und auch ein (weiteres) Kind mit sich bringen könnten, fiel diese Entscheidung für den Abbruch. Ich bedanke mich bei den Herausgeberinnen dieses Bandes, dass ich hier von meinen Erfahrungen berichten kann.

Ich blicke nun mit etwas Abstand auf den Abbruch zurück. Die Texte, die ich seitdem dazu verfasst habe, spiegeln eines deutlich wider: Ich hatte Glück. Ich hatte Glück, rechtzeitig auf die entsprechenden Informationen zugreifen zu können und in meiner Region eine Versorgung für den Fall eines Abbruchs vorgefunden zu haben.

Zu Beginn der Pandemie, in dem Chaos der ersten Welle, hatte ich eine Beziehung, waren bereits zwei Kinder vorhanden. Den potenziellen gemeinsamen Kinderwunsch hatten wir besprochen und beschlossen, dessen Erfüllung aufzuschieben. Ich möchte nicht darüber spekulieren, wie es letztlich dazu kam, aber die Schwangerschaft an sich war für mich überraschend und, wie ich schnell feststellte, ungewollt.

Durch die damalige Situation, in getrennten Wohnungen und Tagesrhythmen, hatten wir Zeiten, in denen es deutlich mehr Aufwand war, einander zu sehen. Diese Pausen nutzte mein damaliger Partner für sich. Die Wege zu mir waren ihm nach seinen Arbeitstagen oft zu lang und die

verfügbaren Zeitfenster zu klein. Als ich mich mit dem Für und Wider meiner ungewollten Schwangerschaft auseinandersetzte, fühlte ich mich damit von ihm alleingelassen. So schmerhaft das für mich war, so sehr hat es mir die Entscheidung vielleicht sogar erleichtert. Im Gespräch mit einer lieben Freundin, die mir dabei die größte Stütze war, stellte ich dann fest, dass ich für eine weitere Schwangerschaft und alles Folgende nicht bereit war. Außerdem sah ich meine Ressourcen nicht ausreichen, um eine für mich vertretbare Lösung für ein weiteres Kind zu finden. Dabei fiel mir mit etwas Abstand auf, dass ich wirklich nur mit meinen Ressourcen rechnete – ich wäre in jedem Fall auf mich gestellt gewesen, egal, wie ich mich entschieden hätte. Die Kommunikation vonseiten meines Partners war gerade in dieser kritischen Woche nach dem positiven Test alles andere als okay.

Ich hatte bereits einen Termin bei der Gynäkologin vereinbart, um die Schwangerschaft bestätigen zu lassen. Ich war erst vor Kurzem in der Praxis gewesen und hatte einen ambivalenten Kinderwunsch zu Protokoll gegeben. Nun war die Gynäkologin überrascht, dass ich direkt nach den Möglichkeiten eines Abbruchs fragte. Was folgte, war ein sehr unangenehmes Gespräch, bei dem ich mich bevormundet und absolut nicht ernst genommen fühlte.

Die Ärztin verwies auf meinen ambivalenten Kinderwunsch kurz zuvor, und behauptete, es sei vielleicht später nicht mehr so einfach möglich, noch einmal schwanger zu werden. Ich sträubte mich gegen den Gedanken und fand bei meiner anschließenden Recherche auch keinerlei besorgniserregende Informationen dazu, dass die Fruchtbarkeit automatisch beeinträchtigt wäre. Neben dieser perfiden Behauptung bekam ich einen Termin für die Mutterchaftsvorsorge für drei Wochen später, weil ich mich doch bis dahin sicher entschieden hätte. Beim Ultraschall der Untersuchung wies die Ärztin extra auf den Puls auf dem Bildschirm hin. Ich sah nicht hinüber, ich wollte das Bild nicht sehen. Schließlich gab sie mir ein Ultraschallbild mit und drückte mir widerwillig eine schlecht kopierte Liste von örtlichen Beratungsstellen in die Hand. So wenig Empathie hatte ich schon ewig nicht mehr von einer Ärztin erlebt und so unsachlich wollte ich nicht behandelt werden.

Beim Verlassen der Praxis war ich sehr wütend. Das war doch meine Entscheidung! Die Ärztin hatte kein Recht, mir in dieser vulnerablen Position derartig vehement in die Entscheidung zu reden, während ich auf ihre Kooperation in Form einer Überweisung zu einer anderen Praxis, die Abbrüche durchführte, angewiesen war. Das Gefühl der Ohnmacht ließ erst in den folgenden Stunden nach.

Im späteren Gespräch mit dem damaligen Partner war ich überrascht, dass er trotz anfänglicher Freude über den positiven Test nun einsah, dass er mich zu nichts zwingen konnte. Er hatte meine gemischten Gefühle nach dem Testergebnis gesehen, wollte sich aber »für uns freuen«, was für mich gegen das Aufschieben des Kinderwunsches stand. Ehrlicherweise hatte ich mit offenen Aggressionen gerechnet, weshalb es eine Sicherheitsabsprache mit meiner lieben Freundin gab, die sichergehen wollte, dass meine düstere Vermutung nicht eintraf. Ich konnte nach dem überraschend entspannten Gespräch etwas ruhiger die nächsten Schritte einleiten.

Erst ging es an die Suche nach einer Beratungsstelle, was sich als kleinere Hürde erwies. Abgesehen von Einschränkungen durch Feiertage und Pandemie-Restriktionen waren die Beratungsstellen zwar nicht schwer zu erreichen, aber die Termine waren damit wohl noch knapper als ich gedacht hätte. Diese Terminknappheit war einerseits für mich persönlich etwas schwierig, andererseits hatte sie auch etwas Beruhigendes: Ich war nicht allein in dieser Situation. Die später folgende Suche nach einer Praxis war wegen der Einschränkungen zu Beginn der Pandemie und des wachsenden Zeitdrucks alles andere als einfach. Hinzu kamen einige Feiertage, die per Beratungsregelung, nach der gesetzlich drei Tage Bedenkzeit vorgeschrieben sind, den Prozess deutlich verzögerten.

In der Beratung konnte ich zunächst klären, wie meine Optionen in der Theorie aussahen, was mir als Mutter nicht neu war – aber dennoch wichtig. Ich danke meiner umsichtigen Beraterin auch heute noch, dass sie auffing, welchen Ärger ich aus der Praxis meiner behandelnden Ärztin mitbrachte. Mir wurde versichert, dass ich damit leider kein Einzelfall war, und es entspann sich ein sehr gutes, konstruktives Gespräch über strukturelle Faktoren und mangelnde Informationen in diesem Bereich, der rechtlich stark reglementiert ist.

Wichtig war für mich vor allem, dass die Beraterin mir die Option auf eine Art Nachsorge innerhalb des Beratungsrahmens anbot – es gab also eine Adresse, an die ich mich nach dem Eingriff noch einmal wenden durfte.

Die Ärztin, die den Abbruch vornahm, begann das Gespräch mit der Frage, ob ich mir mit meiner Entscheidung sicher sei. Als ich bejahte, fuhr sie mit der Aufklärung und der anschließenden Untersuchung fort. Der Eingriff musste wegen der bereits fortgeschrittenen Schwangerschaft operativ erfolgen. Ich war mir ohnehin nicht sicher gewesen, ob ich es verkraftet hätte, den Abbruch in Echtzeit mitzuerleben, daher war mir die Vollnarkose sehr viel lieber.

Der Eingriff an sich erfolgte mit minimalem Aufgebot; im Behandlungszimmer wurde ich von drei Personen betreut, neben der Gynäkologin waren ein Anästhesist und eine sehr aufmerksame und gutmütig wirkende Schwester anwesend. Alle drei gingen behutsam, aber immer noch sachlich mit mir um, was mir große Sicherheit vermittelte. Es gab eine kurze Erklärung zum angekündigten Ablauf und dann wurde ich angewiesen, von zehn rückwärts zu zählen, bevor es schwummerig werden würde. Ich kam bis sieben.

Als ich wieder wach wurde, lag ich in einem der Aufwachbetten. Mir kamen die Tränen, und ich fragte die Schwester, ob das normal sei. Sie nickte, strich mir über den Arm und versicherte mir, dass ich ganz in Ruhe wieder zu mir kommen könne. Vermutlich war es einfach wieder ein wenig Erleichterung, und auch ein wenig Trauer. Die Beraterin hatte im Gespräch betont, dass es dazugehöre, traurig zu sein und dieser Traurigkeit Raum zu geben. Ich hätte die Kraft und Ressourcen für die Sorge um ein weiteres Kind nicht gehabt, daran hatte sich nichts geändert.

In den folgenden Tagen wartete ich auf ein schlechtes Gewissen, doch es blieb aus. Auch Jahre später ist davon nichts zu spüren.

In der Zeit nach dem Eingriff sollte ich unter Aufsicht bleiben, für den Fall, dass doch Komplikationen auftreten. Trotz zwei weiterer Angebote nahm ich meinen damaligen Partner in diese Pflicht. Wieder fühlte ich mich von ihm alleingelassen. Ich wäre vermutlich mit allem auf mich gestellt gewesen, und dieses Nein zu dieser Schwangerschaft war ein sehr klares Ja zu mir selbst. In den Wochen und Monaten nach dem Abbruch hatte ich weitere wichtige Erkenntnisse über mich und diese Beziehung, die dann endgültig zerbrach.

Eine wichtige Hilfe dabei war die Beratungsstelle, die ich nach dem Eingriff tatsächlich noch viermal aufsuchte. Innerhalb eines Jahres nahm ich diese vier Sitzungen in Anspruch, die mir in der Reflexion auf mehreren Ebenen und an verschiedenen Punkten meines Verarbeitungsprozesses halfen. Eines der Ergebnisse dieser Beratung waren unter anderem Texte, die als Grundlage für diesen Erfahrungsbericht dienten.

Die Tragweite meiner Entscheidung für mich und ihre Wichtigkeit geben mir heute manchmal noch Kraft, denn an diesem Punkt habe ich mich für ein Leben entschieden, in dem ich selbst wirksam sein kann.