

## Warum brauchen Männer Hilfe?

Für Männer, die von Abreibung beeinträchtigt worden sind, ist es wichtig, ihre Vergangenheit aufzuarbeiten und Vergebung und Heilung zu empfangen.

Antidepressiva können helfen, aber sie lösen die zugrunde liegenden Kernprobleme nicht und können das Suizidrisiko erhöhen. Millionen von Männern haben ein Kind durch Abreibung verloren. Erlaube verlorener Vaterschaft nicht, eine verborgene Erfahrung zu bleiben, die von Scham, Schuld und Gedanken, an das, was hätte sein können, regiert wird. Die Verbindung zwischen Abreibung und deinem Schmerz ist real. Du weißt das besser als sonst irgendwer.

Es ist möglich, dass Männer von den negativen Konsequenzen einer Abreibung befreit werden.

## Was ist mit Fehl-oder Stillgeburt?

Das sind Situationen, die mit Abreibung eng zusammenhängen und es ist genauso wichtig, dass Männer den Verlust ihres Kindes betrauern, damit abschließen und Heilung finden können. Wenn das zu deiner Vergangenheit gehört, dann frag uns, wie wir dich auf deinem Weg unterstützen können.

In einem SaveOne Kurs wirst du einen sicheren und vertraulichen Ort finden.

### Anmeldung zu Männerkursen

bei Chris Horswell  
SaveOne Europe, 1230 Wien, Österreich  
Mobil: +43 664 827 3812  
chris.horswell@saveoneeurope.org  
www.saveoneeurope.org

SaveOne bietet auch Schulungen für KursleiterInnen sowie spezielle Kurse für Paare, Frauen und Angehörige an.



ZVR Nr. 387198223

IBAN: AT77 2011 1829 3984 1600 | BIC: GIBAATWW

## Geschichten von Männern

**Timothy** – „Ich liebe dich nicht genug, um Kinder zu haben“. Das war die einzige Erklärung, die ich von meiner Freundin bekam, die auch die Mutter meines Kindes gewesen wäre. Während der Jahre voll Schmerz, Schuld und Scham, habe ich nie gedacht, dass ich vielleicht innere Heilung bräuchte. Ich dachte, dass ich darüber hinweg sei und hatte mit meinem Leben weitergemacht, aber dann gemerkt, dass ich immer noch verletzt und traurig über dieses verlorene Kind war. Durch SaveOne habe ich Vergebung, Heilung und inneren Frieden gefunden, der von dem Wissen kommt, dass Gott mich immer noch liebt.

**Jerome** – „Wir lernten uns kennen und verliebten uns, hatten unsere Zukunft geplant und darin hatten Kinder keinen Platz, obwohl ich damals sagte, dass ich Christ war. Wir heirateten und begannen ein neues, gemeinsames Leben, aber was ich als die „Lösung“ angesehen hatte, war der Beginn einer Reise durch Jahre des Schmerzes, des Vermeidens, des emotionalen Rückzuges und des drohenden Endes unserer Ehe. Durch SaveOne fanden auch wir Freiheit und Wiederherstellung, ich habe mit mir selbst Frieden geschlossen und mein Herz ist wieder voller Leben. Meine Beziehung und Ehe wurden wiederhergestellt, ich habe meine Frau um Vergebung bitten können und wir wurden mit einem weiteren Kind gesegnet. Jetzt haben unsere Gefühle für einander eine Tiefe, die wir noch nie zuvor erlebt haben.“

**Philip** – „Wir lieben Kinder und erwarteten unser drittes Kind als uns mitgeteilt wurde, dass es mit Behinderungen zur Welt kommen könnte. Wir führten unendlich viele Gespräche mit Ärzten und Experten, aber entschieden uns widerwillig gegen das Kind, weil wir nicht die Stärke hatten, uns auch noch um ein Kind mit Behinderungen zu kümmern. Mein Selbstvertrauen und meine Stärke als Mann und Vater wurden mir durch Selbstvorwürfe geraubt, meine Frau erkrankte an Depressionen und wir beide tranken viel, um den Schmerz und den Kummer zu ertränken. Obwohl wir am Anfang total skeptisch waren, fanden wir durch SaveOne Vergebung uns selbst gegenüber und zueinander, ein Ende der Depressionen und neue Stärke dadurch, dass wir Gott zum ersten Mal kennen lernten. Wir wurden jetzt auch mit einem neugeborenen Pflegekind gesegnet und sind jetzt wieder zu dritt.“

**Alexander** – „Als Kind einer Mutter, die eine Abreibung gehabt hatte, und als Vater eines abgetriebenen Kindes lebte ich mit vielen emotionalen Narben. Meine Beziehungen hielten oft nur kurz, ich verlor regelmäßig meinen Jobs und ich fühlte mich unwürdig und nahm für jedes Problem die Rolle des Sündenbocks an. Meine Ehe war ein Chaos, ich war emotional gebunden und total isoliert von meinen Gefühlen. Gleichzeitig hatte ich wegen jeder Kleinigkeit viel irrationalen Ärger und Wut. Durch SaveOne habe ich herausgefunden, dass ich mir selbst vergeben kann, Vergebung empfangen kann und Ärger und Wut sind endlich weg.“

www.saveoneeurope.org

## Posttraumatische Belastungsstörungen bei Männern

Wie sich Abreibung auf Männer auswirkt und wie ihnen geholfen werden kann



## Wie verletzt Abtreibung Männer?

Zu jeder Abtreibung, die vorgenommen wird, gehört ein Vater, der seine Vaterschaft verloren hat. Das trifft auch zu, wenn das Kind nicht geplant oder gewollt war. Es ist ein realer und herzerreißender Verlust, der jeden Mann unterschiedlich beeinflusst. Manche Männer leben weiter, ohne je irgendwelche negativen Folgen zu erleben und dafür sind wir dankbar. Aber wir glauben, dass die Mehrheit der Männer unter diesem Verlust leidet und möglicherweise jahrelang niemanden hatten, an den/die sie sich wenden konnten, niemand, der ihnen zugehört hätte oder der ihnen ihre Trauer geglaubt hätte.

Wir haben beobachtet, dass Männer deswegen mit Wut, Pornographiesucht, sexuellen Problemen kämpfen und in die Statistiken zu häuslicher Gewalt in die Höhe schießen.

- Abtreibung nimmt einem sich im Bauch seiner Mutter entwickelnden Baby das Leben
- Abtreibung verletzt den Wunsch eines Mannes nach Verbindlichkeit, danach zu beschützen und zu versorgen
- Schuld und Angst nach einer Abtreibung können die Fähigkeit eines Mannes, einer Frau, Autoritäten und Gott zu vertrauen, schwächen.

## Was ist eine posttraumatische Belastung nach einer Abtreibung?

Symptome im Bereich einer posttraumatischen Belastungsstörung (PTBS) werden von Vätern abgetriebener Kinder häufig erlebt.

Manche blockieren den natürlichen Trauerprozess und das Verarbeiten des Todes ihres ungeborenen Kindes indem sie ihre Beteiligung an oder Verantwortung für die Abtreibung leugnen. Dadurch blockieren sie den natürlichen Trauerprozess, der stattfinden muss bevor Heilung passieren kann.

## Was sind die Symptome?

Die Symptome, die Männer nach einer Abtreibung oft erleben, sind:

### Beziehungen

- Instabilität in Beziehungen, besonders mit Frauen
- Schwierigkeiten sich zu binden
- Unfähigkeit mit Kindern oder dem/r Ehepartner/ in eine tragfähige Bindung aufzubauen
- Sexuelle Störungen
- Unfähigkeit Freunden zu vertrauen

### Verhalten

- Schlaflosigkeit, wiederkehrende Träume oder Alpträume
- Sucht- oder verhalten (z.B. Sex, Pornographie, Alkohol, Drogen)
- Nicht zu seinen Fehlern stehen können
- Kontrollprobleme
- Geringes Selbstwertgefühl bzw. Selbstbewusstsein, Identitätsverlust

### Emotional/Empfinden

- Unerklärliche Angstzustände
- Wut, Zorn und missbrauchendes Verhalten
- Mentaler oder körperlicher Stress in Zusammenhang mit abtreibungsbezogenen Triggern
- Risikoverhalten bis hin zu suizidalem Verhalten
- Angst vor drohendem Unglück
- Angst vor Fehlern und Ablehnung
- Einsamkeit
- Emotionale Taubheit
- Verlustgefühl
- Schuld- und Schamgefühl
- Depressionen

## Wer sind diese betroffenen Männer?

Abtreibung hat nicht nur Auswirkungen auf den Vater des Kindes, sondern u.U. auch auf den Großvater, die Geschwister und andere Verwandte. Männer, die Frauen heiraten, die eine Abtreibung gehabt haben, werden von dem Schmerz ihrer Frauen beeinträchtigt werden, auch wenn sie selbst nicht der Vater des abgetriebenen Kindes waren.



## Der Heilungsprozess

Du fragst dich vielleicht, warum sich das Leben oft so leer anfühlt; so geht es vielen Männern. SaveOne Kurse werden dir dabei helfen:

- Den Verlust deines Kindes, Enkelkindes, Bruders, deiner Schwester oder eines anderen Familienmitgliedes zu betrauern
- Herauszufinden, wie Gott in dieses Bild passt
- Mit Schuld, Scham, Wut, Angst und Zorn umzugehen
- Selbstvertrauen als Beschützer, Versorger und Erhalter der Familie wiederaufzubauen
- Vertrauen in Gott, Frauen und andere wiederaufzubauen
- Sich entschuldigen und Vergebung annehmen