

ERFAHRUNGSBERICHTE

„Vor drei Jahren habe ich aus Angst, es nicht alleine zu schaffen, mein zweites Kind abtreiben lassen. Danach ging es mir so schlecht, dass ich ein halbes Jahr nicht lachen konnte, viel Wut hatte und oft weinte. Morgens war mir oft übel und ich hatte Wahnvorstellungen, schwanger zu sein – ich habe es mir herbeigesehnt. Aus Angst konnte ich mit keinem Menschen darüber reden. Irgendwann wusste ich, dass es so nicht weitergehen konnte.

Ich ging zur Beratung zu Pro Familia, wo ich auch vor der Abtreibung war. Ich spürte ihre Hilfslosigkeit – sie verwiesen mich auf Pharmazeutika. Über eine Seelsorgerin kam ich zu Kaleb und SaveOne.

Hier wurde mir zugehört und ich konnte meine Schuld im Gebet vor Gott bringen. Er hat mir sofort vergeben und auch ich habe mir nach einiger Zeit vergeben können.“

L. 26 Jahre

„30 Jahre ist meine Abtreibung nun schon her. 30 Jahre, die meine Tochter nicht leben durfte. Es war eine erzwungene Abtreibung, im System der DDR, mit Zustimmung meiner Eltern. Ich war nicht volljährig und hatte keine Stimme. 30 lange, traumatisierte Jahre voller Panikattacken und Angstzuständen folgten. Angst, erneut nicht selbst entscheiden zu können.

30 Jahre voller Schweigen, aus Scham. Nur wenige erfuhren davon, eine von Ihnen erzählte mir schließlich von SaveOne.

Mit viel Tränen, aber auch Verstehen und Erleichterung ging ich durch die Wochen des Kurses. Entscheidend, aber auch besonders schwer war und ist für mich, Gottes Gnade anzunehmen. Nein, ich fühle mich nun nicht vollkommen geheilt. Doch ich habe erkannt, es ist für mich der einzige und richtige Weg.“

A. 47 Jahre

ANSPRECHPARTNER für Chemnitz und Umgebung

Beate Wagner
Dipl.-Sozialarbeiterin
Beraterin für Schwangere und Familien
im Verein KALEB-Region Chemnitz e. V.



Für Gespräche und die Begleitung eines SaveOne-Kurses stehe ich Ihnen gern zur Verfügung. Sie erreichen mich unter:
Telefon: 0371 / 4029313
E-Mail beate.wagner@kaleb.de

Die Arbeit von SaveOne ist weltweit vernetzt,
alle Kontakte für Europa finden Sie unter
www.saveoneeurope.org

saveone
europe

ein auf biblischen Prinzipien
basierender Aufarbeitungskurs
für Frauen nach Abtreibung

Kaleb
KOOPERATIVE • ARBEIT • LEBEN • EINGELICHT • BEWAHREN
Sag Ja zum Leben!

FRAUEN NACH ABTREIBUNG BRAUCHEN VERSTÄNDNIS UND UNTERSTÜTZUNG

Nach einer Abtreibung versinken viele Frauen in einem regelrechten Gefühlschaos. Aus anfänglicher Erleichterung wird oft Trauer, Schmerz, Scham und Reue. Diese Gefühle wirken manchmal nur im Unterbewusstsein und können – auch erst nach Jahren – zum Post-Abortion-Syndrom führen.

POST-ABORTION-SYNDROM (PAS) steht für folgende Symptome:

- unerklärliche Kopf- und Unterleibschmerzen
- Ängste, Panikattacken
- Schlafstörungen, Alpträume
- extreme Rastlosigkeit
- Schuld-, Schmutz-, Verdammungsgefühle
- Todessehnsucht
- Absterben des Gefühlslebens
- Suchtmittelmissbrauch
- starke Reaktionen auf den Anblick eines Säuglings/einer schwangeren Frau
- unkontrollierbarer Wunsch nach einer erneuten Schwangerschaft

SAVEONE

SaveOne ist ein 10-Schritte-Programm zur Aufarbeitung der Folgen von Abtreibung, basierend auf biblischen Prinzipien. Es ist entstanden aus der Betroffenheit einer Frau, die als Teenager eine Abtreibung erlebte und viele Jahre unter dieser Entscheidung gelitten hat, und den Erfahrungen vieler Frauen, Männer oder anderweitig betroffener Personen weltweit.

In einem persönlichen Erstgespräch finden betroffene Personen die Möglichkeit, ihre Nöte anzusprechen und sich umfassend zu informieren.

Der Kurs besteht aus zehn zweistündigen Themeneinheiten die wöchentlich abgehalten werden. Insgesamt sollten 12 Treffen eingeplant werden. Dabei dient das SaveOne-Arbeitsbuch (Kosten 17,00 €) als Leitfaden für den Austausch in einer Kleingruppe (max. 5 Personen) oder Zweierschaft.

SaveOne wird in einem geschützten Rahmen angeboten, alle jeweils Beteiligten unterliegen der Schweigepflicht.

SaveOne stellt kein Therapieangebot dar.

KUR SINHALTE

1. Ihre Quelle des Mutes

Sich mit der Abtreibung und den damit verbundenen Gefühlen auseinander zu setzen, erfordert Mut.

2. Was geschah mit mir?

3. Der Umgang mit verirrten Emotionen I

PAS - Zusammenhänge erkennen

4. Der Umgang mit verirrten Emotionen II

Niedergeschlagenheit und Depression – was bewirken sie?

5. Anderen vergeben

Wer war aktiv an Ihrer Abtreibung beteiligt?

6. Gottes Gnade

Wie finde ich Vergebung?

7. Kann ich mir selbst vergeben?

Vergangenheit loslassen, Gegenwart leben

8. Erneuerung der Gedanken

Den Kreislauf negativer Gedanken durchbrechen

9. Wer ist dieses Kind?

Das Kind als Teil von mir wahrnehmen

10. Eine mutige Frau

Freuen Sie sich auf die Zukunft! Schweigen Sie nicht und helfen Sie anderen Frauen/Männern in ähnlichen Situationen.