

### **Eine ungeplante Schwangerschaft löst auch bei Männern widersprüchliche Gefühle aus**

Die Nachricht löst als erste Reaktion häufig ein „Ich-bin-noch-nicht-soweit“ aus. Zu dem folgenden Gefühls- und Gedankenchaos gehören Freude, Stolz und Glücksgefühle ebenso dazu wie Panik, Zukunftsängste und finanzielle Sorgen.

### **Eine ungeplante Schwangerschaft berührt auch die Lebensplanung des Mannes**

Bestimmte Fragen brauchen eine Antwort:  
Möchte ich jetzt schon Vater werden?  
Fühle ich mich dazu in der Lage?  
Mit dieser Partnerin?  
Was für ein Vater will ich sein?  
Welche Veränderungen stehen mir/uns bevor und wie können wir dann unsere Beziehung gestalten?  
Mit welcher Entscheidung kann ich besser leben?  
Was brauche ich, damit ich eine gute Entscheidung treffen kann?

### **Eine klare Haltung des Mannes kann die Partnerin unterstützen**

Die Tatsache, dass die letztendliche Entscheidung für oder gegen das Kind von der Frau getroffen wird, kann bei vielen Männern ein Gefühl von Ohnmacht oder Resignation auslösen. Oder sie vermeiden es, ihre eigenen widersprüchlichen Gefühle mitzuteilen, um ihre Partnerin nicht noch mehr zu belasten. Oft fühlen sich beide unverstanden und bleiben dann mit ihren Hoffnungen und Zweifeln allein.

### **Was viele Männer nicht wissen:**

Die pro familia Bielefeld e.V. bietet nicht nur den schwangeren Frauen, sondern auch den Männern Beratung an. Dort können sie - allein oder gemeinsam mit der Partnerin - mit einer neutralen Person ihre Gedanken und Gefühle ordnen, um zu einer eigenen Haltung gegenüber der Schwangerschaft zu finden. In unseren Beratungsstellen arbeiten auch männliche Berater, mit denen Sie die eigene Situation beleuchten können.

### **Scheinbare Gegensätze darüber, ob die Schwangerschaft ausgetragen werden soll oder nicht**

lösen sich in gemeinsamen Beratungsgesprächen häufig auf. Beide erkennen, dass jeder/r sowohl Gründe für als auch gegen die Schwangerschaft hat und dass es für die gemeinsame Beziehung wichtig ist, eine Entscheidung zu finden, die beide tragen können.

### **Eine Beratung ist für Männer gerade dann sinnvoll, wenn sie gegen ihren Willen Vater werden**

Mögliche Themen sind:

Was für ein Vater kann ich unter solchen Umständen sein?  
Will ich nur zahlen oder wie soll der Umgang mit meinem Kind aussehen?  
Was braucht ein Kind von seinem Vater?  
Was kommt rechtlich und finanziell auf mich zu?  
Wer unterstützt mich / uns, wenn Konflikte auftreten?

**Eine Beratung ist eine Chance,** sich in einer wichtigen Lebenssituation Orientierung zu verschaffen und einen stimmigen Weg für Ihre Zukunft zu finden.

**Sprechen Sie mit uns!**