

## **Wenn zwei Striche alles verändern - schwanger wie weiter?**

Du hältst einen positiven Schwangerschaftstest in der Hand, aber eigentlich stehst du mitten im Leben. Vielleicht suchst du noch eine Lehrstelle, hast gerade endlich einen Ausbildungsplatz gefunden oder deine Lehre erfolgreich abgeschlossen. Vielleicht hast du dich vor kurzem getrennt, und versuchst dich neu zu orientieren, oder deine (Ex-)Freundin ist von dir schwanger.

### **Eine Schwangerschaft kommt nicht immer zum vermeintlich «richtigen»**

**Zeitpunkt.** Unabhängig vom Alter gibt es Lebensphasen, die als besonders herausfordernd oder ungünstig empfunden werden. Ausbildung, finanzielle Unsicherheit, Beziehungsfragen oder Zukunftspläne – all das kann die Freude über eine Schwangerschaft begleiten, trüben oder infrage stellen.

In der Schweiz gilt: In den ersten zwölf Schwangerschaftswochen besteht die Möglichkeit, eine Schwangerschaft straffrei abzubrechen (Art. 118 Strafgesetzbuch), sofern die schwangere Person schriftlich erklärt, sich in einer Notlage zu befinden. Die sogenannte Fristenregelung soll sicherstellen, dass Betroffene innerhalb eines klar definierten Zeitraums selbstbestimmt entscheiden können.

Jugendliche unter 16 Jahren haben vor einem Schwangerschaftsabbruch eine Beratung bei einer spezialisierten Stelle für Jugendliche aufzusuchen (Art. 120 Abs. 1 lit. C Strafgesetzbuch). Diese prüft insbesondere, ob die junge Person ihre Entscheidung frei von Druck durch Dritte trifft. Ziel ist es, Schutz und Unterstützung zu gewährleisten, ohne die Selbstbestimmung einzuschränken.

### **Jede angehende Mutter und jeder angehende Vater hat unabhängig vom Alter Anspruch auf kostenlose Beratung.**

Eine ungeplante Schwangerschaft stellt Betroffene oft vor eine schwierige Entscheidung. Umso wichtiger ist es, die eigenen Rechte zu kennen und zu wissen, dass Unterstützung vorhanden ist. Zwischen Lehrabschluss, Neuanfang oder persönlicher Krise bleibt eines zentral: Niemand muss diesen Weg allein gehen.

Im Kanton Thurgau bietet die Beratungsstelle für Familienplanung Schwangerschaft und Sexualität entsprechende Gespräche an. Die Beratung ist kostenlos und vertraulich. In einem geschützten Rahmen können Fragen geklärt, Ängste angesprochen und mögliche Perspektiven aufgezeigt werden – unabhängig davon, wie die Entscheidung letztlich ausfällt.

Sandra Giachetti

Sozialarbeiterin BSc

BENEFO Beratungsstelle für Familienplanung, Schwangerschaft und Sexualität

[www.schwangerschaft-tg.ch](http://www.schwangerschaft-tg.ch)