Beratungsstellen für Familienplanung, Schwangerschaft und Sexualität
St.Gallen . Wattwil . Sargans . Rapperswil-Jona

frauen

Frauenzentrale
St. Gallen

Tätigkeitsbericht 2018

04 Bericht der Trägerschaft:
Frauenzentrale St. Gallen
und Bericht der operativen Leitung

06 Statistik

07 Statistikvergleich 2018/2017/2016

08 Blickwinkel

16 Organisation

18 Statistiktabelle 2018

Notfonds für Schwangere
Spendenkonto:
CH39 0690 0042 0101 4940 3
acrevis Bank AG
9004 St. Gallen

Regionalstellen

	Adresse	Telefon	Mail
St. Gallen Beratungsstelle für Familienplanung, Schwangerschaft und Sexualität	Vadianstrasse 24 Postfach 325 9001 St. Gallen	071 222 88 11	faplasg@fzsg.ch
Wattwil Beratungsstelle für Familienplanung, Schwangerschaft und Sexualität	Bahnhofstrasse 6 9630 Wattwil	055 225 74 30 071 988 56 11	faplajona@fzsg.ch
Sargans Beratungsstelle für Familienplanung, Schwangerschaft und Sexualität	Bahnhofstrasse 9 7320 Sargans	081 710 65 85	faplasargans@fzsg.ch
Rapperswil-Jona Beratungsstelle für Familienplanung, Schwangerschaft und Sexualität	St. Gallerstrasse 1 8645 Jona	055 225 74 30	faplajona@fzsg.ch

www.faplasg.ch

Impressum

Frauenzentrale St. Gallen
Bleichestrasse 11
9000 St. Gallen
T 071 222 22 33
F 071 223 83 75

Gestaltung
Schalter & Walter GmbH, St. Gallen

Druck
Typotron AG, St. Gallen

Illustration
Geraldine Hasler

Bericht der Trägerschaft: Frauenzentrale St. Gallen

Aus Sicht der Trägerschaft war das vergangene Jahr ruhiger als die Vorjahre. Das neue Leitungsduo, Jutta Ahlke und Jacqueline Schneider, hat sich gut etabliert und die Finanzen, unser Sorgenkind der letzten Jahre, konnten mit den getroffenen Sparmassnahmen endlich stabilisiert werden.

Trotzdem ist weiterhin eine hohe Flexibilität gefordert. Im Betrieb, weil Wechsel auf personeller Ebene dazugehören, immer aber einen intensiven Prozess auslösen; und auch übergeordnet ist Aufmerksamkeit gefordert in den Feldern, welche wir in der Fapla bearbeiten.

Eines dieser Felder betrifft den legalen Schwangerschaftsabbruch bis zur 12. Schwangerschaftswoche. Seit geraumer Zeit regt sich auch in der Schweiz wieder mehr politischer Widerstand. Gegner möchten den legalen Abbruch wieder rückgängig machen. Dazu werden Unterschriften gesammelt, die Werbung wird intensiviert und in den sozialen Medien kursieren Videos, welche Frauen an den Pranger stellen und kriminalisieren, welche einen Abbruch vornehmen.

Umso wichtiger ist es, dass Frauen in unseren Beratungsstellen für Familienplanung, Schwangerschaft und Sexualität eine wertneutrale und offene Beratung in Anspruch nehmen können, welche sie und den Partner in dieser schwierigen Entscheidungsphase stärkt, begleitet und unterstützt.

Doch um solche Gespräche führen zu können, braucht es einen guten Rahmen, fachlich gut ausgebildete Fachpersonen und eine solide Trägerschaft, welche den Mitarbeiterinnen den Rücken stärkt und freihält. So gelingt es, auch künftige Herausforderungen zu meistern.

An dieser Stelle möchte ich meinen Fapla-Frauen, allen voran Jutta Ahlke, herzlich danken für die wertvolle und engagierte Zusammenarbeit.

Danken möchten wir aber auch den Verantwortlichen des Gesundheitsdepartementes, namentlich Regierungsrätin Heidi Hanselmann, Generalsekretär Donat Ledergerber, seiner Stellvertreterin Fabienne Frei sowie der Kantonsärztin Danuta Reinholz, für die konstruktive Zusammenarbeit im vergangenen Jahr und die wohlwollende Unterstützung, welche wir immer wieder erfahren durften.

Jacqueline Schneider,
Geschäftsführerin

Bericht der operativen Leitung

Die Konstante ist die fachlich fundierte Arbeit für die Klientinnen und Klienten …

Veränderung
Die Fapla musste im Rahmen der Sparmassnahmen des Kantons im Jahr 2017 die Stellenreduktion um 10 % über alle Stellen umsetzen. Zudem musste die Unterstützung bei finanziellen Fragen derart reduziert werden, dass finanzielle Gesuche an andere Träger nur in absoluten Notfällen gestellt werden. Dies hat Auswirkungen, die sich in der alltäglichen Arbeit mit den Klientinnen und Klienten im Jahr 2018 zeigen. Nähere Erläuterungen dazu finden Sie in der Statistikauswertung (Seite 6).

Bewegung
Marlys Spreyermann, die auch die Beratungsstelle in Rapperswil-Jona leitet, hat seit dem 1. Juli 2018 zusätzlich die Leitung der Fapla in Wattwil übernommen. Diese Lösung wurde entwickelt, um Kapazität zu schaffen, die der Beratungsarbeit für die Klientinnen und Klienten zugutekommt, und damit vorhandene Ressourcen und Synergien optimal genutzt werden. Dabei wird sie von unserer Fachfrau Sexuelle Gesundheit, Nadia Lehnhard, in den Bereichen der sexualpädagogischen Angebote und der Präventionsprojekte unterstützt. So können auch die Öffentlichkeitsarbeit und die Vernetzung bestmöglich gebündelt werden.

Wechsel
Nach 15 Jahren Aufbauarbeit und Leitung in der Fapla Sargans hat Bettina Thaler eine neue berufliche Herausforderung angenommen. Per 1. Dezember 2018 hat Andrea Marthy, eine Fachfrau mit jahrelanger Erfahrung, neu die Stellenleitung in Sargans übernommen.

Konstante
Dies ist die Arbeit für und mit den Klientinnen und Klienten mit einem niederschwelligen Zugang auf gleichzeitig hochprofessionellem Niveau, sei es in Form von Beratung, Krisenintervention, Information, sei es in Form von sexualpädagogischen Angeboten, Referaten und Workshops. Gerne präsentieren wir Ihnen aus verschiedenen «Blickwinkeln» die Arbeit der Fapla (ab Seite 8).

Ein grosses Dankeschön an alle Mitarbeiterinnen der Fapla in ihren unterschiedlichen Positionen für ihre wertvolle und engagierte Arbeit für die Frauen, Männer, Kinder, Jugendlichen und Familien.

Jutta Ahlke,
Operative Leitung der Fapla

«Die Arbeit mit Menschen in diesen sensiblen Bereichen erfordert einen niederschwelligen Zugang.»

Statistik

Rahmenbedingungen

Die Statistik ist im Rahmen der Sparmassnahmen zu interpretieren, bei denen eine 10-prozentige Stellenreduktion bei allen Mitarbeiterinnen (Beratung und Administration) erfolgte. Diese ist seit Mitte 2017 umgesetzt und brachte folgende Auswirkungen:

- Pro Klientin und Klient musste die Anzahl der Beratungsgespräche verringert werden.
- Die finanzielle Hilfestellung in Form der Stellung von Gesuchen an andere Institutionen musste auf Notfälle reduziert werden.
- Ebenso wurde die durchschnittliche Dauer eines Gespräches, ausser bei Konfliktberatungen, gekürzt.

Neu erfolgt die Interpretation der Statistik über die Gesamt-Fapla. Dies führt zu einer besseren Lesbarkeit, vermeidet Wiederholungen und lässt die Arbeit der Gesamt-Fapla besser erfassen, zumal die Arbeitsschwerpunkte über alle Stellen identisch sind.

Da trotz der Gesamtinterpretation jede Region zahlenmässig differenziert dargestellt werden soll, musste in der Statistikerfassung eine Systemerweiterung erfolgen. Neu leitet Frau Spreyermann zwei Regionalstellen, deren Statistiken einzeln ausgewiesen werden müssen. Durch diese Systemumstellung wurde festgestellt, dass nicht alle Ereignisse in den zwei vorangegangenen Jahren statistisch gezählt wurden. Deshalb ist die Zahl der Ereignisse in den Jahren 2016 und 2017 um fast 500 Ereignisse höher als in den vorangegangenen Jahresstatistiken ausgewiesen.

Die sexualpädagogischen Angebote werden neu gesamthaft dargestellt. Die Sexualpädagogin ist im ganzen Kanton tätig und auch die Stellenleiterinnen der Regionalstellen übernehmen sexualpädagogische Angebote. Die Interpretation und die visuelle Darstellung sind auf Seite 14 und 15 im «Überblick» dargestellt.

Wichtige Zahlen – total und regional

Neu fand ab Mitte März 2018 eine fachliche Ausweitung in dem Gesprächsangebot zum medikamentösen Schwangerschaftsabbruch in Zusammenarbeit mit dem Kantonsspital St. Gallen statt. Einen inhaltlichen «Einblick» in diese fachlich wichtige Arbeit erhalten Sie auf Seite 10.

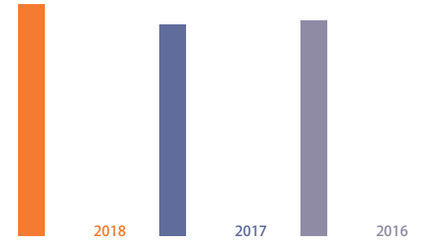
Dieses Angebot spiegelt sich in mehreren statistischen Werten wider, besonders bei der Beratungsstelle St. Gallen, da diese am Standort des Kantonsspitals ist, aber auch in den Regionen.

- Dieses Angebot erhöht zwar die Anzahl der Klientinnen und Klienten über die Gesamt-Fapla, erhöht aber gleichzeitig die Anzahl der Ereignisse nur unwesentlich, da diese Beratungen im Gegensatz zur Thematik Schwangerschaft / Mutterschaft meistens im Rahmen eines einzigen Gespräches erfolgen.
- Der Anteil Frauen ist um 15 % gestiegen, auch der prozentuale Unterschied im Verhältnis Frauen/Männer ist grösser geworden zum Vorjahr und beträgt jetzt 84 % zu 16 %.
- Das Verhältnis Schweizerinnen und Schweizer / Migrantinnen und Migranten, welches 2017 45 % zu 55 % war, hat sich 2018 wieder gekehrt: 51 % zu 49 %.
- Die Zuweisung durch Arzt/Spital hat sich 2018 im Vergleich zu 2017 um 50 % markant erhöht.

Die Anzahl der Klientinnen und Klienten mit dem Anmeldegrund Schwangerschaft/Mutterschaft hat leicht abgenommen, macht aber immer noch einen Hauptteil unserer Beratungsgespräche aus. Die Nutzung unseres Angebotes einer umfassenden Beratung im Bereich Verhütung hat über die letzten drei Jahre stetig zugenommen. Ebenso die Zahl der Beratungen zum Thema sexuelle und reproduktive Gesundheit, in denen sich hauptsächlich die Arbeit mit Menschen mit Beeinträchtigungen widerspiegelt. Die Anzahl der Schwangerschaftskonfliktberatungen bildet über die Jahre einen konstanten Wert.

Durch die Stellenwechsel der Stellenleiterinnen in den Regionen Wattwil und Rapperswil-Jona wurden die bisherigen Klientinnen und Klienten 2017 abgeschlossen, was zu einer niedrigeren Zahl in der Statistik 2018 führte. Die Anzahl der Neuanmeldungen in den Regionalstellen ist über die Jahre gesamthaft konstant geblieben.

Statistikvergleich 2018/2017/2016



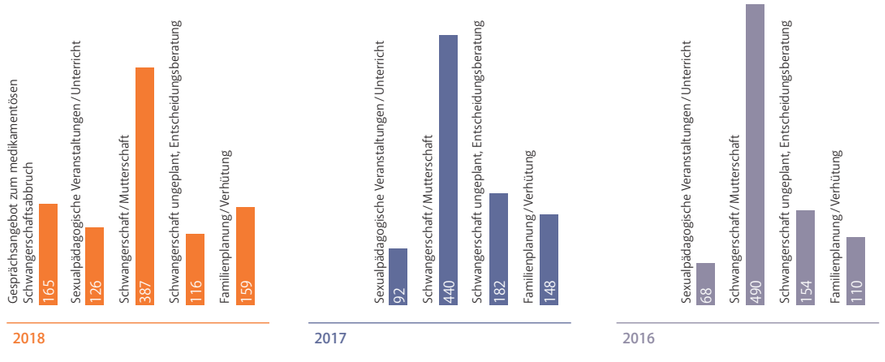
Anzahl	2018	2017	2016
Klientinnen und Klienten	944	862	878

Nationalität	2018	2017	2016
Schweizerinnen/Schweizer	481	391	447
Migrantinnen/Migranten	460	470	429

Schweizerinnen/Schweizer
Migrantinnen/Migranten

Grund der Anmeldung	2018	2017	2016
Familienplanung/Verhütung	159	148	110
Schwangerschaft ungeplant, Entscheidungsberatung	116	182	154
Gesprächsangebot zum medikamentösen Schwangerschaftsabbruch	165	–	–
Schwangerschaft/Mutterschaft	387	440	490
Sexualberatung	30	29	39
Sexuelle und reproduktive Gesundheit	41	35	49
Informationen/Dokumentationen	20	7	13
Pränatale Diagnostik	0	1	0
Sexualpädagogik (Beratungen Lehrpersonen)	26	20	23
Sexualpädagogische Veranstaltungen / Unterricht	126	92	68

Die vier wichtigsten Anmeldegründe



Rückblick

15 Jahre Fapla Sargans

Mein erster Arbeitstag war vergleichbar mit meinem ersten Schultag – unvergesslich eindrücklich, aufregend, mit grossen Erwartungen.

Ein kleiner Raum, ein Tisch, ein Stuhl, ein Regal und ein Telefon … und jetzt?

Wie starte ich? Wie kann ich mein Fachwissen einbringen? Was bedeutet ein Stellenaufbau mit gesetzlichem Auftrag in einer Region, wenn die Stelle nicht unbedingt erwünscht ist beziehungsweise unbekannt ist? Wie kann ich ein wichtiges Angebot in der Region bekannt machen, so, dass man sagt: Ja, die Fapla braucht es? Die Fapla ist uns in der Region wichtig? Solche und ähnliche Fragen haben mich am Anfang sehr beschäftigt.

Es begann die Zeit des Aufbaus, die Bekanntmachung und mich persönlich vorzustellen. Bei der Vorstellung wurde ich freundlich, aber auch kritisch empfangen.

«Wer ist diese Frau Thaler und was macht denn die an dieser Stelle?»: Solche Fragen wurden mir gestellt.

Im Dezember 2003 kamen die ersten Personen in die Beratung – ungeplante Schwangerschaft gleich zu Beginn. Geschickt wurde das Paar von einem Arzt.

Anmeldungen gab es nach und nach zu den unterschiedlichen Fragestellungen, die unser Angebot abdeckt.

Mit der Zeit musste ich mich bewähren, zeigen, wer ich bin und wie ich arbeite.

Meine Arbeitsphilosophie, die sich in all den Jahren gefestigt hat und sich immer in meiner Arbeit zeigt: Die Person, der Mensch mit seinen Anliegen steht im Mittelpunkt. Auf dieser Basis unterstütze ich ihn, seinem Anliegen, seinem Auftrag entsprechend handle ich. Gut darauf zu achten, was förderlich und was sinnvoll ist – manchmal ist es mir gelungen, manchmal auch nicht.

Die Neugier an Themen und neuen Entwicklungen hat mich gelehrt, mich immer mit neuen Fachthemen persönlich, regional, kantonal und national auseinanderzusetzen. Die Aktualität des Themas ungeplante Schwangerschaft hat sich nicht verändert, sei es fachlich oder politisch. Was sich verändert hat, ist der Zugang von jungen Frauen zu bestimmten Themen. Sie setzen sich neu anders mit Themen der Familienplanung, der Verhütung und dem Frauenbild auseinander. War es den Frauen in der Vergangenheit wichtig, mit diversen Themen politisch auf die Strasse zu gehen, lernen die jungen Frauen bereits in der sexuellen Bildung, sich mit dem Thema auseinanderzusetzen. Die Medien und das Internet spielen dabei eine grosse Rolle und sind Informations- und Austauschquelle.

Neue Themen sind die sexuellen Rechte von Menschen mit Beeinträchtigung, was bedeutet dies für eine Fachstelle? Wie können wir ein solches Recht auch umsetzen und worin können wir Fachpersonen, Eltern und direkt betroffene Personen in ihren Fragen, Unsicherheiten, Unklarheiten unterstützen?

Neue Lernfelder haben sich eröffnet in der Thematik Sexualität und Verhütung im Migrationsbereich. Wie wird in anderen Kulturen über das Thema Sexualität gesprochen, wie teuer sind Verhütungsmittel und was ist den Frauen wichtig? Dank der interkulturellen Übersetzung waren dies oft lustvolle, lustige, aber vor allem interessante Workshops. Das gegenseitige Lernen voneinander und miteinander stand im Vordergrund.

Die Entwicklung des Themas Schwangerschaft zeigt für mich auf, wie vielseitig die Themen sind und wie sie sich in den Jahren vom Trend her verändert haben. Die Stelle hat sich etabliert, entwickelt und gefestigt, und ich kann behaupten: Ja, die Fapla in Sargans braucht es seit Beginn der Eröffnung.

Bettina Thaler,
ehemalige Stellenleitung Sargans

Ausblick

Einen Einblick in die Arbeit der Beratungsstelle für Familienplanung, Schwangerschaft und Sexualität habe ich im Jahr 2006 erhalten. Damals absolvierte ich ein Praktikum bei der Kinder- und Jugendhilfe St. Gallen in Sargans. Schon damals bestand eine Bürogemeinschaft zwischen den beiden Fachstellen. Bettina Thaler gab mir die Möglichkeit, bei einigen Beratungsgesprächen dabei zu sein. Diese Gespräche haben meine berufliche Laufbahn geprägt … Anschliessend folgten eine Anstellung bei den Sozialen Diensten Sarganserland als Schulsozialarbeiterin und eine Anstellung als sozialpädagogische Familienbegleiterin bei Inspira GmbH auf der Regionalstelle in Buchs. Von August 2015 bis Januar 2019 arbeitete ich bei der Beratungsstelle für Familienplanung, Sexualität, Schwangerschaft und Partnerschaft in Chur. Aufgrund der Vernetzung in der Region und der Erfahrung im Fachbereich der sexuellen Gesundheit, Familienplanung und Schwangerschaft bin ich für die Übernahme der Stellenleitung der Fapla Sargans bestens gerüstet.

Gut 12 Jahre später und kaum habe ich mit der Arbeit begonnen, darf ich einen Ausblick wagen.

«Niederschwelligkeit» ist für mich besonders wichtig. Niederschwelligkeit bedeutet, dass das Beratungsangebot von den Nutzenden mit geringem Aufwand in Anspruch genommen werden kann. Durch die regionale Abdeckung der Beratungsstellen im Kanton St. Gallen ist eine gute Basis hierfür gelegt worden. Die hilfesuchenden Personen können sich in der Nähe des Wohnortes beraten lassen und müssen keine weiten Wege auf sich nehmen. Ein Angebot wird jedoch nur genutzt, wenn es in den Standortgemeinden bekannt ist. Deshalb kommt der Vernetzung und der Öffentlichkeitsarbeit ein grosser Stellenwert zu. In den nächsten Monaten werde ich mein ganzes Engagement darin investieren, das «neue Gesicht» der Fapla Sargans den umliegenden Fachstellen und Zuweisern bekannt zu machen. Mein Ziel ist es, dass das Beratungsangebot der breiten Öffentlichkeit bekannt ist. Einen weiteren Schwerpunkt lege ich daher in die Öffentlichkeitsarbeit. Die Fapla Sargans soll ein «Blickfang» sein und auf Eigeninitiative der Nutzenden angegangen werden.

«Mein Ziel ist es, dass das Beratungsangebot der breiten Öffentlichkeit bekannt ist.»

Am allerwichtigsten ist mir jedoch die direkte Beratungsarbeit mit den Klientinnen und Klienten. Deren Anliegen und Bedürfnisse sollen im Mittelpunkt stehen. Für mich ist es zentral, qualitativ hochwertige Beratungsarbeit zu den verschiedenen Themen zu leisten. Ich bin der festen Überzeugung, dass dies die beste Werbung für eine Stelle ist und eine gute Mundpropaganda bringen wird.

Um in den Regionen gute Arbeit leisten zu können, sind die Regionalstellen auf einen starken Rückhalt der Trägerschaft angewiesen. Die Neustrukturierungen sind voll im Gange und werden noch einige Zeit in Anspruch nehmen. Ich freue mich, diesen Prozess mitbegleiten zu dürfen, und wünsche, dass sich die Fapla weiterhin gut in der Beratungslandschaft positionieren wird.

Andrea Marthy-Mulle,
Stellenleitung Sargans

Einblick

Gesprächsangebot zum medikamentösen Schwangerschaftsabbruch

Die Zusammenarbeit mit der Frauenklinik des Kantonsspitals hat sich im Rahmen des gesetzlichen Auftrages mit unseren Beratungsstellen positiv verändert. Durch die regelmässigen Vernetzungstreffen zum Thema Schwangerschaftsabbruch erfolgte Anfang des Jahres von Chefarzt Prof. Dr. Hornung die Initiative und die Anfrage nach fachlicher Unterstützung und intensiver Zusammenarbeit.

Dem Gesetz nach muss der Arzt vor einem Schwangerschaftsabbruch ein eingehendes Gespräch mit der Frau führen, sie beraten und informieren. Für die zuständigen Assistenzärzte kann dies neben dem laufenden Spitalbetrieb oft eine schwierige Herausforderung sein, einzuschätzen, in welcher Situation sich die betreffende Frau befindet. Die Rahmenbedingungen, um ein eingehendes Gespräch zu führen, sind im Spital völlig anders als bei uns auf der Fachstelle. Voraussetzungen, die unsere Beratungsstellen anbieten, sind genügend Zeit, angenehme Räumlichkeiten und Atmosphäre sowie das Angebot, auf entsprechende Fragestellungen vollumfänglich fachlich eingehen zu können. Zudem bietet die Fapla bezüglich des Themas Schwangerschaftsabbruchs innerhalb von 24 Stunden einen Beratungstermin an. Dies veranlasste Prof. Dr. Hornung zu einer Anfrage nach fachlicher Unterstützung bei Anfragen zum medikamentösen Schwangerschaftsabbruch (Unterstützung in der Mifegyne-Sprechstunde) und zu dem Vorhaben, mit uns dieses gemeinsame Projekt in Angriff zu nehmen. Gemeinsam mit Frau Dr. Putora (Leitende Ärztin des Ambulatoriums) wurden der mögliche Ablauf, die Zusammenarbeit sowie Schnittstellen erarbeitet. So wurde eine erste Projektphase im März 2018 für drei Monate gestartet.

Die Fapla hat den gesetzlichen Auftrag, eine unabhängige Beratung innerhalb des Schwangerschaftsabbruches anzubieten. Kommt eine Frau in die sogenannte «Mifegyne-Sprechstunde», informieren wir im Rahmen des Leitfadens über die gesetzlichen Grundlagen, die darin enthaltenen Rechte sowie die unterschiedlichen Wege und Hilfsangebote. Die Frau kann entscheiden, welche Anliegen und Fragestellungen sie einbringen und wie sie das Gesprächsangebot für sich inhaltlich nutzen möchte.

Im Mai erfolgte eine erste Evaluation/Auswertung, die aufzeigte, dass die Frauen trotz teilweise anfänglicher Skepsis das Gesprächsangebot durchweg als positiv, unterstützend und hilfreich beurteilten.

Für die Frauen ergab sich eine zeitliche Optimierung, da nach dem Gesprächsangebot in der Fapla der nachfolgende Termin im Kantonsspital schon festlag. Somit wird ein reibungsloser Ablauf für die Frau auf den unterschiedlichen Ebenen gewährleistet – medizinisch und psychosozial. Die Frauen kommen mit ganz unterschiedlichen Fragestellungen zu uns. Entweder zeigt sich die Frau klar und entschieden, sie benötigt Informationen über den Ablauf zum medikamentösen Schwangerschaftsabbruch und die nachfolgende Verhütungsmethode und gegebenenfalls finanzielle Unterstützung bei der Finanzierung einer Langzeitverhütung, oder aber sie befindet sich in einer Ambivalenz und braucht diesbezüglich Zeit und Raum für Gespräche oder auch eine Begleitung in einer Krisensituation.

> «Die Frau kann entscheiden, welche Anliegen und Fragestellungen sie einbringen und wie sie das Gesprächsangebot für sich inhaltlich nutzen möchte.»

Zusammenfassung:
Die Mifegyne-Sprechstunde hat sich in Kooperation mit der Frauenklinik des Kantonsspitals St. Gallen sehr bewährt und die Zusammenarbeit hat sich enorm verbessert. Es findet ein regelmässiger Fachaustausch zum Thema ungeplante Schwangerschaft innerhalb unseres Teams beziehungsweise mit der Frauenklinik statt. So kann die Fapla ihren gesetzlichen Auftrag noch besser umsetzen. Das Angebot und die Bekanntheit der Fapla wird für die Frauen und ihr Anliegen auch innerhalb der Ärzteschaft optimiert. So sind die niedergelassenen Ärzte besser informiert und können bei Bedarf entsprechend zuweisen.

Jutta Ahlke,
Operative Leitung

Innenblick

Schwangerschaft: Innere Prozesse und Herausforderungen

Frau M. ist schwanger. Obwohl sie und ihr Partner sich Kinder wünschen und kürzlich entschieden haben, nicht mehr zu verhüten, erschrickt Frau M. über das positive Ergebnis des Schwangerschaftstests.

Von einer Schwangerschaft zu erfahren, ist immer eine Ausnahmesituation.

Für viele Frauen/Paare ist eine Schwangerschaft zunächst einmal ein Schock – unabhängig davon, ob es sich um eine ungeplante Schwangerschaft handelt oder ob sich die Frau / das Paar sehnlichst ein Kind wünscht.

«Schwanger? Bitte nicht! Ich war fassungslos, hatte insgeheim gehofft, der Schwangerschaftstest würde negativ ausfallen. Und nun das! Dabei wollte ich doch jetzt im Job so richtig durchstarten. Ich war geschockt. Mein Freund hingegen hat sich über die unerwartete Nachricht richtig gefreut. Aber ich, ich habe sehr lange gebraucht, um mich mit dem Gedanken, Mutter zu werden, anzufreunden.»

«Den Test habe ich nur gemacht, um sicherzugehen, dass nichts ist. Im ersten Moment war ich ziemlich geschockt. Ich habe dagesessen und gedacht: O mein Gott! Kurz habe ich an Abtreibung gedacht, war mir aber schnell sicher, dass ich die Schwangerschaft austragen möchte. Erst nachdem ich mich etwas beruhigt hatte, konnte ich mich freuen.»

«Ich habe mir so sehr ein Kind gewünscht. Aber jetzt, wo ich schwanger bin, habe ich nur noch Zweifel und bin mir gar nicht mehr sicher, ob ich überhaupt Mutter werden möchte.»

Nach dem ersten Schreck und der vielleicht gleichzeitig entstandenen Freude über das kommende Kind prägen widersprüchliche Gedanken und Gefühle die erste Zeit der Schwangerschaft. Gefühle und Verstand liefern sich ein Duell, die Fantasie läuft auf Hochtouren. Glück und Mut wechseln sich ab mit kritischen Überlegungen und Zukunftsängsten: Mal ist die werdende Mutter himmelhoch jauchzend und voller Vorfreude auf das Baby, mal überwiegen Unsicherheit, Ängste, Sorgen und Zweifel.

«Doch dann begann ein ziemliches Auf und Ab. Ich war hin- und hergerissen, habe immer wieder alles hinterfragt, schwankte zwischen ‹Um Himmels willen, wie soll das alles gehen? Können wir uns ein Kind überhaupt finanziell leisten?› und ‹Das wird schon, ist doch alles in Ordnung›. Ich hatte Angst davor, mit der Aufgabe als Mutter überfordert zu sein und irgendwann die Entscheidung zu bereuen: War es die richtige Entscheidung? Werde ich das schaffen mit (noch) einem Kind?»

Eine Schwangerschaft wirft viele Fragen auf:

- Wie soll alles weitergehen?
- Ist die Beziehung tragfähig genug?
- Was kommt da auf mich, auf uns zu?
- Wie geht das finanziell?
- Was wird der neue Alltag mit sich bringen?
- Kann ich die Verantwortung für ein Kind übernehmen?
- War die Entscheidung für eine Familie zum jetzigen Zeitpunkt richtig?
- Wie werden meine Eltern, meine FreundInnen, mein Arbeitgeber reagieren?
- Wie wird es beruflich weitergehen?
- Wie werden wir uns als Familie einrichten?
- Wie kann ich Job und Familie unter einen Hut bringen?
- Ist mit der Schwangerschaft alles in Ordnung?
- Wie schaffe ich das alles (alleine) mit einem Kind?
- Wer wird uns bei der Kinderbetreuung unterstützen?
- Und wenn das Baby nicht gesund ist?
- Werde ich das Baby lieben können?
- Wie wird die Geburt sein?

Die Schwangerschaft und die Geburt eines Kindes sind ein Wendepunkt im Leben jeder Frau und jeden Mannes. Die Schwangerschaft kennzeichnet einen «point of no return», die Zukunft ist in hohem Masse ungewiss, die Anforderungen der Mutterschaft, der Vaterschaft, der Elternschaft sind unabsehbar. Viele Frauen erschrecken über die Unausweichlichkeit der Schwangerschaft.

Die Schwangerschaft und die Anpassung an die Elternschaft ist ähnlich wie die Pubertät ein Entwicklungs- und Reifungsprozess, der mit grossen körperlichen und seelischen Veränderungen einhergeht und auch krisenhaft verlaufen kann. Die eigene Identität wird einer Prüfung unterzogen und neu geordnet.

Es gilt, sich von Altem zu verabschieden und eine neue Vorstellung von sich selbst zu entwickeln. Für die werdende Mutter und den werdenden Vater stellt sich die seelische Aufgabe, all die auftauchenden Gedanken und die aus dem Unbewussten aufsteigenden Fantasien zu sortieren, sich mit ihnen auseinanderzusetzen und so zu ihrer neuen sozialen Rolle als Mutter, als Vater, als Eltern zu finden und eine Perspektive für das Leben mit dem Kind zu entwickeln.

Während der Schwangerschaft tauchen viele Erinnerungen an die eigene Kindheit auf. Die Frau, der Mann beschäftigen sich in der Fantasie mit dem kommenden Baby. Wie war ich als Kind? Was waren meine Eltern für Eltern? Was möchte ich wie sie machen, was anders? Wie stelle ich mir mein Kind vor? Was werde ich für eine Mutter, was für ein Vater sein? Diese Auseinandersetzung mit der eigenen Kindheit kann auch Erinnerungen an Schwieriges und Belastendes aktivieren.

Die meisten werdenden Mütter haben eine Identität als berufstätige Frau. Wenn die Frau ihre Berufstätigkeit (vorübergehend) aufgibt, tauscht sie eine klare berufliche Identität gegen eine unbekannte, ängstigende, verunsichernde Identität als Mutter ein. Die soziale Integration in eine Firmenstruktur, das Einkommen und das damit verbundene Gefühl der Unabhängigkeit und möglicherweise die intellektuelle Herausforderung gehen verloren. Sie verliert an Einfluss und sozialem Status. Oft wird sie auf eine bisher unbekannte Weise von ihrem Mann abhängig. Sie weiss nicht, was Mutterschaft bedeutet, denn sie hat genau wie ihr Mann kaum Erfahrung mit Babys.

Auch der werdende Vater spürt mit dem Eintritt der Schwangerschaft deutlich, wie sich das partnerschaftliche Gefüge ändert. Selbstverständlich gehen noch heute die meisten Paare davon aus, dass die Frau in der ersten Zeit zum Wohle des Babys zu Hause bleiben wird. Damit liegt die Last, Ernährer der Familie zu sein, plötzlich allein auf den Schultern des werdenden Vaters. Das macht Angst.

Verschiedene Studien berichten über unrealistische Erwartungen werdender Eltern. Frauen tendieren während der Schwangerschaft dazu, überhöhte Erwartungen bezüglich der zukünftigen Mithilfe ihrer Männer im Haushalt und bei der Kinderbetreuung aufzubauen. Die Abweichungen zwischen den Erwartungen und der später angetroffenen Realität haben einen Einfluss auf die Bewältigung des Übergangs zur Elternschaft. Enttäuschte Erwartungen führen häufig zu einer Verschlechterung der Beziehungsqualität.

Das Klischee sieht die Zeit rund um eine Schwangerschaft meist ausgesprochen positiv: Strahlende Mütter, die durch eine Schwangerschaft und die Geburt eines Kindes das grösste Glück in ihrem Leben erfahren. Die Gesellschaft, das soziale Umfeld gehen davon aus, dass eine Schwangerschaft und die Geburt eines Kindes grundsätzlich und ganz selbstverständlich mit Erfüllung gleichzusetzen sind.

Von werdenden Müttern wird erwartet, dass sie vor Glück und Vorfreude strahlen.

Aber die Lebensrealität und die Erfahrungen vieler Frauen sehen anders aus: Rund jede vierte Frau gerät während der Schwangerschaft in eine psychosoziale Krise, die gekennzeichnet ist von starken Selbstzweifeln und die meistens mit massiven Schuldgefühlen einhergeht, da die betroffene Frau nicht dem – auch von sich selbst – erwarteten Bild einer glücklichen Mutter entspricht.

Für jede fünfte Frau ist eine Schwangerschaft ein so einschneidendes Erlebnis, dass sie an einer Depression erkrankt: Die Frau hat in Bezug auf die Schwangerschaft und das werdende Kind vor allem negative Gedanken, die Unausweichlichkeit der Schwangerschaft löst Gefühle des Ausgeliefertseins und der Ohnmacht aus. Sie verliert die Freude am Leben, hat das Gefühl, keine Kraft mehr für den Alltag zu haben.

Als Monika H. vor drei Jahren schwanger war, wusste sie zunächst selbst nicht genau, was nicht stimmte. Sie machte sich Sorgen, litt unter Ängsten, war oft traurig und konnte nicht schlafen. Aber ist es nicht am besten für das Kind, wenn die werdende Mutter sich gut fühlt? Das setzte sie zusätzlich unter Druck: «Negative Gedanken oder Gefühle wollte ich möglichst verdrängen, ich dachte, sonst würde ich meinem Kind schaden», sagt Monika H. Weil das Verdrängen nicht gelang, geriet sie schliesslich in einen Teufelskreis. «Ich hatte ständig dieses Gefühl: Ich bin nicht gut genug für mein Kind.»

Die meisten der betroffenen Frauen schämen sich für ihre Gefühle, glauben, «nicht richtig zu funktionieren», und fühlen sich ihrem Kind gegenüber schuldig, was ihre schwierige Situation noch verschärft.

«Die meisten Frauen erleben während der Schwangerschaft Phasen, in denen Gefühle von Unsicherheit, Selbstzweifel und Angst die Freude überdecken.»

Die Symptome werden häufig mit hormonell bedingten Stimmungsschwankungen verwechselt – von den betroffenen Frauen selbst, von ihrem Umfeld und manchmal sogar von ÄrztInnen. Die vielfältigen psychosozialen und lebensgeschichtlichen Belastungen, die mit einer Schwangerschaft einhergehen, werden oft nicht thematisiert und wahrgenommen.

Nicht selten reagiert das Umfeld mit Unverständnis auf die seelische Krise der betroffenen Frau, was deren Scham und Einsamkeit noch verschlimmert. Es ist wichtig, diese falschen und klischierten Vorstellungen zu enttabuisieren.

Die Auseinandersetzung mit den widersprüchlichen Gefühlen macht diese weniger bedrohlich.

Viele Fragen lassen sich in der Partnerschaft oder im privaten Umfeld besprechen. Manchmal ist es hilfreich und entlastend, die widersprüchlichen Gefühle, die Ängste und Zweifel, die Verunsicherung und die Gefühle von Ausgeliefertsein und Ohnmacht mit einer aussenstehenden Fachperson zu besprechen, ihren lebensgeschichtlichen Zusammenhang zu verstehen, einzuordnen und einen Umgang damit zu finden.

Wir begleiten Frauen und Paare während der Schwangerschaft und bieten einen Raum, um sich mit diesen Gefühlen auseinanderzusetzen und sich auf den neuen Lebensabschnitt einzustellen.

Marlys Spreyermann,
Stellenleitung Rapperswil-Jona und Wattwil

Quelle: Lenkitsch-Gnädinger, Dorothea
Die Eltern und ihr erstes Kind, 2005

Überblick

Die sexualpädagogische Arbeit der Fapla

Wie eine Landkarte breitet sich das Themenfeld Sexualität vor uns aus, Sexualität berührt und beschäftigt uns alle gleichermassen, ist vielfältig und farbig wie eine Landschaft. Bekanntes und Geheimnisvolles, Vertrautes und Unbekanntes, das es zu erforschen und zu erleben gilt. Die Sexualpädagogik hilft Heranwachsenden, diese Landkarte der Sexualität zu verstehen, sie zu lesen, die richtigen Informationen zu erhalten und schlussendlich verantwortungsvoll, achtsam und selbstbestimmt die Sexualität ins eigene Leben und in Beziehungen zu anderen zu integrieren.

Überblick kann man geben, sich verschaffen, behalten und auch wieder verlieren. Fragen zum Körper, zum Geschlecht, zu Geburt, Beziehung und Sexualität begleiten Menschen von Anfang an. Der Umgang mit Medien verstärkt den Bedarf von Kindern, Jugendlichen und auch Erwachsenen nach echten Informationen und Austausch zum Themenfeld Sexualität. Deshalb ist die Sexualpädagogik schon seit vielen Jahren erfolgreicher und fester Bestandteil der Fapla.

2018 hat die Fapla insgesamt 126 sexualpädagogische Veranstaltungen in den Kantonen St. Gallen und den beiden Appenzell durchgeführt. 85 Veranstaltungen an Mittel- und Oberstufen, Berufsschulen und Brückenangeboten. 31 Angebote im Bereich Menschen mit Beeinträchtigung und 10 Veranstaltungen im Migrationsbereich. Um die 1200 Kinder, Jugendliche und Erwachsene konnten so von unserem Angebot profitieren.

Seit Anfang 2018 begleitet mich bei Bedarf ein Sexualpädagoge für geschlechtergetrennte Anlässe im schulischen Umfeld. Er ist als Freelancer angestellt.

Die Gestaltung des sexualpädagogischen Angebotes hängt sehr von der Zielgruppe ab. Die Fragen, der Wissensstand der Kinder, Jugendlichen und Erwachsenen stehen im Vordergrund und die altersbeziehungsweise entwicklungsgerechte Vermittlung ist wichtig. In der Mittelstufe sind dies Inhalte zu körperlicher Entwicklung und Pubertät, zu Gefühlen, Verliebt sein und zum Schutz vor (sexuellen) Übergriffen. Später kommen unter anderem Aspekte zur Beziehungsgestaltung, zur sexuellen Gesundheit und Verhütung dazu. Positive Aspekte von Sexualität werden hervorgehoben, ohne die Schattenseiten auszublenden. All diese Themen sind für Menschen mit Beeinträchtigungen auch relevant.

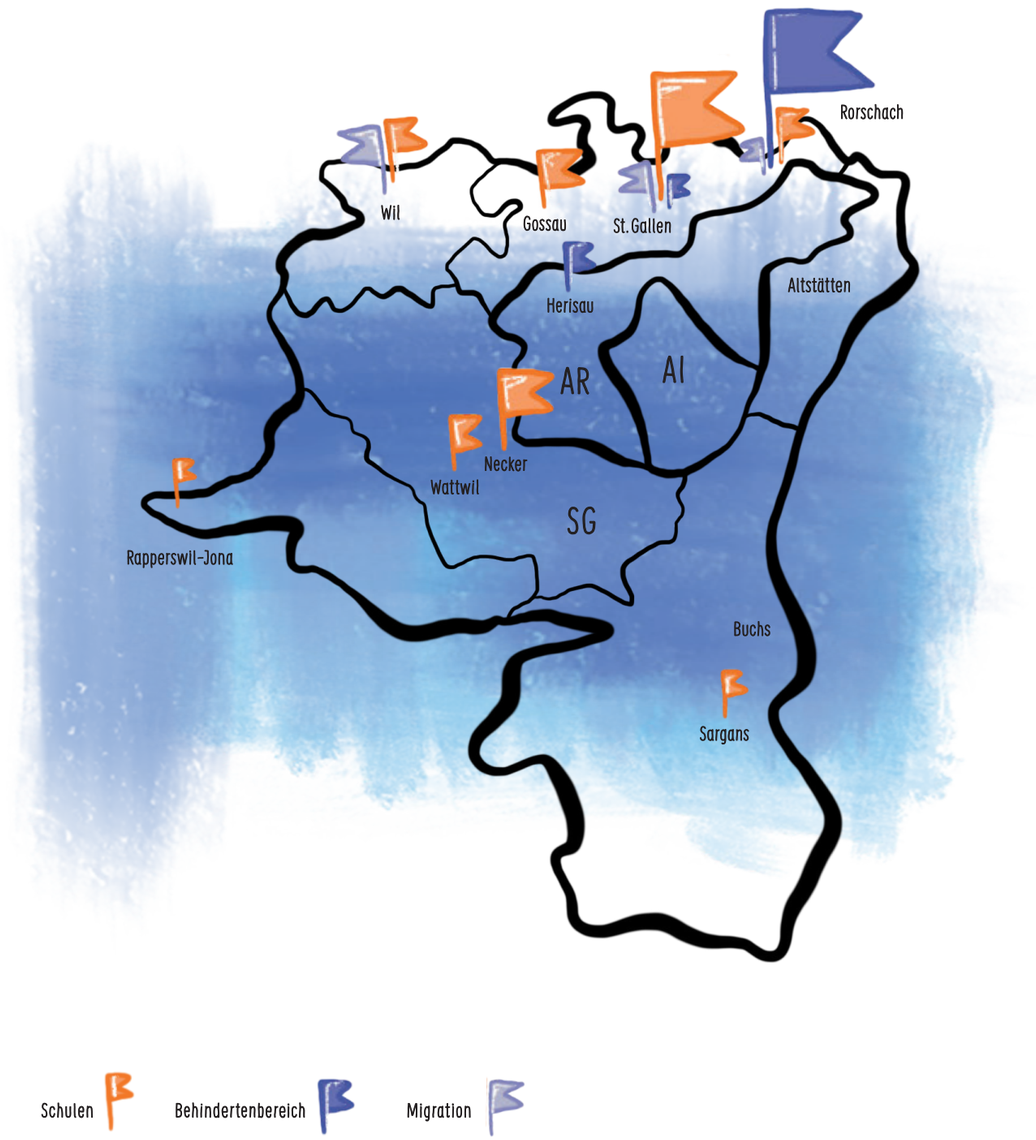
> Überblick: «Blick von einem erhöhten Standort, von dem aus etwas zu übersehen ist.»
> (Duden)

Leider hat diese Personengruppe oft schlechteren Zugang zu Informationen und wenig Möglichkeiten, im Themenfeld Sexualität eigene, positive Erfahrungen zu machen. Deshalb organisiere ich in Institutionen regelmässige Veranstaltungen für Menschen mit kognitiven Beeinträchtigungen. In kleinen Gruppen werden Informationen zu Körperwissen, zum Schutz vor Übergriffen, zur Beziehungsgestaltung und zum Umgang mit Sexualität in einfacher Sprache und mit vielen Materialien zum Anfassen vermittelt. Regelmässige Sprechstunden an den Institutionen und Fachberatungen für die Betreuungspersonen und Angehörigen ergänzen das Angebot.

Im Migrationsbereich erfolgen die Veranstaltungen in der Regel zusammen mit Dolmetschenden in kleinen, geschlechtergetrennten Gruppen. Die Veranstaltungen können in Asylzentren, in der Gemeinde oder an der Fapla stattfinden. Die Informationen und Lebenserfahrungen der meist erwachsenen Teilnehmenden sind ganz vielfältig und verschieden.

Wichtig ist deshalb auch hier, die Menschen da abzuholen, wo sie stehen, mit ihnen gemeinsam die Veranstaltung zu planen und zu gestalten und ihnen nicht aus einer überlegenen Haltung heraus Informationen aufzuzwingen.

Nadia Lehnhard,
Sexualpädagogin, Fachfrau Sexuelle Gesundheit in Bildung und Beratung SGS



Arbeitsteam

St. Gallen

Operative Leitung aller Beratungsstellen und Stellenleitung St. Gallen:
Jutta Ahlke
Sozialpädagogin FH, Körpertherapeutin

Esther Hilber
Sozialarbeiterin FH, Sexualpädagogin HSLU

Nadia Lehnhard
Sexualpädagogin, MAS Sexuelle Gesundheit

Beatrice Züger
Sozialarbeiterin HFS, Paar- und Familienberaterin, Sexualberaterin

Yvonne Hauser
Sekretariat

Eliane Keller-Hollenstein
Sekretariat

Wattwil

Stellenleitung (bis 31.05.2018):
Heidi Bühler
Soziale Arbeit FH / MAS Sozialmanagement, dipl. in systemischer Therapie und Beratung

Stellenleitung (ab 01.06.2018):
Marlys Spreyermann
Psychologin cand. lic. phil., Psychosoziale Beratung

Rapperswil-Jona

Stellenleitung:
Marlys Spreyermann
Psychologin cand. lic. phil., Psychosoziale Beratung

Sargans

Stellenleitung (bis 31.12.2018):
Bettina Thaler
Sozialarbeiterin HFS, Sexualtherapeutin

Stellenleitung (ab 01.12.2018):
Andrea Marthy-Mulle
Sozialarbeiterin BSc

Öffentlichkeitsarbeit / Vernetzung

Fachgruppe Sexualpädagogik; Themenheft Sicher gsund! Organisator ZEPRA, GD St. Gallen und AHSGA St. Gallen

Fachgruppe Sexualität und Behinderung, Zürich

Standaktion am Weltfrauentag FZ

Kontaktgespräche FHS Vorstellung Fapla

Vernetzungstreffen Forum Mann

Ärzteweiterbildung KSSG – Vorstellung der Arbeit der Fapla im Rahmen des Schwangerschaftsabbruchs

Faseg Mitgliederversammlung, Qualitätszirkel Schwangerschaftsabbrüche

Popiz

Vernetzungstreffen Frauenklinik und Psychosomatik des KSSG St. Gallen zum Thema «Schwangerschaftsabbruch nach 12 Schwangerschaftswochen»

Koordinationssitzung Koala und Winterhilfe

Peripartales Unterstützungsnetzwerk Überregional, Region Wil, Region Rheintal

St. Galler Apéro für Neuzuzüger

Arbeitsgruppe zu Familien mit besonderem Unterstützungsbedarf

AG Frühe Förderung

Fachtagung Frühe Förderung Kanton AR

Vernetzungsveranstaltung Frühbereich des Depart. Soziales, Jugend und Alter der Stadt Wil

Vernetzungsanlass Soziale Dienste der Stadt St. Gallen

AIDA Vorstellung unseres Angebots für Deutschkursteilnehmerinnen

Amigas Treffen Offene Kirche St. Gallen

ARGE für Dolmetscherinnen

Familienforum Gossau

Vorstandsarbeit Familienzentren Toggenburg

Vernetzungssitzung Spital Linth, Hebammen und Mütter- / Väterberatung

Mütter- / Väterberatung Toggenburg

Arbeitskreis Sozialtätige Toggenburg

Kommission Schwangerschaftsabbruch, Sexuelle Gesundheit Schweiz

Runder Tisch Häusliche Gewalt

Runder Tisch Migration Toggenburg

Politikerinnen Treffen Weesen mit J. Schneider

EKZ

Jahrestreffen Spital Walenstadt

Vernetzungstreffen Verein Familienforum/Familienzentrum Rapperswil/Jona

Sprachbrücke Rapperswil, Sprach- und Integrationsangebot MuKi

Frauenambulatorium Zürich

Gebärabteilung Spital Uznach

Vernetzungstreffen Sexuelle Gesundheit Bern

Frauenpraxis Linth, Uznach

Frauenklinik GZO Wetzikon

Mütter- und Väterberatung See Gaster

Wochenbettbetreuung See Gaster

Unterkunft für Geflüchtete Eschenbach

Regionales Beratungszentrum Rapperswil

Tagesfamilien Verein Linthgebiet

Vernetzungstreffen pro infirmis See Gaster und Toggenburg

Vernetzungstreffen KinderärztInnen, MüBe, Hebammen Rapperswil/Jona

Psychiatriezentrum Linthgebiet, Gynäkopsychiatrie

MariaMagdalena – Beratungsangebot für Frauen im Sexgewerbe

Austauschsitzung seges Aarau zu FGM

Statistiktabelle 2018

Anzahl	St. Gallen	Wattwil	Sargans	Rapperswil-Jona
Anzahl Klientinnen und Klienten	645	87	122	90
Neuanmeldungen	483	59	77	88
Anzahl Ereignisse/Gespräche	1682	269	317	482
Anzahl Kurzberatungen	96	17	36	28

Geschlecht	645	87	122	90
Frauen	546	66	107	76
Männer	99	21	15	14

Alter	645	87	122	90
bis 16 Jahre	6	0	1	1
16–20 Jahre	67	5	11	5
21–30 Jahre	293	41	45	31
31–40 Jahre	227	35	54	46
ab 41 Jahre	52	6	11	7
unbekannt	0	0	0	0

Wohnort	645	87	122	90
Kanton SG	548	84	110	87
Kanton AR	51	0	0	0
Kanton AI	9	1	0	0
andere	37	2	12	3
Standortgemeinde	311	20	20	49

Nationalität	645	87	122	90
Schweizerinnen/Schweizer	317	42	72	50
Migrantinnen/Migranten (Anzahl Nationen)	327 (48)	44 (15)	50 (21)	39 (17)
aus Eritrea	68	13	2	16
aus Syrien	17	6	9	1
aus Deutschland	28	4	6	4
aus Somalia	37	2	1	0
aus Kosovo	16	1	5	0
unbekannt	1	1	0	1

Zugewiesen durch	645	87	122	90
Amt	42	6	2	3
Arzt/Spital	262	14	53	8
Institution	101	33	23	29
Internet	37	5	4	23
selbst	87	16	12	10
andere	116	13	28	17

Grund der Anmeldung	645	87	122	90
Familienplanung/Verhütung	101	26	25	7
Schwangerschaft ungeplant, Entscheidungsberatung	81	4	17	14
Gesprächsangebot zum med. Schwangerschaftsabbruch	144	3	18	0
Schwangerschaft/Mutterschaft	259	39	37	52
Sexualberatung	6	8	11	5
Sexuelle und reproduktive Gesundheit	26	1	11	3
Informationen/Dokumentationen	15	1	1	3
Pränatale Diagnostik	0	0	0	0
Sexualpädagogik (Beratungen Lehrpersonen)	13	5	2	6

Sexualpädagogik total alle Regionen (Veranstaltungen und andere)	126

Veranstaltungen Schulen	85
Unterricht im Kanton SG	64
Unterricht im Kanton AR	21
Unterricht im Kanton AI	0
Anzahl Teilnehmende	1106

Behindertenbereich (Unterricht und Veranstaltungen)	31
Kanton SG	31
Kanton AR	0
Kanton AI	0
Anzahl Teilnehmende	82

Migration	10
Veranstaltungen	10
Anzahl Teilnehmende	100
Verhütungskoffer Ausleihe	42

Notfonds für Schwangere

Spendenkonto:
CH39 0690 0042 0101 4940 3
acrevis Bank AG
9004 St.Gallen