

Heidelberg und München, den 22. Januar 2019

## ZITATE ZUM THEMA "NACHFRAGEN DER PRO FEMINA-BERATERINNEN"

Monat für Monat erreichen uns hunderte persönliche Antworten beratener Frauen. Das wiederholte Nachfragen nach dem Befinden der Schwangeren seitens unserer Beraterinnen erleben weit über 90 Prozent dieser Frauen als respektvoll, wertschätzend und hilfreich.

In diesem Dokument haben wir eine kleine Auswahl von Originalzitaten Schwangerer zum Thema "Nachfragen" zusammengestellt.

## “Ich weiß, dass ich mich immer an Sie wenden kann”

1

**Von: Saskia G. (BuzzFeed-Reporterin)**

23.11.18

Danke euch für die Nachrichten und die guten Gedanken. Das ist sehr nett. Ich habe viel nachgedacht, auch angeregt durch das Gespräch mit euch.

Schlussendlich habe ich mich nun entschieden, die Schwangerschaft abzubrechen. (...)

2

**Von: Christina (NDR-Reporterin)**

06.12.18

Vielen lieben Dank für die Nachricht. Und dafür, dass Sie sich so viel Zeit nehmen und auf mich eingehen. In der Tat bin ich immer noch unsicher, viel Zeit bleibt für eine Entscheidung auch nicht mehr... es gibt viele Gründe, die gegen ein Kind sprechen.

Ich möchte mich erstmal im Beruf festigen und bin auch nicht sicher, ob ich jemals Kinder haben will bzw haben sollte. Außerdem kenne ich meinen Partner ja nicht mal ein Jahr...

Bieten Sie zufällig auch persönliche Beratungsgespräche an? Ich weiß nicht, an wen ich mich wenden soll...

Liebe Grüße, Christina

3

**Von: [REDACTED]-gmx-de**

30.10.18

Vielen herzlichen Dank für Ihre schnelle, ausführliche und freundliche Hilfe. Auch dafür, dass Sie sich nochmal nach mir erkundigen, möchte ich mich bedanken.

Seit gestern hat meine Periode eingesetzt. Jetzt bin ich sehr erleichtert. (...) Leider schwankt mein Zyklus von 32 bis 48 Tage und es ist sehr schwer meinen Eisprung genau zu ermitteln. Ich möchte natürlich verhüten. Gibt es Kurse die ich besuchen kann, um noch mehr über die Natürliche Familienplanung zu erfahren? (...)

## “Es ist gut zu wissen, dass ich nicht alleine bin”

4

Von: [REDACTED]-gmx-de

16.11.18

Danke, dass du dich nach mir erkundigst. (...) Vielen Dank für deine Zeit. Das ist wirklich nicht selbstverständlich. Normalerweise ist man doch einfach nur eine Nummer, aber Du hast an mich gedacht und das ist mir viel wert. Danke danke danke

5

Von: [REDACTED]-gmail-com

20.10.18

Ich habe mich nicht mehr gemeldet, das tut mir sehr leid. Ich habe einen Test gemacht, der negativ war. (...)

Vielen Dank für die erneute Nachfrage und Fürsorge! Es ist gut zu wissen, dass ich nicht allein bin und jemand als Ansprechpartner für mich da ist.

6

Von: [REDACTED]-gmail-com

05.11.18

Ich freue mich, dass Sie sich noch an mich erinnern können und sich gemeldet haben :)

Am 12.10. ist mein Baby zur Welt gekommen und hält mich seitdem ordentlich auf Trab. Ich bin sehr froh über die Entscheidung, die ich getroffen habe und ich liebe es über alles! (...)

Ich habe mich wirklich sehr über Ihre Nachricht gefreut und freue mich auch schon auf Ihre Antwort.

## “Vielen Dank, dass Sie sich immer bei mir melden”

7

**Von:** [REDACTED]-gmail-com

06.12.18

Ja, mir geht es so weit ganz okay. Bis jetzt konnte ich leider noch keinen Test machen, aber nicht weil ich noch warten muss, sondern da ich keine Zeit gefunden habe. (...) Ich werde aber so bald wie möglich einen Test machen, da ich jetzt endlich mehr Gewissheit brauche.

Vielen Dank, dass Sie sich immer bei mir melden und mir helfen.

8

**Von:** [REDACTED]-icloud-com

14.10.18

Ich habe inzwischen meine Periode bekommen (...)! Ich danke Ihnen und Ihrem Team für die Antwort und die Nachfrage.

9

**Von:** [REDACTED]-gmail-com

30.11.18

Ja, meine Periode ist gekommen. (...) Ein Tag vor Beginn meiner Periode hatte ich ein enorm wichtiges Gespräch. Vor diesem Gespräch habe ich mir selber enormen Druck gemacht, was vielleicht meinen Zyklus beeinflusst hat. Ist sowas möglich?

Danke der Nachfrage 😊 und Ihre Antworten sind immer sehr hilfreich, Danke!

## “Es tut mir gut, Ihnen zu schreiben”

10

Von: [REDACTED]-gmail-com

05.09.18

Ich habe mich sehr über Ihre Nachricht gefreut, da Sie einem das Gefühl vermitteln, dass man Ihnen vertrauen kann. (...)

Ich habe gestern meine Periode bekommen. Ist jetzt eine Schwangerschaft ausgeschlossen?

11

Von: [REDACTED]-gmail-de

02.10.18

Vielen Dank für die zweite Nachricht. (...) Leider immer noch keine Monatsblutung. Bin jetzt schon zehn Tage über die Zeit.

Ansonsten kann ich meinem Körper nicht viel entlocken. Es geht mir soweit gut. Letzte Woche hat es immer mal im Bauch gezogen, als würde die Mens gleich losgehen.

Ich habe auch keine Idee, wie sich eine Schwangerschaft oder deren Symptome anfühlt, da ich kinderlos bin. (...) Auch jetzt habe ich keinen festen Partner. Es war eine Urlaubsbekanntschaft (...).

Aus diesem Grund graut es mir auch vor dem Schwangerschaftstest (den habe ich mittlerweile besorgt). Was mache ich, wenn dieser positiv ausfällt? Mit 40 wollte ich kein Kind mehr bekommen, und auch nicht alleinerziehend sein. Meine Gedanken laufen Amok (...)

Ja, es tut mir gut, Ihnen zu schreiben, da ich mich bisher niemand anderem anvertrauen kann. Es ist gut, dass es Sie und den Verein gibt.

## “Lieb, dass Sie sich nochmal erkundigen”

12

Von: [REDACTED]-gmx-de

23.11.18

Leider hat es nicht geklappt, heute ist meine Periode zu Ende gegangen (...) Lieb, dass Sie sich nochmal erkundigen, da habe ich nicht mit gerechnet, wo es doch eine Onlinefrage war :).

13

Von: [REDACTED]-gmx-de

02.12.18

Danke für Ihre erneute Nachricht. Leider ist meine Antwort auf die erste E-Mail in der Hektik untergegangen. Trotzdem hat mich auch die erste Nachricht gefreut. Ich habe nicht damit gerechnet, eine geschriebene E-Mail zu bekommen, sondern nur eine Auswertung. (...) Ich war sehr positiv überrascht, schon bei der ersten E-Mail eine persönliche Nachricht zu lesen. Das hat mich berührt und ich weiß das sehr zu schätzen. (...)

14

Von: [REDACTED]-yahoo-de

17.11.18

Vielen Dank für die Nachfrage! Leider habe ich meine Periode immer noch nicht bekommen. Jedoch laut einem Test bin ich wohl nicht schwanger. Werde das ganze nächste Woche erneut durchführen...

## “Danke für Ihre Hilfe und dass Sie sich nochmal nach mir erkundigt haben”

15

**Von:** [REDACTED]-web-de

18.09.18

Entschuldigen Sie die späte Antwort. Es hat sich herausgestellt, dass ich (...) einfach sehr viel Stress hatte und sich deswegen meine Periode um mehr als eine Woche verschoben hatte. Da (...) macht man sich natürlich die schlimmsten Gedanken, aber schwanger bin ich nicht... worüber ich auch sehr froh war.

Danke für Ihre Hilfe und dass Sie sich nochmal nach mir erkundigt haben! :)

16

**Von:** [REDACTED]-gmail-com

18.09.18

Ich danke Ihnen für die Nachfrage.

Ich habe vorletzte Woche Samstag meine Periode bekommen und hatte sie bis letzte Woche Donnerstag. Das bedeutet, dass alles in Ordnung ist. Zudem habe ich einen Termin bei meinem Frauenarzt gemacht (...) - zur Kontrolle wie jedes halbe Jahr.

Soweit habe ich keine Symptome mehr. Da ich viel arbeite und unter Dauerstress stehe, hatte ich wenig Zeit mich zu melden. (...)

Vielen Dank für die Hilfe und alles, was sie für mich taten.

## “Danke, dass Sie sich so um mich sorgen”

17

**Von:** [REDACTED]-gmail-com

08.10.18

Danke, dass Sie sich so um mich sorgen. Ja, mittlerweile ist alles wieder gut, meine Regel ist gekommen (...). Tut mir leid, dass ich mich erst jetzt melde. Ich hatte viel um die Ohren.

18

**Von:** [REDACTED]-hotmail-de

27.10.18

Das ist ja toll, dass Sie nachfragen.

Ich war gestern beim Arzt, der hat mich (...) krank geschrieben und zum Frauenarzt geschickt. Ich fühlte mich gar nicht richtig ernst genommen. Er hat dann den schnellsten Vaginalultraschall meines Lebens gemacht. Er sieht nix. (...) Ich werde mir morgen einen Schwangerschaftstest kaufen und dann bei meiner alten Frauenärztin einen Termin machen.

19

**Von:** [REDACTED]-gmail-com

02.09.18

Ich habe heute Nacht eine Blutung bekommen. Ich gehe davon aus, dass dies meine Periode ist (...);

Danke für Ihre Unterstützung und die Nachfrage.

## “Ich finde es total zuvorkommend”

20

Von: [REDACTED]-outlook-de

07.11.18

---

Ich habe einen Test gemacht, der negativ war. (...) Ich danke Ihnen für Ihre Aufmerksamkeit. :)

21

Von: [REDACTED]-gmx-de

20.09.18

---

Ich finde es total zuvorkommend von Ihnen, dass Sie mir so lieb schreiben.

Ich werde heute einen Schwangerschaftstest machen, da ich eh allein bin (...). Und dann werde ich Sicherheit haben.

22

Von: [REDACTED]-mail-ru

18.10.18

---

Vielen Dank für Ihre Beratung und Nachfrage. Mein Schwangerschaftstest ist negativ ausgefallen und am nächsten Tag habe ich meine Periode bekommen. Ich bedanke mich ganz herzlich für Ihre Unterstützung (...)

## “Danke für die fürsorgliche Nachfrage”

23

**Von:** [REDACTED]-gmx-de

26.10.18

Danke der Nachfrage. Ich war am Freitag bei meiner Frauenärztin, welche mir die Schwangerschaft bestätigt hat.

Am Anfang war ich sehr durcheinander und geschockt. Mittlerweile geht es mir besser und ich bin einigermaßen gefasst.

Im Großen und Ganzen habe ich mich für das Baby entschieden, aber meine Ängste sind sehr groß. (...) Ich bin einfach hin- und hergerissen. In dem einen Augenblick freue ich mich auf das Baby und dann denke ich wieder, dass ich ja so schon völlig überfordert bin (...). Ich weiß einfach nicht, was richtig und was falsch ist.

24

**Von:** [REDACTED]-mac-com

03.10.18

Der Schwangerschaftstest war negativ. Habe bisher immer noch nicht meine Periode. Das letzte Mal war im Juli und da hatte ich sie erstaunlich lange (...). Davor war meine Periode immer regelmäßig gewesen. (...) Fühle mich eigentlich sehr fit und habe so eine gesunde Sexualität wie nie zuvor?! Hoffe, dass bleibt mir noch eine Weile erhalten (...)

Vielen Dank für die fürsorgliche Nachfrage.

## “Danke, dass Sie sich nach mir erkundigen”

25

Von: [REDACTED]-gmx-de

21.09.18

Danke der Nachfrage. Ich habe inzwischen einen Schwangerschaftstest gemacht und er fiel negativ aus. Ganz beruhigt bin ich allerdings immer noch nicht (mache mir oft über zu Vieles Gedanken). (...)

Manchmal schaffe ich es, mich selber zu beruhigen, aber manchmal denke ich immer darüber nach und kann nichts so richtig genießen.

Das ist sehr lieb, dass ich mich weiterhin an Sie wenden kann. Danke!

26

Von: [REDACTED]-gmail-com

15.09.18

Danke, dass Sie sich nach mir erkundigen.

Ich habe nochmal eine Frage: (...) ich habe zwei Apps auf dem Handy, die mir ungefähr sagen, wann ich meine Periode bekomme und die eine sagt in zwei Tagen und die andere in acht Tagen. Wieso gibt es zwischen diesen Tagen so viel Unterschied?

27

Von: [REDACTED]-gmx-net

05.01.18

Ich freue mich jedes Mal, wenn eine Nachricht von Ihnen kommt – es ist schön, dass man auch nach der Entbindung nicht vergessen ist. Ich glaube, ich habe so etwas noch von keinem Verein etc. erlebt (...). Das ist so toll!

## “Danke, dass Sie nicht aufgegeben haben”

28

**Von:** [REDACTED]-gmail-com

27.08.18

Vielen Dank für die Nachfrage. Ich habe den Test noch nicht gemacht, da ich erst auf meine Periode warten will, die heute eigentlich kommen sollte (...).

Wenn ich zwei Tage überfällig bin, also übermorgen, dann mache ich den Test.

29

**Von:** [REDACTED]-web-de

22.06.18

Danke für die Nachfrage. Wir haben den Termin gestern beim Arzt wahrnehmen können und konnten das Herzchen des Babys schlagen sehen. Ich bin wohl in der 8. SSW. Wir haben uns sehr gefreut und waren auch etwas durcheinander, weil alles so real wurde. (...)

Ich hoffe so sehr, dass alles gut ausgeht.

30

**Von:** [REDACTED]-web-de

07.12.18

Ich bin sehr durcheinander und weiß echt nicht, was ich machen soll.

Danke für Ihre Mühe und dass Sie nicht so schnell aufgegeben haben und mir immer wieder geschrieben haben, das schätze ich sehr!

## “Es tut gut zu wissen, dass jemand da ist”

31

Von: ██████-gmail-com

28.03.18

Vielen Dank, dass Sie nochmals geschrieben haben, es tut gut zu wissen, dass jemand da ist!  
Leider hat sich die Situation noch nicht gebessert - im Gegenteil. Ich werde mich bald melden um Weiteres zu erklären.

32

Von: ██████-icloud-com

28.09.18

Danke für Ihre täglichen Nachrichten und dass Sie sich ernsthaft Gedanken um meine Situation gemacht haben. Sie haben mir emotional sehr geholfen. Es sollte mehr Menschen wie Sie geben.  
Würde Sie auch gerne über Neuigkeiten informieren.

33

Von: ██████-posteo-de

26.07.18

Sie glauben gar nicht, wie sehr Sie mir helfen, auch wenn ich mich jetzt erst wieder melde.  
Vielen lieben Dank für Ihre E-Mails und Ihre Unterstützung.  
Dass Sie mir auch am Dienstag, am Tag meines Arzttermins geschrieben haben, fand ich ganz toll.

34

Von: ██████-outlook-de

04.12.17

Danke, dass Sie nochmal nachfragen, das ist sehr lieb von Ihnen, und ja: Gott sei Dank hat meine Periode eingesetzt und mir ist ein Stein vom Herzen gefallen. Aber trotzdem danke für Ihre so hilfreichen Antworten und wenn in Zukunft noch mal irgendwas in der Art auftreten sollte, werde ich mich auf jeden Fall bei Ihnen melden.

## “Ich bin ganz überrascht, wie sehr Sie sich sorgen”

35

Von: ██████-gmx-at

12.07.18

Mir geht es sehr gut. Ich hab mich (...) für den (...) Schwangerschaftsabbruch entschieden. Klar war ich danach etwas traurig, aber es war auch sehr erleichternd. Derzeit fühlt es sich richtig an, ob das in ein paar Monaten oder Jahren auch noch so ist, kann ich nicht sagen.

Und jetzt mal ganz ehrlich, großes Danke, dass Sie sich nach mir erkundigen! Sie haben sicher viel zu tun und denken dabei noch an mich! Echt vielen lieben Dank! :)

36

Von: ██████-arcor-de

23.06.18

Das ist sehr lieb, dass Sie sich nach mir erkundigen!!

Ich hatte kaum Zeit, mir Gedanken zu machen (...). Und nun ist es so, dass ich seit gestern Blutungen habe. Ich werde gleich zum Frauenarzt gehen, um das abzuklären. Der erste Gedanke als ich die Blutung sah, war: "Jetzt habe ich das kleine Wesen vergrault mit meinen negativen Gedanken. Will ich wirklich, dass es sich verabschiedet?" Es war so ein Schrecken. Ich wollte nicht, dass es geht, aber die Angst vor allem was kommt, wenn es bleibt, war auch noch da. (...)

37

Von: ██████-web-de

26.11.18

Ich bin ganz überrascht, wie sehr Sie und der Verein sich sorgen und dranbleiben. Das ist wirklich schön. Ich habe mich mittlerweile für eine Abtreibung entschieden. Ich habe schon drei Kinder und ein Viertes übersteigt meine derzeitigen Kräfte.

## “Danke, dass Sie sich dennoch erneut gemeldet haben”

38

Von: [REDACTED]-gmx-at

14.01.18

Ich möchte mich nochmals für Ihre Zeit und Ihre Zeilen der letzten Tage bedanken. Mein Partner und ich haben uns gegen ein viertes Kind entschieden. Es hat sich im Moment der Entscheidung richtig angefühlt und ich sehe meine drei Kinder und weiß, dass diese mich jetzt auch brauchen und ich meine Kraft für sie brauche. Sie sind ja auch noch so klein.

39

Von: [REDACTED]-googlemail-com

09.09.18

Ich danke sehr für Ihre Worte und Ihr Nachfassen. Es tut gut zu wissen, dass in solch einer schwierigen Situation eine solch persönliche Antwort kam.

40

Von: [REDACTED]-hotmail-de

14.03.18

Zu allererst möchte ich Ihnen dafür danken, dass Sie sich, obwohl keine Rückmeldung von mir kam, dennoch erneut bei mir gemeldet haben. (...)

41

Von: [REDACTED]-gmx-de

29.11.18

Ich habe jetzt die Bestätigung, dass ich schwanger bin. Ja, wie geht es mir? Ich war überfordert mit der Situation, aber habe von einigen Seiten Hilfe angeboten bekommen. (...) Mein Freund hat sich schlau gemacht. Er sagt, wir schaffen das (...)

Ich bin froh, dass ich mich im ersten Schreck an Sie wenden konnte und dass es Ihr Portal gibt. (...)

Danke für Ihre Nachfrage. Sie leisten gute Arbeit. Ich weiß, dass ich mich immer an Sie wenden kann. Und das hilft mir sehr, da Sie als unbekannte Stütze mir (und sicher vielen anderen!) mitunter mehr helfen können als Beteiligte, die mich kennen. Darüber bin ich sehr froh!!!

*Für alle Rückfragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung:*

*Pro Femina e.V., Widenmayerstr. 16, 80538 München*

*Tel.: 089 / 540 410 50, E-Mail: [vorstand@profemina.org](mailto:vorstand@profemina.org)*



Pro Femina e.V. | Widenmayerstr. 16 | 80538 München

Telefon: 089/ 540 410 50 | E-Mail: [info@profemina.org](mailto:info@profemina.org) | Web: [www.profemina.org](http://www.profemina.org)

Spendenkonto Deutschland: Pro Femina e.V. | IBAN DE47 7002 0500 0008 8514 00 | BIC BFSWDE33MUE

Spendenkonto Österreich: Pro Femina e.V. | IBAN AT71 1500 0001 2161 9761 | BIC OBKLAT2L

Spendenkonto Schweiz: Pro Femina e.V. | IBAN CH62 0077 0253 1646 8200 1 | BIC BKBBCHBBXXX