

Вы сделали аборт?

Женщины редко соглашаются на аборт с большой охотой.

Но, сталкиваясь с нежелательной беременностью, кажется, что другой альтернативы нет. В критический момент кажется, что давление обстоятельств непреодолимо, а поддержки недостаточно. Сразу после аборта женщина чувствует облегчение. Создается ощущение, что проблема решена, и жизнь снова идет своим чередом. Но у некоторых женщин на смену первоначальному чувству облегчения неожиданно приходят эмоциональные проблемы.

Эти проблемы могут всплыть на поверхность через несколько лет после аборта и включать в себя:

- Эмоциональное оцепенение
- Депрессию
- Неспособность находится в присутствии младенцев или детей
- Периодически повторяющиеся сны об аборте или нерожденном ребенке
- Чувства сожаления или вины
- Чувство потери и опустошенности
- Проблемы во взаимоотношениях
- Гнев на партнера, семью, друзей или даже детей
- Нарушение питания, злоупотребление алкоголем или наркотиками
- Чувство беспомощности и отчужденности
- Низкую самооценку

Чтобы выжить, большинству женщин почти ничего не остается, кроме как **подавлять свою боль**. Иногда аборт хранится в тайне. Женщины сами могут бояться осуждения или непонимания. Даже если семья или друзья посвящены в эту тайну, зачастую они не знают, как реагировать или как поговорить с ними, не ранив их чувств.

Боль, которую женщина пытается подавить, иногда называют **постабортным стрессом**.

Если Вы страдаете от последствий аборта, **помощь доступна**.

Исцеление от эмоциональной боли, причиненной абортом, возможно ... и начнется сразу же после того, как Вы согласитесь получить поддержку. Благодаря индивидуальным или групповым занятиям по программе исцеления «Путешествие», многие женщины смогли смириться с решением об аборте.

«Я смогла смириться с потерей. Жала прошлого больше нет, и я чувствую, что снова могу смотреть вперед».

Если Вы хотите поговорить об аборте ...

Вы можете позвонить в национальную линию помощи CARE confidential 0800 028 2228

или зайти на сайт www.careconfidential.com,

где Вы также можете узнать информацию о местном центре кризисной беременности

Сеть центров CARE является отделом благотворительной организации CARE (регистрационный номер No 1066963)

© Сеть центров CARE, все права защищены, код L033