

# Кризисная беременность: правила разговора с женщиной

Не так уж редко женщине, узнавшей новость, которая должна наполнить радостью сердца всех окружающих ее людей, – новость о том, что она скоро станет матерью, – получает от близких и знакомых вместо поддержки и заботы – предложения «подумать», упреки, да и просто неприкрытые требования сделать аборт.

Для того, чтобы помочь женщине в ситуации кризисной беременности пережить сложное время, найти психологическую и материальную поддержку, в России создаются специальные горячие телефонные линии, социальные центры, приюты. Но все равно сначала женщине предстоит самостоятельно принять ответственное решение: сохранить ли жизнь собственному ребенку, которого она носит под сердцем? И порой ситуацию может переломить любое слово, любая фраза...

## Кризисная беременность – что это?

**Кризисная беременность** – это незапланированная, непринятая или запланированная, но отвергнутая, или с угрозой отвержения беременность. «Кризисной» называют беременность, когда у женщины есть даже самые малейшие сомнения по поводу сохранения беременности. Например, фразы типа: «Я очень хочу ребенка, но мой муж не обрадуется этой новости» уже должны насторожить специалистов (врачей акушеров-гинекологов, медицинских психологов).

## Беременность актуализирует проблемы

Для женщины не стоит вопрос: рожать или сделать аборт. Для женщины выбор намного сложнее: рожать или РЕШИТЬСЯ сделать аборт. Когда наступает незапланированная беременность, для принятия решения женщина начинает собирать мнения окружающих. Сначала она узнает мнения самых близких ей людей: отца ребенка, своих родителей и/или родных. Затем расширяет круг и выясняет мнения близких подруг, врачей. Если женщина желает сохранить ребенка (а на бессознательном уровне это желание есть у каждой женщины), отрицательный ответ близких – это сильный и тяжелый эмоциональный удар по ее состоянию. Во-первых, потому, что до 12 недель беременности из-за перестройки организма на вынашивание ребенка женщина наименее эмоционально устойчива, и она фактически не может принимать адекватные решения. Тем более, под давлением окружающих. А во-вторых, по данным статистики 90% женщин отказались бы от аборта, если бы их поддержали отцы детей.

Беременность – это не проблема. Но она **вскрывает проблемы людей, задействованных в принятии важного решения**. Беременность может нарушить выстроенные нами планы. И нужно время, чтобы правильно расставить ценностные приоритеты, что же важнее: учеба, карьера, отношения с партнером или жизнь собственного ребенка, сердце которого уже на восемнадцатый день начинает биться?

Если вы попали в ситуацию, когда женщина (неважно: подруга или случайная знакомая) обратилась к вам за советом, возможно, именно вам выпал единственный шанс внести долю сомнения в ее решение не рожать. Важно понимать, что именно сейчас женщина собирает мнения окружающих для окончательного вердикта и она действительно хочет принять правильное взвешенное решение.

Стоит насторожиться, если сама женщина желает сохранить ребенка, а чье-то мнение ей мешает принять решение родить. Однозначно, у такой женщины будет сильнейший постабортный синдром. **Постабортный синдром** – это сочетание психических симптомов и заболеваний, которые могут проявляться вследствие аборта. Основным симптомом является постоянное преследование пережитого в подсознании женщины.

## Как правильно построить разговор?

Необходимо всеми средствами очеловечивать ребенка, т.е. говорить о нем не как о плоде или о размножающихся клетках, а именно проговаривать слова «человек», «твой ребенок».

Нужно больше слушать беременную, чем давать советы. Но слушать тоже надо с умом. **Важно строить беседу так, чтоб максимально прояснить сложившуюся ситуацию**. Конечно, женщине будет казаться, что мы проясняем

ситуацию, чтоб войти в ее положение и дать нужный совет. Но это мы делаем для того, чтобы беременная сама себе нарисовала ясную картину и **поняла, где ее страхи перекрывают истинную реальность**. Например, в большинстве случаев женщины ссылаются на сложное социальное положение и на распространенный миф, что «незачем плодить нищету». Здесь важно уточнять и выяснять действительно ли все так плохо.

Нельзя использовать отрицательный, а то и пугающий тон в беседе по принципу: если я сейчас запугаю последствиями аборта женщину, то она его не сделает. Такой шаг собеседника приводит к тому, что женщина закрывается, а то и принимает решение назло. Забудьте про фразу «это убийство». Не рассказывайте устрашающих историй о том, как именно делают аборт и тому подобное. Нужно пытаться строить беседу на позитивной ноте.

Например, **неплохо ознакомиться с процессом внутриутробного развития ребенка** (когда начинает биться сердце, когда ребенок начинает чувствовать боль), чтобы апеллировать к научным данным. А при возможности покажите собеседнице фильм о чуде зарождения жизни.

Очень хорошо обращаться к своему личному опыту (хоть к отрицательному, хоть к положительному) или к реальным историям своих знакомых. Возможно, женщина увидит себя в той или иной ситуации со стороны.

Также важно объяснить женщине, что даже если, например, близкие люди (мама, муж) против рождения ребенка, в этой ситуации важно решение именно самой женщины, что хочет сама женщина, какой ее выбор, является ли этот выбор осознанным?

И последнее. Важно осознавать, что судьба ребенка, которому вы в этом разговоре пытаетесь спасти жизнь, все же в руках его родителей, а не в ваших. В процессе беседы не надо умолять и уговаривать беременную женщину оставить ребенка. Нужно построить беседу так, чтобы **женщина осознала всю собственную ответственность своего выбора**.

### Каждый выбор – это ответственность!



В завершении необходимо отметить, что женщины, которые сделали аборт хоть раз в жизни, никогда не забывают об этом событии. Многие даже не осознают, что их нынешние проблемы, будь то хронические заболевания, плохие отношения с мужем или неуправляемые дети, тянутся как раз с того момента, когда было принято решение прервать беременность. И пока женщина не переживет горе утраты, она не сможет свободно дышать. Конечно, это сделать труднее. От человека, родившегося на свет, а тем более прожившего жизнь, остаются какие-то предметы, которые мы можем хранить годами как символ воспоминания о нем. А от не рожденного человечка остается только память.

Поэтому женщине важно признать утрату не рожденного ребенка, важно вернуть его в семью как погибшего и разобраться в том, что не она одна принимала решение об аборте, а также разделить эмоции между всеми участниками ситуации.