

Områden som påverkas

Känslomässigt

Aborten har påverkat din emotionella förmåga, särskilt förmågan att känna. Det är vanligt att kvinnor upplever att de pendlar från den ena sidan av det emotionella spektrat till den andra. Det finns kvinnor som helt stänger av sina känslor. De vet inte vad de känner eller också trycker de ned sina känslor eftersom de är rädda för att känna efter. Detta kan göra att de framstår som kyliga. Sedan finns det kvinnor vars känslor är som en evig berg-och-dalbana. Känslor som brukar löpa amok hos kvinnor som gjort abort är: fruktan, depression, vrede och ensamhet. Oavsett om vi undertrycker våra känslor eller uttrycker dem utan urskiljning, så skapar de problem. Utforska dina egna känslomässiga reaktioner!

- Kan du beskriva dina känslor inför aborten?
- Hur tar du itu med dina känslor i allmänhet?
- Hur skulle dina närstående beskriva ditt känsloliv?
- Kan du beskriva dina känslor efter aborten?



Från boken *En tid för läkedom* (2005) av Luci Freed, legitimerad psykolog & Penny Salazar, socionom. Båda har många års erfarenhet av rådgivning och terapi efter abort.