

Områden som påverkas

Sexuellt

Att utveckla en hälsosam sexuell identitet är en utmaning för varje människa. Många kvinnor upptäcker att denna uppmaning blir ännu tuffare efter att de har gjort abort. En del kvinnor väljer att ta itu med sina sexuella problem efter aborten genom att inte bry sig om sex. De känner att det var deras sexualitet som ledde till att de blev gravida och att de sedan gjorde abort. Därför känns det säkrare att stänga in sin sexualitet, än att riskera ytterligare en graviditet. Ofta döljer de sin sexualitet genom valet av klädstil, medvetet eller omedvetet, genom att öka i vikt eller avskärma sig från sitt sociala liv. Andra kvinnor skräms av att de känner sig sexuellt utsatta när de blir alltför involverade i en relation.

- Hur ser du på din sexualitet?
- Vad betyder det att vara kvinnlig?
- Hur ska jag uttrycka min kvinnlighet?
- Hur ska jag uttrycka min sexualitet?
- Finns det någon skillnad mellan sex och sexualitet?
- Vilken slags sexuell livsstil vill jag ha?
- Vilka är mina rättigheter som kvinna?
- Hur värderar jag fysisk attraktion, moderskap och karriär?

Tillsammans med dessa frågor kan det komma upp andra funderingar, som att vara rädd för att ha blivit ofruktsam, rädd för preventivmedel, för att dela sitt sexuella förflutna med sin blivande make, för att tala med sina barn om sexualitet och livsstil.



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.