**Веские аргументы в пользу сохранения жизни…**

Существуют страхи, толкающие женщину на аборт. Как избавиться от них, подскажет медицинский психолог Оренбургского центра медпрофилактики Юлия Карабаева.

**Причина №1**: Трудная жизненная ситуация, тяжелое материальное положение.

**Ответ психолога**: При желании два взрослых человека смогут стать достойными родителями в плане воспитания и заработать средства хотя бы на минимальные условия для роста и развития ребенка. С трудностями сталкиваются многие женщины, но помощь при желании можно найти, опираясь на поддержку близких и друзей. На крайний случай существуют кризисные центры помощи людям, оказавшимся в трудной ситуации.

**Причина №2**. Беременность разрушит жизненные планы, карьеру, учебу.

**Ответ психолога:** Можно продолжить учебу и карьеру после родов и наверстать упущенное.Ребенок не помешает самореализации женщины. В любом случае не торопитесь, позвольте себе побыть мамой.

**Причина №3.**Нежелание мужчины иметь детей или уже наличие в семье детей.

**Ответ психолога:** Делать аборт ради отношений – неразумный выбор. Как показывает практика, если незапланированная беременность пошатнула отношения между женщиной и мужчиной, скорее всего аборт эти отношения не только не укрепит, но, возможно, разрушит. Так же глупо наказывать мужчину за предательство или обиду абортом. Вы наказываете только себя и своего нерожденного ребенка.

**Причина №4**. Психологическая неготовность женщины, связанная со страхом изменения внешности после родов, страх самих родов, смерти плода…Страх быть «плохой» мамой, которая не сможет достойно воспитать ребенка.

**Ответ психолога:** Женщина должна понимать: изменение внешности – временное явление, и при желании можно вернуться в прежние и даже более привлекательные формы. Вам в помощь фитнес, правильное питание, косметология.

Не должно быть и страха родов и смерти плода, ведь медицина, значительно шагнувшая вперед, использует передовые технологии. Много полезной информации можно почерпнуть на специальных занятиях для беременных в женских консультациях либо читая профильные журналы для тех, кто готовится стать мамой.

И главное: прежде чем сделать важнейший выбор–сохранить беременность или прервать, обязательно поговорите с психологом. Так вы взвесите объективно все «за» и «против».

P. S.

Бесплодие, проблемы со здоровьем, а также чувство вины, утраты, пустоты, ощущение совершенной ошибки, физическое и психологическое отвращение к партнеру– малая часть того, с чем может столкнуться женщина, решившаяся на аборт.

Не принимайте поспешного и необдуманного решения, лучше возьмите паузу, чтобы перестать воспринимать беременность как некую глобальную негативную перемену, из-за которой ничему хорошему и привычному в жизни не осталось места.

Также сделайте что-то, связанное с беременностью, в положительном контексте. Например, купите в аптеке витамины для мам, почитайте книжку о беременности. Через несколько дней вы начнете воспринимать все случившееся куда спокойнее, и у вас проснется интерес к своему новому состоянию.