***Narracja o aborcji polskich kobiet po terminacji ciąży- Projekt Teraz Poliż „Powiem i zobaczę co się stanie”***

***oprac. Alicja Długołęcka***

W październiku i listopadzie 2021 roku grupa artystyczna Teraz Poliż w mediach społecznościowych umieściła anonimową ankietę dla kobiet, które podjęły w swoim życiu decyzję o aborcji. Dokonałam analizy 56 wypełnionych ankiet. Uzyskane informacje nie mogą stanowić w sensie naukowym wyników badań zgodnych z zasadami poprawności analiz statystycznych, ale można je potraktować jako pewien rodzaj impresji o charakterze jakościowym. Obraz, który się wyłania z uzyskanego materiału opowiada o faktach- o tym, jak bywa. Stanowi również głos kobiet w sprawie aborcji w Polsce tu teraz (w ostatnim kwartale 2021roku).

Aborcja była, jest i będzie, nawet gdyby założyć, że antykoncepcja dla kobiet i mężczyzn stałaby się powszechna, a ich poziom świadomości w temacie świadomego rodzicielstwa byłby oczywistością. Nie rozwiązałoby to tej kwestii w stu procentach, ponieważ część aborcji dotyczy wad genetycznych płodu lub niechcianego i nieplanowanego zapłodnienia jako wyniku gwałtu/seksualnego nadużycia. Raport Federacji na rzecz Kobiet i Planowania Rodziny wskazuje, że 67% aborcji wynika z przesłanek embriopatologicznych, a pozostałe 33 % dotyczą wad somatycznych. W 2019 roku w polskich szpitalach wykonano 1100 terminacji ciąży, w tym 98% w związku ze stwierdzeniem ciężkich i nieodwracalnych wad płodu. [[1]](#endnote-2) Co piąta Polka doświadczyła gwałtu, ale aż 91,8 % nie zgłosiło tego faktu policji[[2]](#endnote-3). Takie są fakty. Całkowity brak aborcji to wizja utopijnego świata.

W realnym świecie wg World Health Report[[3]](#endnote-4) każdego roku dochodzi do 211 milionów ciąż, a 46 milionów z nich kończy się aborcją. Czterdzieści procent tych aborcji jest wykonywanych w niebezpiecznych warunkach (co jest powodem 68 000 zgonów). Warto wziąć pod uwagę, że zabieg przeprowadzony w krajach, w których aborcja jest legalna i ogólnodostępna oraz jest przeprowadzana w odpowiednich warunkach niesie za sobą mniejsze ryzyko śmierci niż poród – wskaźnik śmiertelności wynosi 0.6 na 100 000 aborcji[[4]](#endnote-5). Wskaźnik staje się o wiele wyższy (13%) w państwach o zaostrzonym prawie aborcyjnym[[5]](#endnote-6).

Narracja o aborcji jest obarczona bardzo silnymi stereotypami, którym zaprzeczają wyniki badań, z których jasno wynika, że aborcja w większości przypadków nie wpływa negatywnie na zdrowie psychiczne kobiet, a bolesne konsekwencje znacząco częściej dotyczą odmowy aborcji[[6]](#endnote-7) oraz poczucia izolacji i stygmatyzacji kobiet, które zadecydowały o terminacji ciąży[[7]](#endnote-8)

Jaki obraz wyłania się z uzyskanego materiału? Czy stanowi on odzwierciedlenie przytoczonych badań? Odpowiedź jest jednoznaczna- tak.

Aborcja dotyczy kobiet z bardzo różnych przedziałów wiekowych i w bardzo różnych sytuacji życiowych. Wyraźnie widoczną grupą są kobiety, które planowały ciążę, ale badania wykazały wady genetyczne płodu. To jedyna grupa, która zdecydowała się na terminację ciąży w placówkach zdrowia w Polsce. Ich relacje są skrajnie różne- zarówno takie, które prowadziły do traumy z powodu ich przebiegu, jak i takie, które stanowią pozytywne przykłady prawidłowej opieki lekarskiej (w zdecydowanej mniejszości),

Bardzo wyraźnie wyłania się grupa kobiet dojrzałych, matek kilkorga dzieci, które zaszły w ciążę w sposób nieplanowany i nie widzą możliwości na wychowywanie kolejnego dziecka. Obraz ich położenia jest tragiczny: bieda, bezrobocie, choroba psychiczna lub uzależnienie męża, ciężki stan zdrowia, chroniczne przemęczenie będące wynikiem przepracowania i konfliktami w rodzinie, stan depresyjny, samotne macierzyństwo. Istotnym czynnikiem wskazywanym przez kobiety była niewystarczająca opieka ginekologiczna w okresie około menopauzalnym i brak świadomości dotyczącej płodności w tej fazie życia. Młodsze kobiety również wymieniały powody związane z trudną sytuacją psychiczną i materialną.

Kolejną grupą są kobiety w różnym wieku, które stosowały zawodne metody antykoncepcji lub nie stosowały ich w sposób świadomy (kalendarzyk małżeński i stosunek przerwany nie są uznawane współcześnie za skuteczne metody antykoncepcji- nawet nimi nie są) oraz takie, które opisywały zdarzenie związane z seksem jako przypadkowe, a sam fakt zapłodnienia jako niespodziewany i niechciany. Poza faktem, że nie planowały w tej fazie życia macierzyństwa (lub w ogóle), również nie chciały kontynuować relacji ( mężczyźni nie byli bliskimi osobami, byli żonaci, prowadzili podwójne życie itp.).

Wśród kobiet, które wypełniły ankietę znalazły się również osoby, które doświadczyły gwałtu w postaci przemocy seksualnej (również w związku małżeńskim) i wykorzystania seksualnego, kiedy były pod wpływem alkoholu. Dwa przypadki dotyczyły osób niepełnoletnich.

Wśród odpowiedzi znalazła się również taka, która bezpośrednio nawiązywała do poczucia zagrożenia wynikającego z sytuacji politycznej w kraju.

Można więc wymienić 4 podstawowe motywy aborcji:

1. Wady genetyczne płodu
2. Ciężka sytuacja życiowa- partnerska/psychiczna/materialna
3. Niewystarczająca wiedza na temat metod sterowania płodnością
4. Przemoc seksualna

Przykładowe wypowiedzi:

* „*To była druga chciana ciąża. Decyzja nie była łatwa. Od badań prenatalnych, wykonanych w 12 tygodniu ciąży przechodziłam gehennę. Codzienna rozpacz, depresja. Z każdym nieinwazyjnym badaniem było tylko gorzej. Następnie pobyt w szpitalu i badania inwazyjne. Ostateczną decyzję o aborcji dokonaliśmy z partnerem po wynikach amniopunkcji. Aborcję chirurgiczną wykonałam poza granicami kraju ze względu na zaawansowanie ciąży.”*
* *„To była wpadka- zsunięta prezerwatywa”,*
* *„ Przypadkowy seks z kolegą pod wpływem alkoholu”*
* *„Miałam 15 lat i uprawiałam seks z trzy lata starszym chłopakiem”*
* *Miałam 19 lat. Przesunięcie dnia owulacji, seks bez zabezpieczenia. Decyzja wynikła z zapadnięcia w depresję, strachu, niewystarczających pieniędzy oraz rozpaczy. Czekały mnie studia, a chłopak po wieści o ciąży zaczął mnie z czasem olewać, choć to on na początku się ucieszył i powiedział że damy radę. Niestety sobie nie poradziłam, zostałam sama, wyjechałam do Holandii z tajemnicą przed światem.*
* *”Romans z żonatym mężczyzna, miałam już dziecko z pierwszego małżeństwa, nie chciałam mieć z nim dziecka”*
* *„Zaszłam w ciążę z facetem, który okazało się, że prowadził podwójne życie”*
* *„Dwoje dorosłych dzieci, chory mąż, przemocowy związek ,w dodatku byliśmy za granicą”*
* *„Kryzys w związku, choroba psychiczna partnera”*
* *„Ciąża w przemocowym związku”*
* *„Pod wpływem alkoholu, mężczyzna wykorzystał sytuację”*
* *„ Z facetem, od którego próbowałam uciec, bo stosował przemoc psychiczną na mnie i pierwszym dziecku”*
* *„Z partnerem, od którego próbowałam odejść, ale mnie zastraszał. Seks raz na pół roku po dużej ilości alkoholu, żeby się nim mniej brzydzić. Załamałam się, jak okazało się, że jestem w ciąży”*
* *„Gwałt nie zgłoszony na policję 14 lat”*
* *„Miałam 18 lat, partner z którym byłam był uzależniony, ja też. Od wielu dni nie dawał znaku życia, wiedziałam że tego nie udźwignę”*
* *„Ja i chłopak źle się zabezpieczyliśmy. Jestem autystką i czułam się paskudnie z obcym ciałem. Wymiotowałam na zmianę z obrzydzenia i nudności „*
* *„Sytuacja polityczna w kraju przez wyrok TK wolałam usunąć. Boję się powikłań i braku wsparcia.”*

W nielicznych przypadkach kobiety decydowały się na aborcję w kraju- z oczywistych względów wszystkie dotyczyły wad genetycznych płodu potwierdzonych badaniami. Dwie osoby wykonały terminację ciąży w gabinetach prywatnych w Polsce lub w przypadku aborcji farmakologicznej we własnym domu, wszystkie pozostałe zdecydowały się na aborcję za granicą, często w klinikach państwowych w różnych krajach (najczęściej w Niemczech, Czechach i Holandii). Zabiegi przeprowadzone w Czechach w kilku przypadkach zakończyły się komplikacjami.

Najwięcej kobiet decydowało się na aborcję farmakologiczną pozyskując dostęp do środków dzięki stronie  *WomenonWeb,* organizacjom pozarządowym lub od koleżanek, które kupiły je poza granicami Polski.

Przykładowe wypowiedzi:

* *za granicą w gabinecie na przedmieściach , aborcja w Niemczech, na Litwie, w Holandii , w prywatnej klinice w klinice w Czechach, na Słowacji, w Wielkiej Brytanii, Norwegii, Francji.*

Przed zabiegiem towarzyszącymi emocjami, które opisywały kobiety, najczęściej był strach, poczucie bezradności i osamotnienia oraz złość. Sytuacja niektórych kobiet zagrażała ich zdrowiu i życiu, wiele opisów wskazuje na brak właściwej opieki medycznej i traumatyzujący sposób traktowania pacjentek. Część kobiet, które zdecydowały się na aborcję farmakologiczną była całkiem sama bez żadnego przygotowania na ewentualne komplikacje, które się u części pojawiły. Ta grupa była zmuszona do interwencji szpitalnej- niektóre bardzo obawiały się powiedzieć prawdę i zgłosić po pomoc.

Przykładowe wypowiedzi:

* *Czułam się przede wszystkim cholernie przerażona, samotna, bezradna*
* *Strach, wstyd, dezorientacja, niepokój, poczucie bycia śledzoną po wyjściu*
* *Przed zabiegiem towarzyszyły mi strach, bezradność, wściekłość, głównie na władzę, która przymusza mnie do donoszenia wadliwej ciąży i żal, że ta wada genetyczna przytrafiła się właśnie mi. Mój zabieg był bardziej skomplikowany, odbył się w II trymestrze stąd mój strach, że może dojść do jakichś komplikacji. Bałam się też bariery językowej, obcego państwa i tego, że w klinice, ze względu na obostrzenia, nie może być przy mnie partnera.*
* *Chyba nie miałam żadnych wyobrażeń, po prostu chciałam, żeby już było po wszystkim. Niestety za pierwszym razem bardzo mocno krwawiłam i za wcześnie pojechałam do szpitala (jechać do szpitala po tym, jak poronię, kazał mi lekarz) i w szpitalu "uratowali" moją ciążę, pokazywali mi zarodek na USG, to był chyba najgorszy moment. Na szczęście za drugim razem się udało.*
* *Planowana ciąża obumarła po 6 tyg. To była aborcja farmakologiczna. Nie udała się, musiałam być operowana. Fizyczny ból. Wściekłość na lekarzyna pogotowiu ginekologicznym, którzy bardzo nieprzyjemnie zareagowali na moją aborcję farmakologiczną*
* *Pamiętam, że byłam przerażona, że nie przyjdzie paczka, a potem, że środki nie zadziałają a nie będę mogła już więcej pożyczyć pieniędzy na kolejne zamówienie. Cały proces - w nocy w domu, ale poroniłam w środku dnia w pracy w galerii handlowej.*
* *Lekarka w pierwszym szpitalu kazała mi przynieść zgodę męża. Potem dwa razy miałam pisać podanie o aborcję, bo raz po złej stronie napisałam datę. Psycholog - konieczny przez zabiegiem zapytał, czy nie ma szans na uratowanie dziecka - płód miał wady potwierdzone: zespół Patau, Edwardsa, brak mózgu, uszkodzenia twarzoczaszki, wady serca.*
* *Miałam 14 lat okres mi się spóźniał zrobiłam 4 testy wszystkie pozytywne, byłam załamana i myślałam o samobójstwie jeśli nie poronię, byłam bezbronne, bezsilna , przerażona*
* *Ginekolog stwierdził ciążę. Zapytałam, czy można coś z tym zrobić. Użył katolickiego słownictwa o wstydzie i grzechu i że powinnam się cieszyć i że jestem niewdzięczna. I żebym tylko nie myślała, żeby coś robić. O ironio, zrobiłam aborcję w tej samej klinice*
* *Dwóch lekarzy w Polsce mających dostęp do mojej dokumentacji medycznej (ginekolog i endokrynolog, obaj - mężczyźni) zasugerowali, że jestem dziwką i symuluję choroby, żeby dostać receptę na leki hormonalne, żeby sobie usuwać w zaciszu własnego domu kolejne ciąże.*
* *Myślałam, że pójdzie w miarę lekko, ale była rzeźnia. Wpadłam w ten mały procent kobiet, który źle znosi aborcję farmakologiczną, zaczęłam się wykrwawiać. Skończyło się szpitalem i łyżeczkowaniem, a potem dość długim dochodzeniem do siebie.*
* *Zamówiłam tabletki przez Women on Web. Bałam sie, ze zostanę aresztowana, że popełniam przestępstwo. Bałam sie o moje zdrowie. Bałam sie, że nie będę mogła nigdy zajść w ciąże. Po aborcji trafiłam do szpitala na łyżeczkowanie macicy. To było traumatyczne, czułam sie jak przedmiot. Rzesze ludzi oglądały moje krocze. Udawałam, że nie wiedziałam, że byłam w ciąży, bo sie bałam przyznać.*

Co okazywało się wsparciem? Najczęściej czyjaś obecność- realna, albo poprzez kontakt telefoniczny: z przyjaciółkami, rzadziej był to partner lub członek rodziny: matka, ojciec, ktoś z rodzeństwa. Duże znaczenie miała pomoc udzielana przez inne kobiety z organizacji pozarządowych- najczęściej wymienianą był Aborcyjny Dream Team.

Przykładowe wypowiedzi:

* *Parter był też w stałym kontakcie z aktywistkami zajmującymi się pomocą w dostępie do legalnej, bezpiecznej aborcji. Dziewczyny z organizacji pomogły nam w całej papierologii, pomogły w tłumaczeniach. Od początku do końca były z nami, wspierały telefonem. Dzięki temu byliśmy przygotowani na każdą ewentualność.*
* *Wiedzę czerpałam ze strony Aborcyjnego Teamu i rzeczywistość pokryła się z opisem. Przygotowałam się na wszystko, co mogło się wydarzyć, włącznie z zasłabnięciem albo koniecznością hospitalizacji. Na szczęście obyło się bez tego i poradziłam sobie sama. Jednak dużo starań włożyłam w zorganizowanie sobie bezpiecznej i wygodnej przestrzeni oraz dostępu do pomocy w razie konieczności - przyjaciółka w kontakcie o ustalonych godzinach.*
* *Zamówiłam tabletki z WomenonWeb, bo wydawały mi się najbardziej wiarygodnym źródłem. Nie mogłam sobie pozwolić na wyjazd za granicę ani finansowo ani czasowo ani psychicznie.*
* *Wspierały mnie koleżanki, zwłaszcza jedna - paradoksalnie wcześniej nie sądziłam, że będą aż takim wsparciem. Były ze mną, pomogły zdobyć tabletki, upewniły w przekonaniu, że wszystko będzie ok.*
* *Otrzymałam wsparcie najbliższej rodziny, również finansowe.*
* *Partner i dziewczyny z Ciocia Czesia*
* *Mój mąż i dorosłe córki*
* *Przyjaciele i lekarz*
* *Mąż i wierząca rodzina męża*
* *Przyjaciółka przez telefon*
* *Mama*
* *Ojciec*
* *Wsparcie na forum Masz Wybór*
* *Moja przyjaciółka i współlokatorka. Zobaczyła mnie płaczącą z bólu na toalecie i musiałam jej powiedzieć. Napuściła mi gorącej wody do wanny i dała tabletki przeciwbólowe, których nie mogłam znaleźć, a potem siedziała ze mną siedziała. Potem dała mi termofor i położyła do łóżka.*
* *Brat i babcia*
* *Partner i jego matka*
* *W Planned Parenthood spotkałam się z przepiękną empatią i profesjonalizmem. Mimo, że każda wizyta w placówce wiązała się że stresem (bo wiadomo) to nigdy nie poczułam się oceniana, nie zostałam skrytykowana, a otrzymałam mnóstwo niezbędnych informacji i prawdziwą pomoc. Następnie po całym wydarzeniu zaproponowano mi darmową antykoncepcję. Na swój sposób całe doświadczenie było bardzo ważne w moim życiu, ale i wspominam je pozytywnie.*

Wypowiedzi na temat reakcji po wykonaniu aborcji są jednoznaczne, najczęściej używanym pojęciem określającym stan psychiczny było pojęcie: ulga. Czasami poczuciu ulgi towarzyszył smutek i złość związana z przebiegiem zabiegu oraz postawą personelu medycznego lub partnera seksualnego. Komplikacje medyczne, złe warunki i stygmatyzacja wywołująca poczucie winy były wymieniane najczęściej jako czynniki bardzo negatywnie wpływające na stan psychiczny kobiet. Tylko jedna żałowała decyzji o aborcji.

Przykładowe wypowiedzi:

* *Cieszyłam się, że się udało. Żałowałam, ze zrobiłam to w polskim szpitalu a nie w ludzkich warunkach*
* *Ulga i wściekłość, że tak to musiało wyglądać (komplikacje)*
* *Ulga/ Ulga i smutek/ Ulga/ulga i euforia/ Ulga, wolność i szczęście/ Ulga/ Ulga i spokój/ Wielka ulga! Poczułam sie wolna i bezpieczna / Żal, ulga, złość/ Ulga i poczucie, że podjęłam dobrą decyzję/Smutek i ulga/Ulga radość/ Szczęście i ulga/ Szczęśliwa/ Ulga radość i szczęście/ Ulga i obciążenie psychiczne/ Czułam ulgę, radość, poczucie odzyskania kontroli nad własnym ciałem i życiem/Szczęście/*
* *Wielka ulga, radość, szczęście, zrzucenie brzemienia, czułam że moje życie jest uratowane.*
* *Jakby ktoś zwrócił mi życie*
* *Uwolniona od złego samopoczucia, mój lęk o przyszłość zniknął. Zniknęło napięcie i płaczliwość.*
* *Ulga i ogromna radość. Jakbym dostała nowe życie. Obiecałam sobie, że nie zmarnuję drugiej szansy.*
* *Spokój*
* *Czułam się jak nowo narodzona, ale również czułam strach, bo oczekiwałam nagłego nadejścia wielkiej traumy i poczucia winy, a gdy to nie nadchodziło, czułam się jak potwór bez sumienia, bo zawsze myślałam, tak jak mi wmówiono w dzieciństwie na religii, w mediach czy w domu rodzinnym, że aborcji towarzyszy trauma na całe życie.*
* *Przede wszystkim poczułam ogromną ulgę i radość. Nigdy nie żałowałam tej decyzji, byłam szczęśliwa, że się udało, choć jednocześnie też wściekła, że musiało się to odbywać w takich warunkach.*
* *Psychicznie- najszczęśliwsza na świecie. Uratowałam też dziecko, które stałoby się ofiarą przemocy*
* *Chciałam tej decyzji i absolutnie nigdy nie będę jej żałować, ale stygmatyzacja przez społeczeństwo i traktowanie aborcji jako temat tabu w Polsce zrobiło swoje i czułam się przez moment winna. To był ból emocjonalny*
* *Żyje z piętnem i poczuciem dziwnego wstydu, chociaż wiem że decyzja która podjęłam była najlepszą. Czuję się czasami bardzo zła osoba, niemoralna wręcz. Piętno społeczne jest ogromne. Czuję, że nie można o "tych tematach" mówić otwarcie.*
* *Emocje z którymi żyje do dzisiaj, piętno i trauma. Poczucie jakiejś zbrodni i sekretu o którym nie mogę mówić bo będę odbierana inaczej. Znam opinie dużej ilości moich znajomych i przyjaciół*
* *Gniew i smutek na faceta który prowadził podwójne życie, załamanie nerwowe*
* *Ulga. Piętno. Poczucie winy. Trauma. I psychoterapia po latach*
* *Minęło już kilka lat i dopiero teraz sie z tym pogodziłam. Najgorszy czas w moim życiu.*
* *Płacz, że zabieg, który miał się udać, musiał się powtórzyć i musiałam dwa razy przejść przez to samo cierpienie.*
* *Zawiodłam się, bo tabletka nie podziałała, pocięłam się. Poroniłam parę dni później i wylądowałam na Sorze. Tam potwierdzono utratę ciąży i wtedy popłakałam się jeszcze bardziej, nagle wydawało mi się, że ta ciąża to coś, czego podświadomie pragnęłam. Długo trwało zanim się pozbierałam, około roku. Teraz wiem, że postąpiłam najlepiej jak się dało.*
* *Gdybym miała możliwość cofnięcia czasu nigdy nie zdecydowałaby się na ten zabieg. Od dwóch lat leczę się na pełno objawowy zespół stresu pourazowego i walczę z atakami paniki. Nie wiem jak wyglądałaby moja sytuacja, gdybym postąpiła inaczej ale w obecnej zupełnie sobie nie radzę, straciłam chęć do życia i nie umiem poradzić sobie z tym co się stało.*

W imię zasady „Nic o nas bez nas” większość kobiet, która zdecydowała się na udział w projekcie chciała coś przekazać innym kobietom. Podstawowy wniosek z ich relacji jest taki, że kobiety chcą prawa do decydowania o sobie i w wyniku swoich doświadczeń są gotowe udzielać wsparcia innym kobietom w podobnej sytuacji. Wiele z nich podkreśla rolę autonomii przy podejmowaniu tej decyzji, potrzebę edukacji w zakresie metod i przebiegu aborcji oraz zadbania o bezpieczeństwo i wsparcie bliskich osób.

Przykładowe wypowiedzi:

* *Rozważ za i przeciw. Pamiętaj, że ty jesteś najważniejsza.*
* *Żebyś sama się zastanowiła i podjęła decyzję zgodną ze sobą - i nie zważaj na presję innych. Jeśli byłaby mi bliska - wspierałabym ją niezależnie od podjętej decyzji.*
* *Nie ma się czego bać. Tak, to była najlepsza decyzja w moim życiu*
* *To Twoja decyzja. Jeśli czujesz, że nie chcesz być w ciąży i nie chcesz mieć dziecka - to nikt nie może cię do tego zmusić. Skorzystaj z bezpiecznego dostępu do tabletek i upewnij się, że jest ktoś, kto może monitorować przebieg aborcji w trakcie i pomoże ci, gdyby pojawiły się kłopoty*
* *Chcę podziękować takim osobą jak Panie z ADT, uświadamiają, pomagają, są po prostu genialne*
* *Jedynie to, że jestem bardzo wdzięczna za istnienie pomocnych organizacji, które w takich chwilach są wsparciem dla kobiet w tym chorym kraju. Nie wiem co bym zrobiła, gdyby nie pomoc z ich strony*
* *Mimo, że prawo nie daje wyboru, to zrób co uważasz, bo od tego zależy całe Twoje dalsze życie. I nie daj sobie wmówić „jak urodzisz to pokochasz”, bo jeśli na tym etapie nie jesteś gotowa to nie będziesz wcale.*
* *Myślę ,że aborcja to bardzo kobiece doświadczenie. Żaden facet tego nie zrozumie, nie każda kobieta potrafi.*
* *Jeśli się zdecydujesz miej osobę bliska przy sobie i te emocje są prawidłowe masz prawo być smutna, masz prawo czuć się złe, możesz się wahać tuż przed połknięciem tabletek. To twoje ciało twoja decyzja.*
* *Myślę, że niezależnie od kraju, zawsze znajdą się ludzie, którzy utrudniają procedurę nie znając i nawet nie pytając o sytuacje. Według mnie, nikt nie powinien mieć prawa kwestionowania decyzji kobiety. Poza tym stygmatyzacja jest po prostu dramatyczna. w 21szym wieku, kobiece ciała ciągle są jeszcze narzędziem politycznym i religijnym. To się musi skończyć. Trzeba uświadamiać i edukować społeczeństwo. Dziewczyny i chłopców na jednakowym poziomie*
* *Udzieliłabym jej wsparcia bez względu na decyzję jaką ostatecznie podejmie*
* *Moje doświadczenie aborcji nie wiąże się z żadną traumą - chciałabym, żeby to wybrzmiało. Nigdy nie żałowałam tej decyzji, nie przepłakałam nawet minuty po wszystkim. Wiem, że nie każda osoba ma takie doświadczenie, ale też nie dla każdej osoby to jest tragedia. Jednocześnie na pewno byłoby mi łatwiej, gdybym mogła otwarcie o tym mówić i nie zastanawiać się, czy zostanę oceniona. Mam też świadomość swojego przywileju, tego, że miałam dostęp do opieki lekarskiej, że jestem z dużego miasta, że miałam wsparcie rodziny. Nie wyobrażam sobie, jak trudno musi być osobom, które muszą mierzyć się z tym same.*
* *Nie pozwól ciąży zniszczyć swojego życia. Dwie aborcje miałam za PRLu i my, kobiety miałyśmy wtedy "lepiej"*
* *Jeśli jesteś pewna - zrób to dla siebie. Jeśli nie zastanów się czy życie z takim obciążeniem jest dla ciebie. I czy będziesz kochającym rodzicem dla tego co posyłasz na świat. Jeśli jesteś kimś z problemami psychicznymi i uzależnieniami - usuń. Na rodzinę będzie czas jak już zajmiesz się sobą i wyleczysz. Może mam pogląd zaburzony życiem ale alkoholik nigdy nie kocha swojego dziecka nie krzywdząc go. Choćby świat się miał wypiąć to zrób to co słuszne dla ciebie. I zmień swój świat.*
* *Jestem szczęśliwa mama dwójki zdrowych dzieciaków, ale gdybym miała wtedy podjąć decyzję, lub dziś gdybym po prostu nie chciała. Przeszłabym aborcję ponownie*
* *Jestem wdzięczna, że spotkałam w tej tragicznej sytuacji tyle życzliwych osób. Mam nadzieję, że osoby w ciąży, które nie chcą w niej być przestaną być traktowane jak kryminaliści. Polki zasługują na dostęp do legalnej, bezpiecznej aborcji*
* *Że nie ratuje tylko siebie, ale tez potencjalne dziecko przed życiem w dramacie, przemocy, chorobie.*
* *Myślę, że po tym doświadczeniu drugi raz zdecydowałabym się na wycieczkę za granicę zamiast oczekiwania na przesyłkę. Tyle, że mnie na to stać a większość kobiet w kryzysie aborcyjnym nie może zostawić życia i wyjechać sobie na 5 dni po tabletki lub do kliniki. To jest chore w tym kraju*
* *Całkowicie żałuję niezabezpieczenia się ten jeden raz, ale aborcja była najsłuszniejszą decyzją w mojej*
* *Nie żałuję. Będę miała dziecko jeśli będę na nie gotowa. Wtedy nie byłam i cieszę się, że podjęłam taką a nie inną decyzję. Cieszę się też, że wiedziałam dużo wcześniej skąd mogę wziąć informacje i szukać pomocy gdybym jednak zaszła w ciążę. Bez tego byłoby mi o wiele trudniej.. Edukacja i świadomość gdzie szukać pomocy są bardzo ważne.*
* *Chciałabym żeby aborcja w Polsce była legalna. Tak po ludzku - z szacunku i miłości do kobiet, dajmy im wybór. I jeszcze jedno - po aborcji nie miałam traumy przez samą aborcję. Jedynie przez stygmatyzację tego zabiegu w Polsce. Brak fachowych informacji w polskim internecie jak o siebie dbać po zabiegu, jakie są zalecenia.*
* *Chcę jeszcze dodać, że mimo, że byłam dorosła, to ja nie zdawałam sobie sprawy, że trzeba używać prezerwatyw i się zabezpieczać, żeby nie zajść w ciążę, jakoś jak by to do mnie nie docierało, nie miałam wtedy świadomości tego. A facet oczywiście jak to facet, chętnie bez gumki, bo mu przyjemniej. Ja wtedy nie umiałam jeszcze o siebie zadbać i powiedzieć, że albo z prezerwatywą albo w ogóle.*
* *Jeżeli to ty nie chcesz ciąży, to usuń. Ale jeśli tylko czujesz, że "powinnaś usunąć" bo ktoś nakłania czy są jakieś okoliczności zewnętrzne, to się zastanów.*
* *Decyduj zgodnie ze swoimi pragnieniami i tylko ze swoimi - nie męża, otoczenia, koleżanek, mamy czy siostry. Jeśli się boisz, nie musisz nikogo informować. Nie masz takiego obowiązku - to Ty jesteś w ciąży, to Twój brzuch i Twoje ciało. Masz prawo zrobić wszystko, by czuć się komfortowo - przyznać się, nie przyznawać, rozmawiać o aborcji lub nie rozmawiać.*
* *#NigdyNieBędzieszSzłaSama*
* *Że jakąkolwiek decyzję podejmiesz, będę ciebie wspierać*
* *Jak mogę Ci pomóc?*

ŹRÓDŁA:

1. <https://www.hfhr.pl/wp-content/uploads/2021/01/Dostepnosc-aborcji_raport_HFPC-270121.pdf> [↑](#endnote-ref-2)
2. <https://www.wysokieobcasy.pl/wysokie-obcasy/7,163229,26280209,nowy-raport-o-dostepnosci-aborcji-federa-nasze-panstwo-stosuje.html>

   <https://www.ofeminin.pl/swiat-kobiet/prawa-kobiet/raport-o-aborcji-w-polsce-obnaza-prawde-o-kompromisie-aborcyjnym/z4pq9dw> [↑](#endnote-ref-3)
3. World Health Organization. The world health report 2005— make every mother and child count. Geneva: WHO, 2005: chapter 3. [↑](#endnote-ref-4)
4. Lohr, P. A., Fjerstad, M., DeSilva, U., & Lyus, R. (2014). Abortion. Clinical review. BMJ, (348), 755. [↑](#endnote-ref-5)
5. Grimes, D. A., Benson, J., Singh, S., Romero, M., Ganatra, B., Okonofua, F. E., & Shah, I. H. (2006). Unsafe abortion: the preventable pandemic. The lancet, 368(9550), 1908-1919. [↑](#endnote-ref-6)
6. https://www.apa.org/pi/women/programs/abortion/mental-health.pdf [↑](#endnote-ref-7)
7. Cockrill, K., Upadhyay, U. D., Turan, J., & Greene Foster, D. (2013). The stigma of having an abortion: development of a scale and characteristics of women experiencing abortion stigma. Perspectives on Sexual and Reproductive Health, 45(2), 79-88./ Maguire, M., Light, A., Kuppermann, M., Dalton, V. K., Steinauer, J. E., & Kerns, J. L. (2015). Grief after second-trimester termination for fetal anomaly: a qualitative study. Contraception, 91(3), 234-239. W: <https://emocje.pro/aborcja-fakty-i-nauka-vs-przekonania-i-mity/> Kinga Wytrychniewicz i Dawid Pankowski [↑](#endnote-ref-8)