



VI Санкт-Петербургский саммит  
психологов «Технологии успеха»

1-3 июня 2012

# Постабортный синдром: причины, проявления, последствия

Блох Мария Евгеньевна



Постабортный синдром (ПАС) — сочетание психологических проблем, психических и психосоматических нарушений, которые проявляются вследствие аборта, сразу или спустя несколько лет после аборта, имеет длительное течение и рецидивы.

Выражение «постабортный синдром» впервые употребил в 1981 году противник абортов и семейный психотерапевт Винсент Ру, давая показания в Конгрессе США.



# Актуальность темы

## Неоднозначность отношения к аборту.

✓ Полное запрещение. Аборт приравнивается к убийству. (В Афганистане, Анголе, Бангладеш, Венесуэле, Гватемале, Гондурасе, Египте, Индонезии, Ираке, Иране, Ирландии, Йемене, Колумбии, Ливане, Ливии, Мавритании, Мали, Непале, Никарагуа, ОАЭ, Омане, Парагвае, Папуа-Новой Гвинее, Сальвадоре, Сирии, Чили, на Филиппинах )

✓ Аборт по медицинским показаниям и в других исключительных случаях. (В Алжире, Аргентине, Боливии, Бразилии, Гане, Израиле, Кении, Коста-Рике, Марокко, Мексике, Нигерии, Пакистане, Перу, Польше, Уругвае Испании

✓ Аборт по медицинским и социально-экономическим показаниям. (В Англии, Индии, Исландии, Люксембурге, Финляндии, Японии )

✓ Свобода аборта. Аборты «по желанию» на ранних стадиях беременности. (На территории СНГ и Балтии, в бывших югославских республиках, Австралии, Австрии, Албании, Бельгии, Болгарии, Венгрии, Вьетнаме, Германии, Греции, Дании, Италии, Камбодже, Канаде, КНР, на Кубе, в Монголии, Нидерландах, Норвегии, Румынии, Сингапуре, Словакии, США, Тунисе, Турции, Франции, Чехии, Швеции, ЮАР).

✓ Понятие "постабортный синдром" не вошло в МКБ-10 и DSM-IV.

*"Второй жертвой аборта является женщина, но кто воспринимает серьезно её боль? ..."*



1. Ситуация аборта воспринимается как травма, находящаяся за пределами обычных человеческих переживаний
2. Повторное переживание ситуации аборта в воображении связано с неконтролируемыми негативными эмоциями, возвратом к прошлому в виде кошмарных сновидений, переживания горя, особенно в годовщину аборта
3. Попытки избежать или отрицать воспоминание об аборте и свою эмоциональную боль, как правило, неудачны
4. Психологические симптомы, связанные с абортом не имели места до него

Винсент Ру

# Основные симптомы «постабортного синдрома»

## Чувство вины

- ▣ 56 % женщин и 75% мужчин испытывают сильное чувство вины
- ▣ Большинство женщин впоследствии считают все проблемы в жизни расплатой за сделанный аборт.
- ▣ Чувство вины связано с утратой чувства собственной полноценности.
- ▣ Чувство вины увеличивает вероятность: бесплодия, невынашивания беременности, преждевременных родов, рождения больного ребёнка.

## Депрессия и тревога



- ▣ После проведения аборта у большинства женщин наблюдаются: вялость, апатичность, усталость, чувство тревоги и страха (часто иррациональные). Все это отрицательно сказывается на защитных силах организма, вызывая психосоматические расстройства (нарушения сна, пищевого поведения, дисфункции сердечно-сосудистой системы и т.п.)

## Репереживание аборта

*воспроизведение или повторное переживание травмирующего события в виде:*

- ▣ повторяющихся и навязчивых мыслей об аборте или нерожденном ребенке
- ▣ Флэшбеков
- ▣ кошмарных сновидений,
- ▣ связанных с абортом или ребенком  
«синдрома годовщины»



## Эмоциональная отгороженность



сужение спектра эмоциональных реакций на события, ассоциирующиеся с психологической травмой. :

- ▣ избегание действий и ситуаций, способных вызвать воспоминания об аборте
- ▣ отстранение или прекращение взаимоотношений с противоположным полом
- ▣ стремление минимизировать контакт с детьми
- ▣ снижение способности испытывать чувства любви или нежности
- ▣ избегание или вытеснение мыслей или переживаний, связанных с абортом
- ▣ снижение интереса к занятиям, которые раньше приносили удовольствие

# Аборт – экзистенциальная утрата

- ✓ Во время беременности организм женщины меняется, происходят гормональные перестройки, формируется эмоциональная диадическая связь, прерывание этого процесса является стрессом для организма, переживающего угрозу здоровью и жизни.
- ✓ Вне зависимости от причин, по каким был сделан аборт, в результате его сознательно или бессознательно сохраняются чувства боли, утраты, отчаяния, душевных мук, стремление к самоагрессии
- ✓ Пытаясь подавить эту боль, часто женщина начинает принимать успокаивающие средства, алкоголь и наркотики
- ✓ женщины, сделавшие аборт во время первой беременности, в 4,5 раза чаще начинают употреблять алкоголь и наркотики, чем женщины, сохранившие первую беременность.
- ✓ уровень суицидов у женщин, совершивших аборт (34,7 на 100000), значительно превышает таковой у женщин, чья беременность закончилась родами (5,9 на 100 000)

# «Когда умирает родитель, ты теряешь свое прошлое. Когда умирает ребенок, ты теряешь свое будущее»

- ✓ утрата внешнего объекта
- ✓ утрата значимого другого (объекта привязанности)
- ✓ утрата статуса
- ✓ утрата будущего
- ✓ утрата стадии жизненного цикла
- ✓ утрата надежды, мечты
- ✓ утрата творения, части себя
- ✓ утрата семьи, друг друга
- ✓ утрата смысла
- ✓ утрата самоуважения



## ОТНОШЕНИЯ В СЕМЬЕ

Женственность заменяется безразличием и холодностью.  
Отмечаются сексуальные нарушения, промискуитет (90 %  
расторгнутых браков имели в своей истории аборт)

Для женщины этот мужчина – «не отец», он не взял на себя  
ответственность за нее и дитя

Для мужчины эта женщина – «не мать», она убила его ребенка,  
утроба ее мертва



# Отношение к детям

- ▣ «синдром выжившего» у ребенка
- ▣ «семейная традиция» аборта
- ▣ «замещающий» ребенок (попытки "исправить" аборт повторной беременностью)
- ▣ «мертвая» мать
- ▣ «скрыто-агрессивная» мать

# Отношение к себе

- ▣ циничность по отношению к себе и другим, недоверие миру
- ▣ попытка самооправдания может сделать из женщины активного сторонника абортов «не я одна», «все так делают»
- ▣ агрессивное отношение к беременным, зависть
- ▣ актуализация дочерне-материнских конфликтов
- ▣ «семейный сценарий»: матери и бабушки женщин, которые сделали аборт, тоже искусственно прерывали беременность, часто по одним и тем же причинам.



- Пытаетесь ли вы “подавить” переживания, связанные с абортом, возможно, убеждая себя забыть об этом и продолжать жизнь”?
- Избегаете ли вы вопросов, связанных с абортами?
- Меняете ли вы тему разговора, когда речь заходит об аборте?
- Переключаете ли вы телевизор на другую программу, когда обсуждаются аборт?
- Вызывают ли у вас переживания физические напоминания вашего аборта, например, дети, беременные женщины или детская одежда?
- Трудно ли вам быть счастливыми в обществе беременных?
- Бывает ли вам не по себе в среде маленьких детей, в особенности, младенцев?
- Чувствуете ли вы себя подавленными, озабоченными, больными, когда приближается годовщина вашего аборта или предполагаемая дата рождения неродившегося ребенка?
- Замечаете ли вы, что в компании людей вы чаще присутствуете как “обозреватель”, а не как “участник”? Может быть, вы изолировали себя после аборта?
- Принимали ли вы алкоголь или наркотики после аборта для того, чтобы “излечить” вашу душевную боль? Может быть, у вас появились расстройства, связанные с едой?
- Страдаете ли вы долгими приступами депрессии?
- Бойтесь ли вы, что от вас отвернутся или осудят?
- Если у вас нет детей, бойтесь ли вы, что не сможете снова забеременеть?
- Бойтесь ли вы, что не сможете родить нормального, здорового ребенка?
- Если у вас есть дети, чувствуете ли вы, что слишком опекаете их? Вы часто беспокоитесь об их безопасности?
- Боретесь ли вы с чувствами злости и гнева? Вы набрасываетесь с упреками на людей, особенно на мужчин и детей?

**Если вы ответили “да” на большинство из этих вопросов, скорее всего, вам необходима помощь для исцеления.**

# Факторы риска, способствующие развитию постабортного синдрома

- ▣ **Моральные убеждения против абортов;**
  - Религиозные или консервативные ценности;
  - Негативное отношение к аборту;
  - Чувство вины;
  - Негативное отношение общества к аборту;
  - Сильное беспокойство о сохранении аборта в тайне;
- ▣ **Противоречивые материнские желания;**
  - Первоначально желанная или планированная беременность;
  - Прерывание желанной беременности по причине пороков развития плода;
  - Терапевтический аборт, т.е. прерывание желанной беременности по причине угрозы жизни матери;
  - Сильная установка на материнство;
  - Женщина состоит в законном браке;
  - Наличие детей;
  - Откладывание аборта;

# Факторы риска, способствующие развитию постабортного синдрома

- Аборт во II или III триметрах беременности;
- Решение об аборте принимается под давлением;
- Решение принимается при наличии необъективной, неточной или неадекватной информации;
- Подростковый возраст, эмоциональная незрелость;
- Имевшиеся ранее эмоциональные или психические проблемы;
  - Недостаточное использование механизмов психологической адаптации;
  - Нестабильность самооценки;
  - Неприятности на работе или недовольство работой;
  - Травмирующие переживания в прошлом;
  - Перенесенное сексуальное насилие;
  - Склонность к самообвинению;
  - Избегание и отрицание, предшествовавшие аборту;
  - Неудовлетворительные супружеские отношения;
  - Негативные отношения с матерью в раннем возрасте;

# Факторы риска, способствующие развитию постабортного синдрома

- ▣ **Недостаток социальной поддержки;**
  - Недостаток друзей, неудовлетворительные межличностные отношения;
  - Решение принималось женщиной самостоятельно, без участия отца ребенка;
  - Плохие или нестабильные отношения с отцом ребенка;
  - Женщина не замужем и не рожавшая;
  - Женщина разведена или вдова;
  - Женщина получает недостаточно поддержки со стороны родителей и друзей;
  - Женщина получает недостаточно поддержки от отца ребенка;
  - На аборте настаивает отец ребенка;
  - Женщина живет одна;
- ▣ **Аборты в прошлом;**
- ▣ **Выкидыш в прошлом;**
- ▣ **Низкий уровень образования женщины;**

# лечение ПАС



Самый важный аспект в коррекции постабортного синдрома – своевременное обращение к профессиональному психологу.

Это позволяет найти и устранить проблемы эмоциональной сферы, прежде чем синдром превратится в клиническую депрессию.

Большинство женщин идут на аборт, находясь в стрессовом состоянии из-за незапланированной беременности.

Накануне аборта женщина обычно закрывает на всё глаза. Она не желает ничего и никого видеть, хочет побыстрее всё забыть.

Женщины не осознают серьезность возможных проблем, часто не имеют правдивой информации

Очень многие женщины, страдающие от последствий абортов думают, почему им раньше об этом не сказали.

Женщины, которые сделали аборт, преимущественно остаются со своими проблемами одни, вне медицинского наблюдения.

**Необходимо дальнейшее наблюдение и консультирование**

1. Противостояние отрицанию. Непризнание вины приводит:

к злоупотреблению алкоголем и лекарствами, чрезмерной интенсивности жизни, ненужной активности, отрицанию "Я не виновна. Не совершила ничего плохого", замещению (напр., просматривая фильмы ужасов), сублимированию (спасать кого-то, решая чужие проблемы), проекции ( "Я этого не сделала бы. Он (они) заставил(и) меня. Они виноваты").

Любая попытка оправдать аборт обстоятельствами или сгладить боль только усиливает тяжёлые последствия для женщины и её потомков. Признание правды делает человека сильнее и даёт возможность перейти в новое качество жизни.

## 2. Переживание этапов горевания.

Завершение отношений. Женщина должна оплакать утраченное дитя, как по другому любимому человеку. Очень важно завершить отношения с потерянными детьми, принять их судьбу, дать ребёнку место в своём сердце.

## 3. Прощение других.

Это тоже трудно, но нужно для того, чтобы завершить лечение и избавиться от давно подавляемой ярости. Для партнёров очень важно понимать, что после аборта их отношения уже не будут прежними. Партнёров отдаляет друг от друга разочарование, обида и потеря доверия в паре. Для мужчины важно дать женщине возможность погоревать. Уважение к этому процессу объединяет пару и даёт силу обоим.

## 4. Прощение себя.

Немногие доходят до этого, но те, кому это удастся, приобретают душевный покой.

**Спасибо за внимание**

