તમારી સાથી અજાણતાં ગર્ભવતી થઈ જાય ત્યારે.....

સાથે મળીને આગળનો રસ્તો શોધવાની માર્ગદર્શિકા

અણધાર્યું ગર્ભાધાન થવાનું કોઈની પણ સાથે બને.....

તમે બન્ને હજી એના આઘાતમાંથી બહાર આવી શકયાં નહિ હો, અને શું કરવું તે જાણતાં નહિ હો, પરંતુ સ્થિતિનો પ્રતિભાવ શી રીતે આપો છો તે અગત્યનું છે.

તમે શું કરી શકો ?

પુરુષોને મોટા ભાગે સમજાતું નથી કે શી રીતે મદદ કરવી. એનું કારણ એ કે સમાજે આને 'સ્ત્રીના પસંદગીના અધિકાર'નું લેબલ લગાડયું હોય છે એટલે પુરુષ એમ માની શકે છે કે આ નિર્ણય લેવામાં એણે કશો ભાગ ભજવવાનો નથી. કેટલાક પુરુષને લાગે છે કે એમને કોરાણે મૂકી દેવાયા છે. બીજા કેટલાક આ જવાબદારી ટળવાથી રાજી થાય છે. તમે કદાચ એમ પણ માનતા હો કે તમારી સાથીએ પોતે જ આ નિર્ણય લેવાનો છે.

' તું જે કઈ નિર્ણય લેશે , હું એને ટેકો આપીશ...'

સામાન્ય રીતે તો એ જ પ્રતિભાવ હોય 'તું જે કઈ નિર્ણય લેશે તેને હું ટેકો આપીશ'. આ બહુ હકારાત્મક વાત લાગે છે, પરંતુ સ્ત્રીને લાગે છે કે નિર્ણયનો બધો ભાર માત્ર એના ખભા પર છે. બહુ થોડી સ્ત્રીઓ પોતાના સાથીના ટેકા વિના જ આવો નિર્ણય લેવા માગતી હોય છે.

સામનો કરો, સાથે મળીને... અલગ રહીને નહિ.

કેટલાંક યુગલ આ સ્થિતિમાં એકબીજાથી દૂર ચાલ્યાં જાય છે અને 'સમસ્યા'ને બન્નેની વચ્ચે મૂકી દે છે. આને કારણે ભારે ખેંચતાણ અને ઝઘડા પણ થાય છે. પીડાકારક સ્થિતિનો સાથે મળીને સામનો કરો એ જરૂરી છે. તમારા સાથીને ખબર પડવી જોઈએ કે તમે શું વિચારો છો. તમને કદાચ એવું લાગતું હોય કે તમારી લાગણીઓ વ્યકત કરવાથી તમારી સાથી 'પાંજરા'માં કેદ થઈ જશે. કેટલીક સ્ત્રીઓ વાત કરતાં અચકાય છે, પરંતુ તમે બન્ને નિખાલસપણે પ્રામાણિકતાથી પિતા બનવા બાબતમાં તમારી ભાવનાઓ અંગે વાત કરો તો બન્નેને લારૂં લાગશે. બહુ ઉતાવળે પરંતુ પૂરતા વિચાર વિના નિર્ણય લેવાની તાકીદ લાગશે જ. પરંતુ બધા વિકલ્પો – મા બનવું, બાળકને દત્તક આપવું અને ગર્ભપાત કરાવવો – વિશે બધી માહિતી કાળજીપૂર્વક એકઠી કરો અને સાથે બેસીને પૂરતો સમય લઈને બધી વાતનો વિચાર કરો.

કોઈ વિકલ્પ સહેલો નથી.
કોઈ વિકલ્પથી વીતેલા દિવસો પાછા નહિ આવે.

'મારે શું પસંદ કરવું' (What shall I choose), અને 'ગર્ભવતી. હવે શું કરવું...નિર્ણયની ઘડી'(Pregnant. What now…Making a Decision)'. લીફલેટો સાથે મળીને વાંચી જાઓ. એ ઉપયોગી રહેશે. આ લીફલેટો ત્રણેય વિકલ્પો વિશે પ્રાથમિક માહિતી આપે છે. તેથીયે વધારે સારૂં એ કે તમે તમારી નજીકના ગર્ભાવસ્થા સલાહ કેન્દ્રમાં જાઓ અને કોઈ તાલીમબદ્ધ સલાહકાર સમક્ષ તમારી સ્થિતિનો ખુલાસો કરો. તમારી નજીક કયું કેન્દ્ર છે તેની માહિતી રાષ્ટ્રીય હેલ્પલાઈન CareConfidential ને 0800 028 2228 ને ફોન કરવાથી અથવા www.careconfidential.com. વેબસાઈટની મુલાકાત લેવાથી મળી શકશે.

વધારે મદદ માટે મફત રાષ્ટ્રીય હેલ્પલાઈનનો 0800 028 2228 પર સંપર્ક કરો

તાલીમબદ્ધ સલાહકાર તમને તત્પરતાથી મદદ કરશે અને તમને અને તમારા સાથીને મફત ગર્ભાવસ્થા પરીક્ષણ (જરૂરી કોય તો) અને વાતચીત માટે સ્થાનિકના ગર્ભાવસ્થા કેન્દ્રમાં ભલામણ સાથે મોકલશે.

CareConfidential is a registered Charity No 1141673
and a company limited by guarantee No 7559183
©CareConfidential, all rights reserved
Leaflet code LO54.