



Qué hacer si una amiga piensa en abortar

Más mujeres y niñas consideran el aborto de lo que pensamos. Familiares y amigas, nuestras niñeras, compañeras de equipo o de trabajo, casadas o solteras. Incluso si alguien se identifica como pro vida, la impresión de un embarazo inesperado, la devastación de un diagnóstico prenatal adverso, la vergüenza, presiones o temores pueden influir en que considere el aborto. Si una persona compartiera contigo que está embarazada y no ha descartado tener un aborto, ¿sabrías responder? La respuesta está en el viejo adagio: Tenemos dos oídos y una boca, y debemos usarlos en esa proporción.

Aunque el impulso inicial puede ser convencerla de que el aborto termina con la vida de un bebé, eso no es lo primero que ella necesita escuchar. Estudios muestran que muchas mujeres que pasan por esto piensan: "Es el final de mi vida tal como la conozco". Lo que tu amiga necesita saber es que tú te preocupas por ella y que no está sola.

Escuchar primero a tu amiga ayudará a crear confianza y facilitar la apertura. Cuando sepa que realmente te preocupas por ella y confíe en ti, podrá compartir la verdad en el amor y después compartir hechos sobre el aborto, hacerle ver a tu amiga su propia valía intrínseca, y la ayuda y apoyo práctico disponible para que pueda elegir la vida para ella y su bebé.

El verdadero amor es descrito así por san Pablo: "Aunque yo hablara las lenguas de los hombres y de los ángeles, si no tengo amor, no soy más que una campana que resuena o unos platillos que aturden. ... El amor es comprensivo, el amor es servicial" (1 Cor 13,1.4).

Cuando una mujer enfrenta un embarazo difícil, la reacción de la primera persona a la que se lo dice suele influir en su toma de decisiones. ¿Cómo respondemos a nuestra amiga de una manera amorosa que exprese la afirmación de la vida para ella y su bebé?

Considere los cuatro pasos del enfoque *L.O.V.E. Approach™*: *Listen and Learn* (Escuchar y conocer), *Open Options* (Opciones abiertas), *Vision and Value* (Visión y valor) y *Extend and Empower* (Extender y empoderar).

L *LISTEN AND LEARN* (ESCUCHAR Y CONOCER)

Prioriza escuchar en vez de hablar. No tienes que preocuparte por si dices algo "incorrecto", y no tienes todas las respuestas. Primero escucha la historia de tu amiga.

Pregúntale qué siente, piensa, valora, cree y desea. No la interrumpas, excepto para pedirle que amplíe, si procede. Por ejemplo: ¿Cómo te sentiste cuando te enteraste? ¿Te sentiste abandonada con lo que él dijo? ¿Cómo te sientes y qué piensas ahora? ¿Qué crees que dirán o harán tus padres? ¿Qué valor tiene eso para ti? ¿Qué relación tiene con tu fe religiosa? ¿Qué tan importante es eso para ti? En el fondo de tu corazón, ¿qué es lo que realmente quieres hacer?

Haz preguntas abiertas y declaraciones como "Cuéntame más..."

Interpreta y confirma lo que crees que has entendido: "¿Quieres decir..."

Presta mucha atención a su lenguaje corporal. Gestos de incomodidad o falta de contacto visual pueden indicar que lo que ella dice no refleja sus sentimientos, valores o deseos más íntimos.

Escucha procurando intuir las necesidades de tu amiga para poder después encontrar maneras útiles de abordarlas. Procura detectar sus fortalezas y recursos y haz que ella los capte también, aumentando así su confianza y valor.

O *OPEN OPTIONS* (OPCIONES ABIERTAS)

Tras compartir la historia completa de tu amiga, de manera amorosa y delicada, es el momento de informarle sobre la realidad del aborto o las heridas que causa, sobre tener un bebé, la adopción, el matrimonio, y cómo aplicar tales cosas en su situación. Lo más útil es mantener el eje de atención en ella, en su persona.

Al mismo tiempo, evita comparar la adopción con el aborto. La investigación indica que una mujer con un embarazo inesperado e indeseado a menudo ve todos los posibles resultados de su embarazo negativamente: quedarse con su hijo, el aborto y la adopción (que se considera el peor de los tres "males"). La investigación también "sugiere que al comparar la adopción y el aborto la adopción es casi siempre la perdedora".¹ Es mejor, primero, alentarla a llevar su bebé a término.

V **VISION AND VALUE**
(VISIÓN Y VALOR)

Despierta en ella una visión de una vida más sana (visión que pudo no haber tenido nunca, o pudiera estar ensombrecida). Ayúdala a verse de manera diferente, como una creación especial, digna de amor, hecha a la imagen de Dios; como mujer, su maternidad es un don. Jesús la ama e incluso murió por ella.

Anímalas. Ayúdala a establecer y perseguir objetivos más allá del parto, a ver la vida más allá de su embarazo. Reafírmale que siempre hay esperanza y que no está sola. Ella puede hacer elecciones positivas, vivificantes. Sí que puede.

E **EXTEND AND EMPOWER**
(EXTENDER Y EMPODERAR)

Presta ayuda y apoyo práctico. El centro local de ayuda al embarazo² puede ofrecer consultas y listas de recursos y servicios comunitarios. Considera llevar esas listas contigo. Ayúdala a planificar los próximos pasos. Piensa en lo que puede ayudarla y consigue una forma de que puedas contactar con ella si es preciso.

Reza con ella y por ella y su bebé. *L.O.V.E. Approach™* es una manera de llevar el amor de Cristo en un momento crucial para salvar una vida y definir una vida. Somos creados para caminar juntos y apoyarnos unos a otros; no tenemos que temer acercarnos a los demás con amor. Ayuda a tu amiga a experimentar la fuerza del mensaje de Dios que resuena a través del tiempo: "No temas, estoy contigo" (*Isaías 41,10*).

1 Swope, Paul F., "Abortion: A Failure to Communicate," *First Things*, abril de 1998. www.firstthings.com/article/1998/04/004-abortion-a-failure-to-communicate.

2 Heartbeat International proporciona un directorio de servicios de embarazo, disponible en www.heartbeatinternational.org/worldwide-directory o en www.pregnancycenters.org. Hay información para establecer apoyo parroquial a mujeres embarazadas que necesitan asistencia visitando los sitios web del Proyecto Gabriel (www.gabrielproject.us) y el Ministerio de Isabel (www.elizabethministry.com), que tienen secciones en todo el país. Más información sobre cómo puedes ayudar, o sobre la ayuda que puede estar disponible, como centros de cuidado del embarazo, casas de maternidad y otras formas de asistencia, en tu oficina diocesana local de Respetemos la Vida. Se puede encontrar una lista de oficinas diocesanas del Ministerio de Respetemos la Vida en www.usccb.org/about/pro-life-activities/diocesan-pro-life-offices.cfm.

*L.O.V.E. Approach™ es marca registrada de Heartbeat International, Inc. y no puede ser adaptada o modificada. L.O.V.E. Approach™ se utiliza en "Qué hacer si una amiga piensa en abortar" con permiso de Heartbeat International, Inc.

Los textos bíblicos de este trabajo se han tomado de los *Leccionarios I, II y III*, Comisión Episcopal de Pastoral Litúrgica de la Conferencia Episcopal Mexicana, © 1987, quinta edición de septiembre de 2004. Utilizados con permiso. Todos los derechos reservados. Modelos utilizados únicamente con fines ilustrativos. Foto de portada: KatarzynaBialasiewicz / iStock / Thinkstock. Utilizado con permiso. Se reservan todos los derechos. Iconos: Pictogramas Entypo de Daniel Bruce—www.entypo.com. Se usan con permiso. Copyright © 2017, United States Conference of Catholic Bishops, Washington, D.C. Todos los derechos reservados.

UNITED STATES CONFERENCE OF CATHOLIC BISHOPS
Secretariat of Pro-Life Activities

f People of Life | **t** @usccbprolife | **t** @ProjectRachel

*Ten en cuenta que todos los medios de comunicación
que figuran arriba sólo están en inglés.*



**Vea, baje o pida los materiales pro vida de los obispos de EE. UU. en
WWW.USCCB.ORG / RESPECTLIFE ***

** solo en inglés*