



"Sense fills
la meva vida
no té sentit"



"Cada regla
un dol, cada
ejaculació un
examen"



"Sento que
soc una càrrega
per a la meva
parella"

**Davant de persones amb aquests problemes,
cal que siguem molt sensibles
i evitem frases estereotipades com:**

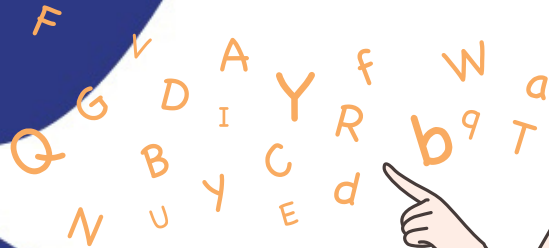
"No et preocupis, ets jove"

"No passa res per no tenir fills"

"No t'obsessionis, vindran quan menys t'ho esperis"

"Hi ha moltes més coses a la vida"

"Relaxa't, és una qüestió de confiança"



Com pot afectar la infertilitat a la salut mental?

- Pèrdua d'identitat
- Sentiment de ser incompetent o defectuós/osa
- Ansietat
- Depressió
- Problemes de parella

Com pot ajudar la psicologia?

- Acompanyant emocionalment la persona o la parella.
- Treballant els sentiments de ràbia i culpa, l'obsessió per aconseguir embaràs i la vergonya de no aconseguir-lo.
- Tractant els símptomes depressius i/o ansiosos.



Necessites un/a professional
especialitzat/ada?



copc.cat/directori-professional



Col·legi Oficial de
Psicologia de Catalunya

Grup de Treball Psicologia Perinatal