

Laura Bulleri, Antonella De Marco

LE MADRI INTERROTTE

Affrontare e trasformare
il dolore di un lutto
pre e perinatale

FrancoAngeli/*Self-help*



Informazioni per il lettore

Questo file PDF è una versione gratuita di sole 20 pagine ed è leggibile con



La versione completa dell'e-book (a pagamento) è leggibile con Adobe Digital Editions. Per tutte le informazioni sulle condizioni dei nostri e-book (con quali dispositivi leggerli e quali funzioni sono consentite) consulta [cliccando qui](#) le nostre F.A.Q.



Self Help

Manuali per capire ed affrontare consapevolmente i problemi più o meno gravi della vita quotidiana.

Scritti in modo chiaro, forniscono le basi indispensabili per comprendere il problema in tutti i suoi risvolti, per poterlo controllare e quindi risolvere.

Una collana di libri seri, aggiornati, scritti dai maggiori esperti italiani e stranieri.

I lettori che desiderano informarsi sui libri e le riviste da noi pubblicati possono consultare il nostro sito Internet: www.francoangeli.it e iscriversi nella home page al servizio “Informatemi” per ricevere via e.mail le segnalazioni delle novità.

Laura Bulleri, Antonella De Marco

LE MADRI INTERROTTE

Affrontare e trasformare
il dolore di un lutto
pre e perinatale

FrancoAngeli/*Self-help*

In copertina:
Femme blessée, acrilico su tela, cm 40x30, © by Laura Bulleri
Rappresentazione della femminilità ferita

Grafica della copertina: Elena Pellegrini

Copyright © 2013 by FrancoAngeli s.r.l., Milano, Italy.

L'opera, comprese tutte le sue parti, è tutelata dalla legge sul diritto d'autore. L'Utente nel momento in cui effettua il download dell'opera accetta tutte le condizioni della licenza d'uso dell'opera previste e comunicate sul sito www.francoangeli.it.

*Alle donne e agli uomini
che hanno conosciuto l'abbandono*

*Alla domanda
"Come si chiamano i miei bambini"
Non ho mai la risposta pronta
Penseranno che sono pazza
Non voglio parlare di te
Anima gentile
Con chiunque.*

L. Bulleri

Indice

Prefazione , di <i>Alessandra Kustermann</i>	pag.	11
Introduzione	»	15
Parte I - Le storie delle madri		
1. Jessica e Angelica		
La mia bambina nata due volte	»	21
2. Laura e Anita		
In un'altra dimensione grazie a mia figlia	»	25
3. Tania e Leon		
Un raggio di luce nel mio futuro	»	32
4. Giulia e Sofia		
Grazie a te, finalmente la vita	»	35
5. Maria e i suoi angeli senza nome		
La grande fiducia nel disegno divino	»	40
6. Rossella e i suoi bambini		
Il mio grande amore materno	»	43
7. Paola, Gabriele e un piccolo angelo		
Nel bosco respiro per i miei bambini	»	48

8. Sara e Giulio		
Con il mio bambino oltre la soglia del reale	pag.	52
9. Simona e Ginevra		
Un elfo di luce sulla terra	»	55
10. Francesca e il suo tenero F.		
Un messaggero d'amore per la sua mamma	»	60
11. Marina e Pietro		
Una forza grande e misteriosa, il dono del mio bambino	»	64
12. Alba e Andrea		
Una sincronia di eventi rafforza un legame speciale	»	68
13. Daniela e la sua bambina		
La bimba che avrei voluto	»	72
14. Federica e Mattia		
Nel vuoto di memoria, il magma delle mie emozioni	»	75

Parte II - Le storie dei padri

15. Federico e Sofia		
Un amore velato di tristezza	»	81
16. Antonio e Mattia		
Un grande vuoto, colmato d'amore	»	85
17. Giovanni e i suoi angeli		
I figli che non ho avuto definiscono il peso di una mancanza	»	89
18. Fabio e Pietro		
Il quinto non c'è	»	91
19. Lino e Angelica		
Una bambina perfetta gli permette di sentire le emozioni	»	94

20. Roberto e Leon		
Un'assenza presenza, per percepire il livello sottile della vita	pag.	99
21. Francesco e la sua bambina		
Un'amorevole nostalgia riposta in fondo al cuore	»	102
22. Giorgio e Andrea		
Un esempio di accettazione dell'errore umano	»	106
Dedicato a te	»	111

Parte III - Trasformare il dolore

23. Il trauma psicologico e le sue conseguenze	»	115
24. La perdita del futuro: lutto prenatale e perinatale	»	122
25. Aspetti transgenerazionali del trauma	»	140
26. Evoluzione del dolore: trasformare il veleno in medicina	»	150
27. Orizzonti terapeutici tra corpo e mente: verso una terapia integrata	»	159
Riflessioni conclusive	»	169
Ringraziamenti	»	173
Le autrici	»	175
Bibliografia	»	177

Allegati

La legge in caso di morte prenatale, perinatale o di interruzione di gravidanza, a cura dell'Avvocato Simona Levi	»	181
Le Associazioni	»	188

Prefazione

di *Alessandra Kustermann**

Le madri interrotte

Ogni giorno, da molti anni, nella mia professione di ginecologa incontro il senso profondo che le donne attribuiscono alla vita che cresce dentro di loro, che nasce da loro. Le ho ascoltate parlare di gioia, speranza, ansie, timore di essere inadeguate. Le ho viste appropriarsi man mano della consapevolezza che la vita che avevano accolto in sé era un “figlio”, non più solo una proiezione del loro desiderio di maternità. Ho guardato la loro fierezza, la loro tenerezza mischiata a timidezza nel primo sguardo al loro bambino appena nato, finalmente reale. Non il bambino perfetto che riempie i sogni delle donne in attesa, ma un individuo da accompagnare verso il futuro e con cui confrontarsi per il resto dei giorni della loro vita. Sono anche una madre, e se per questo anche una nonna, per cui mi è stato facile essere empatica: mi sono riconosciuta in loro. Però sono an-

* Alessandra Kustermann dal 2009 è la Direttrice dell'Unità Operativa Complessa di Ostetricia e Ginecologia del Pronto Soccorso della Clinica Mangiagalli (Fondazione IRCCS Ca' Grande Ospedale Maggiore Policlinico di Milano). È stata la prima donna a essere nominata primario ginecologo in cento anni di storia della Mangiagalli. Ha realizzato negli ultimi vent'anni due servizi all'avanguardia in Italia a tutela delle donne, degli uomini e dei bambini: il *Centro contro la Violenza Sessuale* e il *Centro contro la Violenza Domestica* a cui si è aggiunto recentemente lo *Sportello per Bambini e Adolescenti Maltrattati*.

che un'esperta di diagnosi prenatale e questa attività mi ha costretto ad apprendere anche il dolore delle donne, il peso delle parole con cui comunichiamo. Conosco il loro smarrimento iniziale, mentre le pervade l'angoscia quando, improvvisamente silenziosi, ancora guardiamo il loro feto con l'ecografia. Ho comunicato troppe volte una diagnosi prenatale di anomalia per non sapere che, a un certo punto, le nostre parole non le ascoltano più: è troppo difficile, proprio in quell'istante, ascoltarci parlare del futuro possibile del loro bambino. Hanno bisogno di tempo prima di tutto per accettare che stia succedendo proprio a loro, che il loro tenero bambino immaginato non esista più. Soprattutto so quanto sia doloroso per una donna, per una coppia, prendere eventualmente la decisione di interrompere la gravidanza. La sofferenza li accompagnerà comunque, insieme al rimpianto e al senso di colpa. Ricordo dopo anni i loro volti, le loro parole e le ho ritrovate in questo libro. Storie di genitori ognuno diverso dagli altri, ma che hanno in comune l'essere donne e uomini che hanno affrontato la perdita di un progetto di vita, di un feto, di un neonato. Ci sono dei momenti in cui non si può ricorrere a un linguaggio asettico per comunicare che la gravidanza si è interrotta spontaneamente, che il battito del cuore si è fermato, che il bambino, da loro già tanto amato, non c'è più o è "gravemente malato". Nelle testimonianze delle donne ho riconosciuto le parole che mi vengono comunicate da loro. Il punto di vista maschile, però, mi mancava di più, grazie alle testimonianze degli uomini mi è stato consentito di vedere uno squarcio di un mondo interiore in cui è più difficile entrare, ma non per questo indifferente rispetto all'interruzione di un progetto di paternità. Hanno cercato di spiegare i loro silenzi, il loro pudore nel mostrare dolore, la loro difficoltà ad affrontare la fisicità dell'aborto o del parto, il loro rientrare nella vita precedente, la difficile impresa di stare al fianco della loro donna così sofferente, ma almeno legittimata a esserlo dalla società. Credo che questo libro sia utile per chi ha sperimentato questo lutto, ma anche per chi deve aiutare altri ad affrontarlo. Ogni ginecologo, ostetrica, genetista, psicologo dovrebbe leggerlo per sapere che dopo le nostre diagnosi per quelle coppie inizia un percorso per "trasformare il dolore" che può essere facilitato dalla nostra conoscenza del trauma e dei meccanismi riparativi.

Spero che questa lettura ci insegni che non dobbiamo lasciarli soli e inermi ad affrontare il lutto, che non possiamo fuggire di fronte al loro dolore. Curare vuol dire essere capaci di stare al fianco di chi soffre con tutti gli strumenti, anche di conoscenza della psicologia, che abbiamo a disposizione.

Introduzione

Quale donna non desidera prima o poi diventare mamma? Tutte, forse, ma nessuna è preparata abbastanza per affrontare la gravidanza. Sin da piccole immaginiamo, giocando con le bambole, che avere un figlio sia la cosa più naturale del mondo. Lo è certamente, non sempre, non per tutte. Della maternità si preferisce parlare dell'aspetto tenero e meraviglioso, si nasconde volentieri il suo lato oscuro. In realtà ci possono essere momenti molto difficili legati al divenire genitori.

Vogliamo dedicare il libro alle madri interrotte mentre preparano la culla al loro bambino e ai padri che nascondono il dolore, mentre sopportano quello inconsolabile delle compagne, occupandosi silenziosamente delle incombenze pratiche.

Esistono dei genitori pronti ad accogliere un bambino che già conoscono dalle ecografie, felici di coronare il loro futuro con quella vita, che sono bruscamente scaraventati in un dramma difficile da accettare, elaborare e trasformare, come la morte di quel piccolo essere. È a loro che il libro vuole essere d'aiuto.

È possibile trasformare questa esperienza, prendendosi cura del dolore inatteso, quando il buio della morte oscura la luce della nascita?

Maternità e paternità, tappe essenziali della vita, non sempre sono un'esperienza lineare. Cosa succede nell'anima dei genitori quando un processo naturale come la nascita di un bambino si interrompe inaspettatamente?

Ci siamo concentrate su questi aspetti della vita perché li conosciamo per esperienza personale e professionale. Attraverso i racconti delle donne intervistate, abbiamo osservato che una perdita pre e perinatale può portare in dono lo stimolo per intraprendere un cammino diverso, oltre che essere una tragedia.

Il libro si compone di tre parti. Le prime due raccolgono storie di donne e di uomini che hanno perduto il loro bambino per aborto spontaneo o terapeutico, per la Sids¹ o per libera scelta. Le perdite spontanee o procurate sono avvenute a diversi stadi della gravidanza, a pochi giorni o a pochi mesi dalla nascita. Che il bambino sia rimasto nell'utero poche settimane o diversi mesi, il dolore per il tragico distacco non cambia. Cambia invece l'intensità dei ricordi e delle emozioni che i genitori hanno condiviso con il bambino e i familiari.

Le storie rivelano come il difficile cammino offra una sorta di ricompensa, che si presenta attraverso una maggiore conoscenza di sé, una sensibilità più sottile o una visione più chiara della vita. L'abbiamo chiamata 'il dono'. Queste vicende dolorose racchiudono il seme della crescita, frutto del grande sacrificio che si compie nell'accettare il destino del nostro bambino.

La terza parte del libro propone un approfondimento psicologico per iniziare o continuare un processo di elaborazione del lutto e depotenziare il trauma.

Il dolore per la perdita del bambino è descritto dalle mamme intervistate come *orrendo, insopportabile, contro natura*, ma è proprio a partire dalle reazioni avute dai genitori che il libro ricerca insegnamenti e risposte. Tutti loro hanno attraversato mesi, anni di grande turbolenza emotiva. Alcuni di essi hanno trovato conforto in una dimensione spirituale, laica o religiosa, che li ha aiutati, se non a comprendere, ad accettare e convivere con una tragedia arrivata inaspettata nella loro vita. La ferita può rimanere aperta tutta la vita se non si ricerca il suo significato. Il senso della vicenda spesso è un filo che parte da noi per collegarsi a nodi transgenerazionali irrisolti.

In ogni famiglia esistono difficoltà e nodi che possono essere sciolti. È necessario che essi vengano riconosciuti ed elabora-

1. Sids Sudden Infant Death Syndrome, sindrome della morte improvvisa del lattante nota, in terminologia comune, come "morte in culla". È un fenomeno che non trova ancora alcuna spiegazione presso la comunità scientifica.

ti, altrimenti passano alla generazione successiva, perché si può insegnare solo ciò che si è appreso a propria volta. Una morte pre e perinatale può evidenziare un sistema di messaggi generazionali da modificare profondamente. Si tratta di un lavoro molto complesso, ma importante che può portare il genitore interrotto ad acquisire una maggiore coscienza di sé e a intraprendere un percorso di risoluzione delle proprie difficoltà. In questo modo spezzerà una catena e non ripeterà le modalità relazionali inadeguate con cui si è confrontato.

Abbiamo osservato attraverso le testimonianze che lo spegnersi di una vita appena iniziata ferisce profondamente i genitori. Il piccolo essere ha la capacità di incidere per sempre le loro anime. Li contraddice involontariamente nel desiderio di procreare, nel bisogno di continuità, ne compromette il futuro sereno e senza drammi. Ai genitori interrotti tocca un lavoro di ricerca di nuove energie vitali, che appare impossibile subito dopo la morte del bambino. Col tempo l'esperienza vissuta si presenta ai loro occhi e nella loro vita sotto la veste di un cambiamento positivo. Se sapranno risollevarne il capo, potranno capirne la portata e imparare a riconoscerne i segni: una connessione con l'universo, con la natura, una forza ignorata prima.

Un bambino minuscolo e potente attraversa le loro vite per lasciare un messaggio. Questo è il cuore della vicenda. La ferita si rimargina quando il piccolo essere, che non è più, svela ai suoi genitori il senso del suo veloce passaggio sulla terra. La ricerca può essere un viaggio interiore straordinario se i genitori interrotti riescono a superare il baratro in cui questo lutto li ha gettati.

Spesso gli altri non aiutano. Di solito i familiari e gli amici hanno fretta di tornare a intrattenere normali relazioni. Il loro intento è bonario, ma ferisce i genitori in lutto perché nega l'esistenza del bambino e il forte impatto emotivo della sua morte. A nessuno piace la compagnia di persone depresse, ma i genitori che hanno appena perso un bambino lo sono e hanno voglia di parlare di lui. Non desiderano distrarsi, tanto meno ricominciare a vivere per compiacere familiari e amici.

Il lutto è talmente forte che si rischia di impazzire, si è spiazzati da un dolore che a volte non sembra vero. La negazione del dolore da parte di familiari e amici rinforza il senso di

irrealità. Servirebbero dei riti familiari, servirebbe parlare del vuoto lasciato dal bambino senza pudore, senza vergognarsi di piangere insieme.

Invece si tende a negare l'accaduto. La negazione del dolore e del lutto non è di aiuto e purtroppo inizia negli ospedali dove queste morti si perdono nella routine quotidiana. Per le famiglie questi lutti sono un tabù, una vergogna, come ogni tragedia umana. I genitori interrotti si trovano soli a elaborare la loro storia. La loro visione del mondo cambierà per sempre.

Lo scopo del libro è offrire un aiuto per affrontare il dolore del lutto pre e perinatale, trasformandolo in rinnovato amore per la vita.

Parte I

Le storie delle madri

Le storie raccolte in questa sezione raccontano momenti di vita vissuti da donne straordinarie, che hanno sopportato il dolore fisico con coraggio e affrontato la montagna oscura della sofferenza psichica e spirituale con calma, determinazione, disperazione e umiltà.

Tutte hanno dimostrato una grande resilienza¹, con pazienza hanno ricercato la strada che le avrebbe riportate a vivere ancora più luminose di prima.

Hanno cercato la guarigione attuando strategie diverse: la meditazione in India, la preghiera intima, l'accettazione silenziosa del disegno divino, la ribellione attraverso la compulsione verso il cibo, la terapia psicologica, una maggiore comunione col partner. Alcune fanno ancora fatica ad affrontare il dolore, ma sanno che è un appuntamento inevitabile con se stesse. Tutte hanno trovato lungo questa strada un dono di luce per la loro vita.

Affrontare e accettare un lutto perinatale può essere, oltre che un immane sforzo, una grande opportunità per conoscersi più intimamente, per dare valore al proprio percorso di vita, per diventare persone con una sensibilità percettiva più sottile.

1. Resilienza: termine mutuato dalla metallurgia, indica la capacità umana di attivare un processo di riadattamento di fronte ad avversità, traumi, tragedie, minacce o importanti fonti di stress. Significa 'riprendersi' dalle esperienze difficili. La resilienza riguarda comportamenti, pensieri e azioni che chiunque può sviluppare. Resiliente è chi fa fronte alle difficoltà e intraprende una strada di cambiamento e di risoluzione.