



Il concepimento, la gravidanza, il primo anno: la formazione di un legame profondo e le difficoltà del percorso
a cura di *Emanuela Quagliata e Marguerite Reid*

Presentazione

Esistono molti libri sul tema della gravidanza e della maternità, e una grande quantità di riviste e articoli di puericultura tratta questi argomenti da diverse angolazioni. Questo volume non è un manuale e non ha lo scopo di spiegare ai futuri genitori cosa fare e cosa evitare. Il mio desiderio è piuttosto quello di affrontare gli aspetti più significativi e problematici di questa delicata fase della vita di una donna e di una coppia, con un linguaggio semplice e diretto nel quale il lettore possa facilmente riconoscersi.

Ripercorrendo alcune esperienze di lavoro clinico, offriremo una riflessione sui vissuti delle donne e delle coppie e sulle difficoltà che si incontrano quando il desiderio di un figlio si scontra con una delusione. L'obiettivo è offrire una chiave di lettura del significato profondo e della complessità del percorso che si deve compiere per diventare genitori e affrontare le paure legate alla difficoltà di procreare, utilizzando come strumenti l'osservazione e l'ascolto psicoanalitico.

Come vengono vissuti il problema della sterilità o l'esperienza dell'aborto spontaneo? Quali sono le conseguenze a livello psicologico ed emotivo per i genitori, e all'interno della relazione con il bambino che nasce, dopo queste esperienze dolorose? È piuttosto che un bambino nasca prematuro, e si tratta di un evento che rappresenta un momento di intensa sofferenza per i genitori, così come può succedere che una donna sperimenti, dopo il parto, uno stato di depressione che contrasta con la sua gioia di avere messo al mondo un figlio desiderato. Anche se le tracce della sofferenza non si possono cancellare, un'esperienza dolorosa può essere affrontata e superata se chi l'ha vissuta viene messo in condizione di comprenderla ed elaborarla, attraverso un aiuto terapeutico anche di breve durata.

I primi capitoli del libro introducono i temi della gravidanza e del primo anno di vita del bambino; nei capitoli successivi gli autori approfondiscono alcuni nodi problematici, descrivendo delle modalità di intervento con l'importante scopo preventivo di evitare che le sofferenze dei genitori possano compromettere lo sviluppo emotivo del bambino. L'idea che attraversa il volume e la collana stessa, è che sia possibile andare oltre un inizio difficile come l'esperienza di un aborto spontaneo, la depressione post-partum o la nascita di un bambino prematuro e che i problemi che sorgono possano essere rinegoziati a ogni stadio dello sviluppo. *Emanuela Quagliata*

Un
buon
inizio
per
un
bambino



1) Un buon inizio: la gravidanza e il primo anno

di Marguerite Reid e Emanuela Quagliata

Nella prima parte di questo capitolo l'autrice ha voluto affrontare il momento della gravidanza e il primo anno di vita del bambino. Diventare genitori è un'esperienza impegnativa ed emotivamente un momento di prova per la coppia, la quale deve riconfigurare il proprio rapporto per poter pensare ai bisogni di un altro essere umano. Tale processo dovrebbe iniziare già durante la gravidanza, quando la donna inizia a nutrire dentro di sé la prospettiva di assicurare al suo bambino una sana gestazione. Sul piano emotivo la gravidanza e il periodo post-partum possono essere suddivisi in tre cornici temporali: il tempo finito, il tempo strutturato e il tempo eterno. Il tempo finito riguarda la durata della gestazione e lo sviluppo del feto. Il tempo strutturato concerne lo sviluppo psicologico della madre nel periodo prenatale. Il tempo eterno è caratterizzato dall'unione di passato, presente e futuro mentre la donna si prepara alla maternità.

Nella seconda parte l'altra autrice ha cercato di mostrare come, fin dalla nascita e ancora prima, il bambino rielabori costantemente quel che riceve e quello che gli succede attraverso modalità uniche in circostanze uniche. La formazione di un legame profondo con una figura capace di comprendere il bisogno del bambino e capace di dare contenimento e limiti alle sue emozioni è necessaria per lo sviluppo della sua personalità. Lo sviluppo emotivo ruota intorno ai temi della dipendenza e della separazione da questo legame primario e all'esperienza emotiva collegata a essi.

E' possibile recuperare un momento di fraintendimento e di disarmonia tra madre e bambino, promuovendo lo sviluppo della relazione attraverso un aiuto psicoterapeutico. Ho cercato di mostrare come comincia il 'viaggio' del bambino, e come prosegue nell'unicità assoluta di ogni relazione, nonostante gli inevitabili limiti umani che assicurano che nulla è perfetto.

Un
cento
e
un
bambino



2) Genitori di neonati prematuri

di Norma Tracey

Nel presente capitolo farò principalmente riferimento a uno studio basato su 216 colloqui da me effettuati con 12 coppie di genitori di neonati prematuri. Lo scopo del lavoro era, fondamentalmente, quello di comprendere in modo approfondito la natura del mondo di emozioni, pensieri e fantasie di questi genitori e le sue trasformazioni. Lo studio ha posto molti più interrogativi: il primo, tra quelli centrali, è sicuramente: “Di chi è il neonato?”, domanda per nulla priva di senso dato che spesso lo staff medico coinvolto ha bisogno di nutrire l’illusione che il bimbo sia suo per svolgere il duro e intenso lavoro che lo attende, affrontando a sua volta le sofferenze emotive implicite nel dover operare in quello strano spazio tra la vita e la morte.

Come psicoterapeuta, mi sono trovata a domandarmi se il bambino fosse realmente presente nella mente della madre o se la donna fosse bloccata dalla paura di accoglierlo e poi di perderlo, e, ancora, mi sono chiesta: “di quanto tempo avrà bisogno il bambino per crescere e essere fuori pericolo?”. Come ho potuto riscontrare, queste domande traggono origine da stati emotivi assolutamente normali in questa fase.

Riflettendo sulle emozioni dei genitori di neonati prematuri abbiamo prestato particolare attenzione al modo in cui essi si distaccavano da una serie di sentimenti che sarebbe stato troppo doloroso provare. Per molti genitori la nascita prematura rappresenta un trauma profondo che lascia una ferita. I genitori possono trarre aiuto da un intervento psicoterapeutico per poter contenere e elaborare la loro sofferenza. Il sostegno delle persone positive all’interno della famiglia, soprattutto del partner, assume grande importanza, così come quello del personale ospedaliero. La vulnerabilità di questa fase non sarà mai sottolineata abbastanza.

Un
cento e
un
bambino



3) Un difficile inizio: la depressione post-partum e l'incontro madre-bambino di Meira Likierman

La nascita di un bambino generalmente rappresenta un momento di grande gioia per una donna e per la comunità che la circonda. Il parto, con il suo carico di incognite, timori, fantasie, paure, rischi e dolore fisico è un avvenimento che ormai appartiene al passato, così come le difficoltà e la fatica della gravidanza. Quando il bambino è vivo e sano, il poterlo tenere fra le braccia e la sua presenza, ora veramente concreta, riempiono tutti di gioia e tenerezza. Eppure può accadere che una neo-mamma non si senta così felice come forse lei stessa per prima si sarebbe aspettata. Perché accade questo?

In questo capitolo ho cercato di chiarire le differenze tra le varie definizioni di depressione post-partum. Ho parlato di quelle situazioni che possono predisporre una neomamma alla depressione post-partum. Confrontando la mia esperienza con quella di altri terapeuti e con i risultati di altri studi, emerge come diversi approcci possano dare risultati positivi forse proprio perché tutti sono caratterizzati dal fornire alla madre la possibilità di sperimentare una relazione in cui sentirsi compresa, supportata ed emotivamente vicina ad altre persone. In effetti, il contatto positivo con gli altri è ciò che limita il rischio peggiore nella situazione di una madre depressa, cioè l'abbandono. Infatti, se la madre è totalmente isolata oppure non è sostenuta dal marito che si chiude in se stesso e nel suo lavoro o ha una madre emotivamente ansiosa e invadente, lo stesso evento doloroso viene ripetuto senza fine: la nuova madre è lasciata senza supporto, proprio nel momento psicologicamente più vulnerabile per il neonato e per se stessa. Come detto, è molto frequente che le neomamme vivano un breve periodo di 'tristezza' e che riescano a superarlo in modo del tutto naturale. Avere paura dei bisogni del neonato è un elemento primitivo e fondamentale nelle prime fasi della maternità. La madre deve calibrare il proprio investimento emotivo in relazione alle proprie risorse e capacità, ed è pertanto normale che viva un conflitto riguardo ai limiti da porre al neonato anche nella vita di tutti i giorni, quando lo allatta, lo tiene in braccio e gli presta le sue cure.

Un
cento e
un
bambino



4) Un doloroso paradosso: l'aborto spontaneo

di Emanuela Quagliata

In contrasto con la vasta letteratura che si è occupata dei sentimenti evocati dalla gravidanza durante il suo normale corso, mi sembra sia stato molto trascurato il devastante effetto sullo stato mentale dei genitori, soprattutto della madre, provocato dalla notizia della morte del feto. Quello che mi ha colpito, nell'ascolto delle donne che hanno vissuto questa esperienza, è soprattutto il livello di angoscia e la profondità della solitudine che questo evento invisibile dall'esterno, ma così traumatico e presente all'interno, è in grado di sollecitare nelle coppie. In modo simile a quanto accade di fronte alla morte di un bambino già nato, il momento dell'ecografia con esito negativo rappresenta per questi genitori il crollo di tutte le fantasie, di tutti i progetti, i sogni e le speranze riguardanti il futuro del proprio figlio e della famiglia: questo costituisce un durissimo e difficile confronto.

L'esperienza clinica mi ha mostrato che quella che chiamerei una "perdita invisibile" è accompagnata da tutte le manifestazioni del lutto. E' importante per la coppia elaborare la perdita delle precedenti gravidanze e capire il significato che viene ad essa attribuito. L'evento di un aborto spontaneo tende a passare inosservato, non solo da parte delle persone emotivamente vicine alla donna che lo subisce, ma anche da parte dello staff medico. Il senso di solitudine e isolamento che traspare dai racconti delle future madri, spesso nasce dal fatto che la donna porta spesso con sé l'esperienza di una precedente delusione legata alla difficoltà di comunicare e condividere profondamente con il proprio partner l'esperienza della perdita. L'intensità dell'angoscia sperimentata da queste donne si lega alla presenza di una figura interna che non dà loro il permesso di diventare madri e al sentire di essere vittime di un inesorabile destino. Si sottolinea in questo capitolo l'importanza di offrire un intervento terapeutico breve, orientato in senso psicoanalitico, durante le gravidanze che seguono uno o più aborti ma anche nel periodo immediatamente successivo alla nascita del bambino.

Un
cento
e
un
bambino



5) Le implicazioni emotive della sterilità

di Joan Raphael -Leff

Dover affrontare una infertilità imprevista, sia essa causata da una gravidanza extrauterina, da un intervento chirurgico o da una precoce menopausa, costituisce sempre un evento molto significativo nella vita di una persona. L'uomo, la donna o la coppia devono rivedere il proprio senso di sé e le proprie aspettative per il futuro e/o riguardo alla famiglia che idealmente avevano immaginato di creare. Chi aveva scelto di non avere figli può uscirne relativamente indenne, tuttavia, come dicevamo, per altri la prospettiva di soluzioni alternative, che sia una vita senza figli, l'adozione o l'affidamento, appare insostenibile almeno fin quando si può nutrire anche la minima speranza di una gravidanza.

Un aiuto psicoterapeutico in questa fase critica può offrire l'opportunità di elaborare alcune difficoltà relazionali che possono insorgere tra i partner a causa dell'infertilità. In molti casi permette alla coppia di elaborare il lutto per il figlio genetico che non può avere, in modo da accogliere un eventuale altro bambino senza che quest'ultimo sia investito dell'ambivalenza del figlio 'sostitutivo'. Elaborando gli eventi traumatici del passato alcuni riescono a trasformare il loro sistema di identità generativa, inizialmente legato alla creatività del corpo, dando senso della propria capacità creativa d'agire, mettendosi così nelle condizioni di esprimere le molteplici sfaccettature del loro sé. L'esperienza clinica mi insegna che questa visione più allargata può migliorare di molto la recettività verso l'intervento medico e gli aspetti emotivi in gioco; e, inoltre, funge da ammortizzatore contro la disperazione che può insorgere quando la gravidanza non è più un'opzione praticabile. Un intervento psicoterapeutico può dunque promuovere la capacità riflessiva che può aprire le 'porte' psichiche all'interno del sé piuttosto che continuare a bussare a quella fisica che ci è stata chiusa per sempre.