

Prefazione

Scrivere la prefazione a un libro *coraggioso* come questo è un vero onore. Coraggioso perché il tema è ancora un tabù in Italia (ma solo in Italia!). Benedetta Foà si interessa di una di quelle sofferenze non ascoltate perché politicamente scorrette. Mi unisco al suo coraggio e procedo. In questa prefazione vorrei porre tre domande per una questione davvero fondamentale. E tre risposte.

La prima domanda è questa: *l'interruzione volontaria della gravidanza, comunque attuata, è un fattore di rischio per la salute mentale della donna?* Ed ecco la risposta: *sì, lo è*. Una gran mole di studi scientifici condotti in tutto il mondo lo dimostra. Nel dicembre 2011, il «British Journal of Psychiatry» ha presentato un nuovo studio, a oggi la più grande stima quantitativa dei rischi per la salute mentale associati all'aborto disponibile nella letteratura mondiale. Il campione della metanalisi ha compreso 22 studi e 877.181 partecipanti ed è stato concluso che le donne che hanno subito un aborto presentano un rischio maggiore dell'81% di avere problemi di salute mentale; inoltre è stato dimostrato che quasi il 10% di incidenza di problemi di salute mentale può essere direttamente attribuibile all'aborto. I ricercatori si augurano che queste informazioni vengano fornite alle donne in procinto di abortire. Se dunque l'interruzione volontaria della gravidanza (IVG) è un fattore di rischio per la salute

mentale delle donne, e per l'appunto lo è, allora ci sono due conseguenze. La prima: le donne che si accingono a praticare una IVG devono conoscere questi dati, altrimenti il consenso che esprimono è un consenso niente affatto informato. In Italia, attualmente, in tutti i luoghi dove si pratica l'aborto, viene violato proprio quanto sancito dalla legge 194: l'obbligo forte di informare correttamente la donna sulle conseguenze dell'IVG.

La seconda conseguenza: occorre farsi carico di questo problema, assicurando alle donne che hanno abortito una reale assistenza psicologica anche dopo l'aborto. Dunque luoghi di cura e di accoglienza, operatori competenti sui disturbi psichici correlati all'IVG e percorsi assistenziali specifici.

La seconda domanda: *qual è il meccanismo psicopatologico e l'espressività fenomenologica prevalente del disagio psichico correlato all'interruzione volontaria della gravidanza?* La risposta è questa: *l'esperienza abortiva, in tutte le sue forme, è traumatizzante.* Costituisce cioè un trauma. La natura traumatizzante è legata ai meccanismi di attaccamento già in atto tra madre e nascituro. La maggior parte delle donne che si accinge ad abortire è ambivalente rispetto all'atto che sta compiendo e una donna su tre, dopo aver abortito, dichiara, secondo alcuni studi, che se potesse rivedere la sua scelta non lo farebbe. È in questo combinarsi di attaccamento e di ambivalenza che si va a costruire la natura traumatica dell'IVG. Pertanto, la cosiddetta "sindrome post-aborto" oggi andrebbe più correttamente inquadrata, nella maggior parte dei casi, nel Disturbo Post-Traumatico. Su questo punto sembrano convergere i tanti studi disponibili.

E infine la terza domanda: *è possibile aiutare le donne che presentano un disagio psichico IVG-correlato?* No, non è possibile: *è semplicemente doveroso.* Infatti, tra le macerie dello strabismo ideologico che ha caratterizzato gli anni passati giace una grave ingiustizia: alcune forme di sofferenza hanno ascolto, perché politically correct, e altre no. Tra quest'ultime ci sono le donne

con disagio psichico IVG-correlato: è politicamente scorretto dare voce a questo disagio, in quanto rompe il totem dell'aborto. Per questo sono sicuro che dopo i primi due centri dedicati all'accoglienza e alla terapia dei disturbi psichici IVG-correlati, coraggiosamente aperti dal Movimento per la Vita nel 2012 a Roma, ne nasceranno tanti altri, perché nessuna sofferenza può essere dimenticata. Questo libro risponde a tutte queste domande e, in modo coraggioso, al bisogno di aiuto delle donne che hanno vissuto l'esperienza dell'IVG. Benedetta Foà ha un grande merito: quello di proporre un metodo psicologico per la cura e l'elaborazione del lutto conseguente all'IVG. Le esperienze terapeutiche riportate in questo libro sono impressionanti. All'Autrice dobbiamo riconoscere il merito di offrire un percorso terapeutico scientificamente validato per affrontare una sofferenza ancora troppo taciuta.

Tonino Cantelmi

Psichiatra, Psicoterapeuta, Presidente e Fondatore
dell'Associazione Psichiatri e Psicologi Cattolici

Presentazione

La lettura di questo libro è drammaticamente avvincente soprattutto per chi, come il sottoscritto, svolge la professione di psicoterapeuta, psicoanalista o counselor. Sfogliando le pagine e soprattutto scorrendo le storie di Annie, Emma, Lucia, ma anche pensando alle altre donne e uomini a cui si fa riferimento, ai bambini non nati, all'intreccio tra aborto, violenza, abuso e gravidanza, vengono in mente le storie di molte pazienti e di molti pazienti che ho incontrato nella mia carriera.

Riflettendoci, scorgo tutt'a un tratto che la maggior parte delle donne e degli uomini che si sono rivolti al mio aiuto professionale per altri motivi e che avevano vissuto l'esperienza di un aborto, a un certo punto del percorso hanno permesso al suo fantasma di affiorare, ma quasi sempre per inciso, magari come associazione d'idee durante l'analisi di un'Esperienza Immaginativa oppure nel *movimento regressivo* del recupero di una *memoria intrinseca*. Anche coloro che lo avevano razionalizzato con giustificazioni esistenziali o come «l'eliminazione di un tessuto, poco più che un girino», come riporta l'Autrice in uno dei capitoli.

Questa circostanza mi ha sempre fatto tornare in mente una frase che lessi molti anni fa in un opuscolo: «È molto più facile strappare un embrione da un utero che togliere l'idea di un figlio dalla mente di una madre». E mi fa venire in mente le parole di Gonzalo Miranda (Decano della facoltà di Bioetica dell'Ate-

neo Pontificio Regina Apostolorum) quando afferma la dignità umana della persona in qualunque stato psico-fisico essa si trovi e che l'essere umano non è mai un «guscio», un mero «corpo», neanche quando è ormai quasi cadavere e, aggiungo io, neanche quando è un embrione. Un punto di forza di questo libro sta nel superare il confine dell'informazione e della denuncia per proporre un percorso finalizzato a risolvere le conseguenze psicologiche che colpiscono chi ha nel proprio bagaglio esistenziale «un figlio mai nato». Il Counseling con l'Esperienza Immaginativa¹ è un modello psicodinamico derivato dall'omonima metodologia psicoterapeutica e psicoanalitica, che ha quasi un secolo di storia: privilegia la via immaginativa come accesso a strati più o meno profondi della coscienza e sfrutta l'energia liberata dall'azione conoscitiva del movimento nello spazio immaginario per ottenere l'esplorazione e l'elaborazione di irrisolti così come per sollecitare le capacità resilienti del soggetto². L'Autrice spiega come, attraverso questa metodologia, grazie all'attivazione di un'intensa e profonda simbolizzazione, si possa favorire il superamento del trauma dell'aborto e/o delle violenze a esso connesse: possibile protezione dalla caduta in una Sindrome da Stress Post-Traumatico e/o dallo strisciante stato depressivo, favorisce la trasformazione della *nostalgia* in *ricordo*. A espressione degli stati emozionali riconducibili ai vissuti di cui si parla nel libro, concludo con due frammenti clinici di trattamento con l'Esperienza Immaginativa, il primo rappresentazione simbolica di uno stato uterino e l'altro espressione dell'aggressività di una donna che non è stata resa madre dal suo compagno (trascrizioni non integrali):

¹ A. PASSERINI - F. VEGETTI, *Esperienza Immaginativa: Counseling, Pedagogia e Psicoterapia*, Alpes, Roma 2012.

² A. PASSERINI, *Trasformazioni simboliche e diacronicità della cura*, in *Resilienza, fattori di cambiamento ed efficacia attraverso l'Esperienza Immaginativa*, Giornata di Studio SISPI, Milano 18/5/2013.

Rappresentazione del Vaso come simbolo dell'utero e del punto d'incontro tra procreazione e trascendente:

È un vaso rosso molto grande... Ha una forma molto panciuta. Il vaso contiene dell'acqua, mi dà una sensazione di sacro, dovuto a un senso di rispetto per l'oggetto e per ciò che contiene. Una presenza... quasi dotata di anima. Se ascolto bene, se vedo bene, dalla bocca del vaso esce una specie di vapore, si sprigiona un'essenza che si diffonde in tutta la stanza e mi circonda... È un profumo, un'essenza che conosco. Fa pensare a un profumo di spezie, di cannella... Molto lentamente l'essenza invade la camera e mi dà un senso di... M'inebria... Un senso di tranquillità, di completo rilassamento. Mi viene spontaneo accucciarmi... stendermi sul pavimento... È una stanza di forma tonda, non ha un soffitto. La superficie curva del pavimento, e io sono sdraiata in completo abbandono... Dal vaso continua a fuoriuscire del vapore, finché a un certo punto sono talmente rilassata che il mio corpo, è come se il mio corpo entrasse nel vaso... ed è una bella sensazione. Ci sto perfettamente nel vaso... Non ho sensazioni di costrizione, è come un contenitore per il mio corpo, un luogo protetto. Adesso le pareti hanno assunto una colorazione rossa, come le pareti del vaso. Tutto emana calore... La sensazione epidermica che provo è di tepore. Posso stare lì in quella posizione... Il vaso si è dilatato: posso allargare le gambe, all'interno è diventato grandissimo. Ci posso stare tranquillamente per tanto tempo. È una sensazione molto bella di abbandono, di tranquillità... per ore. Sto godendo di questa pace interiore ma anche nel fisico... Riesco con il mio corpo a mantenere la sensazione di caldo, di equilibrio, le mie sensazioni interne ed esterne, e di abbandono completo...³

³ A. PASSERINI, *Et l'enfant crea la mère*, «Journée d'Etude du Groupe International du Rêve-Eveillé en Psychanalyse», Paris 18/11/2012.

Rappresentazione della rabbia diretta verso il Vaso-utero per non aver procreato (da un caso inedito)⁴:

«È un vaso di terracotta... Poi il vaso che è vuoto viene riempito con dei fiori...».

«Chi lo riempie?».

«Io. I fiori sono dei narcisi appena colti dal bosco, profumano. Il vaso è su un tavolo rotondo di ferro in giardino. Sistemiamo i fiori e lo porto in camera da letto. C'è un uomo nella casa con me, è mio marito e mi chiede perché ho messo il vaso in camera. Mi dice di stare attenta quando inaffio, in modo da non rovesciare l'acqua dappertutto. Dice che sono belli e stanno bene, chiede di regalarglieli. Gli dico che i fiori sono per lui, anzi per noi. Mi ringrazia. Mi accarezza, mi bacia e poi facciamo l'amore. Poi guardiamo i fiori. Gli dico: "Meno male che ci sono io che ti regalo i fiori". Lui mi direbbe che comunque non ha bisogno di fiori perché sono io il suo fiore.

Il vaso si rompe, cade dal cassettone e va in mille pezzi... L'acqua bagna il pavimento, era diventato di vetro, non era più quello di prima».

«Perché crede che si sia rotto?».

«Perché l'ho preso in mano e l'ho lasciato cadere».

«Come?».

«Volutamente l'ho preso e l'ho lasciato cadere, l'ho buttato a terra».

«A cosa è servito buttarlo a terra?».

«A far passare un momento di rabbia».

«Parli di questa rabbia».

«Sono arrabbiata con mio marito, arrabbiata perché... (parla sottovoce) perché sono arrabbiata con mio marito... Perché penso che lui mi abbia tradita...».

«Quando?».

⁴ A. PASSERINI, *Una radice profonda: esperienza immaginativa della coscienza*, Brain Awareness Week, Conferenza SISPI (Milano, Roma) – APRA (Roma) – DANA Foundation (USA), Roma 15/3/2012.

«Mi ha tradita con una donna, una che fa il suo lavoro...».
Stato d'animo finale: «Tristezza... la stanza vuota, mi sono sentita vuota io; ho provato rabbia quando ho rotto il vaso... Alla fine ero commossa...».

Alberto Passerini

Psichiatra, Psicoterapeuta, Presidente e Fondatore della SISPI⁵

⁵ Scuola Internazionale di Specializzazione con la Procedura Immaginativa (www.sispi.eu).