

## Aborto e problemi di coppia

Prof.ssa Alessandra Graziottin

Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica H. San Raffaele Resnati, Milano

Gentile Dottoressa, sono una ragazza di 26 anni e il mio fidanzato ne ha 30. Nello scorso novembre ho avuto un aborto e da allora i nostri rapporti sono cambiati. Lui non ha mai detto nulla fino a ieri quando mi ha confessato che quello che era successo a novembre lo aveva segnato e aveva bisogno di tempo per ritrovare quella tranquillità che ha perso.

Ho capito che stava male già da un po', ma non ho mai avuto il coraggio di affrontarlo. I nostri rapporti non sono più gli stessi. A causa del lavoro e dei vari corsi di aggiornamento abbiamo ridotto i nostri incontri solo al sabato. La sua dolcezza è infinita come è sempre stata, ma quando siamo a letto è come se non volesse più lasciarsi andare. Dice che non vuole riprovare quelle emozioni, vedermi sul lettino, muta e indifesa e con lo sguardo spento solo perché il desiderio di avere un figlio lo ha preso più della ragione.

So che lui ha sofferto tanto, come me e forse più di me, ma io lo sto superando mentre lui perché non ci riesce? Spero che Lei dottoressa possa darci qualche consiglio che sarà utile anche a tutte le coppie che hanno avuto la nostra brutta esperienza.

Grazie, Claudia

Gentile Claudia, ognuno di noi ha un suo modo di vivere e affrontare una perdita importante, come è anche quella di un figlio desiderato, anche quando è ancora progetto e sogno, come succede se la perdita avviene durante i primi mesi della gravidanza. Ognuno di noi ha un suo modo di amare, ma anche di vivere il dolore, che non è misurabile con i soli comportamenti esteriori. La differenza nel modo di vivere ed esprimere il dolore del lutto – un dolore psicogeno per eccellenza – si nutre e si esaspera ancor più con i sensi di colpa, veri o presunti. Ci si tormenta per errori che spesso non sono tali: per esempio, il suo ragazzo si rimprovera di aver desiderato "troppo" quel bambino e di averle provocato poi un immenso dolore. Lei ha reagito più positivamente. Lui sta vivendo una forte depressione "reattiva". Ognuno di noi, Claudia, nella coppia, come nella famiglia, ha un suo modo di vivere ed esprimere la sofferenza emotiva. C'è chi apertamente piange e si dispera. Chi si butta sul lavoro. Chi cerca di dimenticare, inventandosi una frenesia di impegni, o buttandosi nei divertimenti sfrenati. Chi vive un blocco del desiderio sessuale. Uno dei fattori che isola di più, nel dolore, è la sensazione che il modo che ha l'altro di viverlo non sia quello giusto. Non sia abbastanza profondo, o sincero, o intenso. O, al contrario, che lo sia troppo, che duri troppo a lungo e in modo disturbante. Il suo ragazzo, per il quale il significato di quel bimbo desiderato era evidentemente molto forte e profondo, ha bisogno di un suo tempo per "superare" questa perdita, per rasserenarsi, per ritrovare la fiducia di poter avere un figlio in piena serenità e gioia, in futuro.

Non è saggio negarsi il tempo del dolore, per riprendere la vita come se nulla fosse. E nemmeno negarlo, se è il nostro compagno, un familiare, o un amico, che ha un tempo interiore diverso o più lungo del nostro. Questa negazione di un passaggio necessario a separarsi emotivamente dalla persona amata (anche un feto lo è se ha un significato immenso per noi) lascia nel cuore un cumulo di macerie che può diventare enorme e travolgerci, magari a distanza di anni, quando

altre vulnerabilità e altre ferite ci hanno messo più alla prova.

Che il suo ragazzo non abbia desiderio, è normale per la fase di vita che sta attraversando. La depressione e il lutto ci portano in un terreno diverso dall'erotismo, in un tempo interiore che è fatto anche di solitudine, di amarezza, di rimpianto. Abbia pazienza e gli dia tempo. Se poi questa depressione – che al momento è naturale, coerente con il sentimento di perdita che lui sta vivendo, e del tutto legittima – dovesse superare i sei mesi o l'anno, allora può essere indicato un aiuto psicoterapeutico e/o farmacologico. Al momento, mi sembra saggio accettare che anche nel dolore che ci tocca profondamente, quando perdiamo una persona amata, abbiamo tempi e modi diversi, e forse una diversa solitudine.