

Guarire i lutti misconosciuti:
quando la morte avviene in utero, o intorno al momento della nascita.
di Daniela Muggia, tanatologa

Per quanto la morte sia la sola cosa certa nella nostra vita dacché siamo nati, resta nondimeno un tabù che si estende anche al mancato riconoscimento del lutto in circostanze che, vedremo, sono particolarmente gravi.

Si tratta del lutto prenatale e perinatale.

Per lutto prenatale, s'intende una perdita subita prima della nascita e in particolare la morte del proprio gemello in utero. Un caso molto più frequente di ciò che si immagina, giacché le recenti analisi ecografiche confermano che questo terribile dramma è stato vissuto da quasi una persona su 10... come a dire che, ogni 10 persone, ce n'è una che viene al mondo già con un lutto irrisolto, una traccia indelebile di cui non conosce nemmeno l'origine.

Ne parlano **Alfred e Bettina Austermann** in ***La sindrome del gemello scomparso*** (Edizioni Amrita 2010): il primo è uno psicologo specializzato in psicologia prenatale e terapia sistemica familiare; la seconda è Gestalt-terapeuta. Entrambi sono fra i pionieri degli studi sul tema della scomparsa di un embrione in gravidanze gemellari confermate tali da un'ecografia all'inizio della gestazione, e delle subdole conseguenze che la perdita del fratello con cui condivideva l'utero ha sulla vita futura del cosiddetto "gemello sopravvissuto". Sui traumi legati alla vita intrauterina si ragiona da tempo, ma poco si parla di questo trauma terribile, spesso causa di sensi di colpa, struggimento e un malessere, anche fisico, che affonda le proprie radici là dove dovrebbe avere origine la vita.

Gli Austermann sono giunti a teorizzare la sindrome del gemello scomparso partendo da una serie di sofferenze inesplicabili e drammi relazionali di certi loro pazienti che si chiedevano, disperati, "che cosa non funziona in me", ed erano alla ricerca costante di qualcosa di inafferrabile, passando inutilmente di terapia in terapia, o si rivelavano incapaci di superare la morte di un amatissimo animale domestico.

La casistica raccolta dagli Austermann rivela inoltre che molti problemi “congeniti” (in realtà acquisiti in utero), fra cui patologie dell’udito o della vista, malformazioni della colonna vertebrale, ma anche attacchi di panico, difficoltà respiratorie ecc., vengono completamente superati solo *dopo* aver dato la giusta attenzione alla sindrome del gemello scomparso e averla risolta definitivamente.

A seguito del loro percorso di ricerca, gli Austermann ci sanno spiegare oggi i fondamenti scientifici della sindrome, e soprattutto, da terapeuti esperti, i percorsi di elaborazione di questo lutto precoce che si possono proporre con successo.

Il lutto perinatale, ossia la perdita di un bambino durante la gravidanza in conseguenza di un aborto terapeutico, oppure nato morto, è già di per sé un lutto che la tanatologia considera grave (perdita del figlio), ulteriormente aggravato da una serie di inadeguatezze sociali, mediche e giuridiche.

Come elaborare il lutto di un bambino che non è mai venuto al mondo e quindi “non esiste”? Come dirsi “genitori” di qualcuno che non ha neppure un nome? Come rimettere in cantiere un’altra vita, dopo aver “sforato” la morte? Come elaborare una perdita minimizzata o negata, quando parenti e amici liquidano l’evento con frasi di circostanza quali “siete giovani, ne avrete altri”, e la stessa legislazione, se il feto è morto prima della 28esima settimana, non parla nemmeno di “nato morto”, ma di “prodotto abortivo”, mentre per il genitore, in particolare per la madre, era già un figlio a tutti gli effetti? Il rischio è quello di trovarsi completamente isolati, incompresi, e pertanto ancora più privi di strumenti per affrontare il problema, che giustappunto, per il resto della società, sembra non sussistere.

Nella mia esperienza ha dato buoni risultati l’“accompagnamento empatico della sofferenza” (vedi www.tonglen.it). Ne parla, pur con un taglio diverso dovuto alla sua specializzazione in psicotesi, la psicoterapeuta francese **Chantal Haussaire-Niquet**, in *Guarire il lutto perinatale secondo la psicotesi* (in uscita a gennaio, Edizioni Amrita). L’autrice è giunta ad occuparsi del problema perché lo ha vissuto due volte sulla sua pelle: dei suoi 4 figli, 2 sono nati morti. In seguito, i suoi studi e le

sue opere hanno contribuito a dare il via, nel suo Paese, a un movimento che ha attecchito dentro ai reparti maternità, consentendo ai genitori, agli operatori sanitari e ai professionisti dell'accompagnamento adeguatamente formati di lavorare insieme per restituire la legittimità dell'esistenza, della morte e del lutto del figlio perduto. Non resta che auspicare che questo movimento ben presto si espanda anche in Italia, dove raramente questa problematica è presa in conto. Mi ricordo di una madre che, distrutta dal dolore, era in attesa di subire il parto indotto corollario di un aborto terapeutico. Nella stessa stanza, due altre donne: una era lì per interrompere la sua gravidanza, l'altra aveva appena dato alla luce un bellissimo bambino. Intorno alla sua sofferenza, indifferenza e imbarazzo...

L'autrice descrive il suo metodo, derivato dalla psicosintesi, calandolo opportunamente nel contesto di 4 casi clinici, uno dei quali è un padre: le sue dinamiche sono ovviamente diverse da quelle delle madri, ma sono particolarmente illuminanti, per farci capire che non c'è chi soffre di più o di meno, ma solo sofferenze diverse, altrettanto degne di attenzione.