

## "Il Mandorlo" è accanto a chi ha vissuto un'interruzione di gravidanza Un gruppo per "rifiorire" dopo un aborto

IL GRUPPO "IL Mandorlo, Rifiorire dopo un aborto" è una realtà nata da un'equipe di psicologhe, ritrovatesi a lavorare con donne in difficoltà sulla tematica della maternità a partire dalla collaborazione con Promozione e Vita e con alcuni Centri di Aiuto alla Vita. Ha quindi come radici l'importanza della vita, intesa a tutto tondo: in senso fisico (l'esistenza umana) e nel senso del benessere psicologico (la vita pienamente vissuta). Occupandoci delle mamme e dei nuclei familiari che si trovavano a vivere delle gravidanze inattese, ci siamo imbattute anche nella sofferenza del post aborto, raccogliendo la richiesta di aiuto di donne e partner che si trovavano con questo dolore non immaginato prima. Abbiamo iniziato ad accogliere questo aspetto, toccando con mano che spesso dopo un'interruzione volontaria di gravidanza seguono momenti duri e faticosi che, se non affrontati adeguatamente, possono portare a delle vere e proprie patologie. Ci siamo chieste quale potesse essere il modo migliore per aiutare queste persone, ci siamo formate e abbiamo iniziato a sperimentare un metodo che si è rivelato utile per affrontare questo tipo particolare di lutto: un ciclo di psicoterapia breve focalizzata.

Si tratta di un percorso ad hoc, che prevede un numero di incontri limitato volti ad affrontare l'elaborazione del lutto dell'aborto.

A partire da questo percorso si sono poi rivolte a noi persone che avevano vissuto un'esperienza di perdita analoga, anche se subita: l'aborto spontaneo.

Entrambe le situazioni hanno a che fare con un lutto "complicato". Ci troviamo infatti di fronte ad una perdita (il bambino, la gravidanza, il progetto, il sogno, l'incubo,...), ma essa non è chiaramente visibile e non è riconosciuta socialmente. È frequente il racconto delle donne e degli uomini che spiegano come il giorno dopo l'aborto abbiano ripreso la vita di sempre, con le persone intorno che si rivolgevano a loro come se nulla fosse, quando in realtà dentro di loro era avvenuto qualcosa di enorme. La perdita riguarda una vita umana, ma anche il venir meno di un pezzo di sé, di parte dell'identità, di un progetto, di un futuro, anche quando la gravidanza è inattesa. Si vive un vero e proprio lutto, che però non prevede i riconoscimenti esterni (sociali) ed interiori (dentro di sé) comuni agli altri lutti, utili a superare il dolore. Con l'aborto si verifica piuttosto il contrario: questo tipo di

perdita dev'essere trattenuta, quasi cancellata, negata e rimossa in fretta, sia per esigenze esteriori («Dai, non è successo nulla!», «Era solo un grumo di sangue!», sia per spinte interiori («Devo dimenticare in fretta così starò meglio!», «È stato solo un brutto sogno!»). In realtà per superare un lutto occorre fare proprio il contrario: piangere, sentire il dolore, entrarvi a contatto, per poi uscirne trasformati.

Non tutte le persone che vivono un aborto esprimono lo stesso dolore: alcune non manifestano problemi (apparente assenza di sintomatologia), ma la maggior parte si trova a soffrirne in misura diversa, come spiegato in letteratura, dove le conseguenze dell'aborto vengono classificate in stress post aborto, sindrome post abortiva, psicosi post aborto. Sono delle situazioni differenti in base alla sintomatologia riportata, che deriva in parte dalla situazione clinica della donna ed in parte dal grado di "rimozione" che viene fatta sull'esperienza. Più il divieto a provare e ad esprimere il dolore è grande, maggiore sembra essere la gravità dei sintomi riportati.

Il Mandorlo lavora in due sedi, a Pinerolo e a Torino, con l'obiettivo di aiutare le persone che hanno

vissuto un aborto ad elaborare questo lutto, per ripartire con forza e vigore sulla strada della vita.

Il mandorlo è la prima pianta che fiorisce dopo il lungo inverno ed è stato scelto questo simbolo per rappresentare come anche da un'esperienza dolorosa e gelida quale l'aborto, se opportunamente aiutati, possono nascere frutti di gioia e di speranza.

Il Mandorlo si rivolge alle donne, ai partner e ai familiari che sentano l'esigenza di un percorso di questo tipo e propone corsi di formazione per chi si occupa di queste tematiche.

Ad oggi si sono rivolte a noi come mandorlo diverse persone, tra cui madri e padri che stavano vivendo la difficoltà a "separarsi" da un'esperienza dolorosa che non permetteva loro di riprendere in mano serenamente la propria vita. La sensazione comune di queste persone è che nel Mandorlo abbiano trovato un luogo dove esprimere ciò che all'esterno spesso sembra non essere compreso.

Potete rivolgervi al Mandorlo per richiedere informazioni, per seguirci o per condividere attraverso i nostri contatti: tel. 392.3779467, sito internet [www.post-aborto.it](http://www.post-aborto.it), profilo linkedin e profilo facebook.

ALESSIA NOTA