

D AMORE & SESSO

la Repubblica

13/12/2013

UN FIGLIO CERCATO PER ANNI. E POI, NIENTE PIÙ VOGLIA DI FAR L'AMORE

Un figlio cercato per anni. E poi, abbiamo perso la voglia di fare l'amore. Storie di coppie che cercano a lungo di avere un figlio: quelle che scelgono la procreazione assistita, quelle che rinunciano e scelgono strade diverse (adozione o affido), e quelle che - quando finalmente il bambino arriva - perdono la voglia di far sesso perché per troppo tempo lo hanno considerato quasi una "meccanica abitudine a fine procreativo". La psichiatra, psicoterapeuta e psicoanalista analizza dinamiche relazionali comuni e diffuse

DI ADELIA LUCATTINI, PSICHIATRA PSICOTERAPEUTA PSICOANALISTA



La ricerca di un figlio per molte coppie è un lungo percorso, i tentativi ripetuti a volte per tanti anni, le analisi e le cure per averlo sono un enorme stress e costringono la coppia a importanti adattamenti. Sia per l'uomo che per la donna è sempre difficile accettare un'infertilità, sia personale che del partner. Gli aspiranti genitori che decidono di intraprendere il percorso della ricerca di un figlio, si trovano a fare i conti con sensazioni contrastanti: speranza, vergogna, desiderio, imbarazzo, aspettative, attese, stanchezza. **Alla fine di questo percorso - che il**

progetto figlio si realizzi o fallisca - la coppia dovrà “scegliersi” ancora e ristrutturare il significato del proprio stare insieme, comunque vadano le cose. Si stima che in Italia il 40% delle coppie che si rivolgono alla procreazione assistita abbandona al primo fallimento, sia per motivi psicologici che per i costi elevati. Lo sforzo di adattamento per la coppia. L'infertilità è caratterizzata da un vuoto: l'assenza di un bambino desiderato, fantasticato e già immaginato. Ciò costituisce una perdita difficile da elaborare poiché non c'è qualcosa di reale che viene perduto ma un desiderio, una parte di se stessi che viene dal passato, proiettata nel futuro. Solitamente la scoperta di una qualche difficoltà nel diventare genitori arriva inaspettata, ed è perciò una notizia di grande impatto emotivo, più evidente nella donna che si vive come “creatrice” e madre, ma con altrettanto importanti conseguenze nell'uomo che sente di non poter essere “fertile” e padre. Entrambi hanno necessità di ristrutturare l'immagine di se stessi in base alla nuova situazione, vissuta come una deviazione dalla norma e un'eccezione rispetto alla “normalità”, o quanto meno al come le cose dovrebbero andare.

Il confronto con la società può far sorgere sentimenti di vergogna e di colpa in una coppia senza figli. La donna può sentirsi accusata di dedicarsi troppo al lavoro, di aver puntato eccessivamente sulla carriera e l'uomo può veder messa in discussione la propria virilità. Senz'altro entrambi, soprattutto in particolari contesti socioculturali, possono sentire gli occhi puntati sulla propria sessualità, e quindi decidere di tenere nascosto il problema. Talvolta possono sorgere conflitti profondi tra i partner, soprattutto quando chiaramente uno solo dei due nella coppia non può avere figli e per questo essere individuato come “il colpevole”, quello che ha tolto al partner e alle famiglie allargate la possibilità di diventare genitore, nonni, zii.

La fatica degli accertamenti e delle cure può creare stress e tensioni che non sono uguali nell'uomo e nella donna e che possono generare difficoltà nella vita sessuale. Non è raro nell'uomo che insorgano problemi inerenti alla propria identità e al proprio ruolo da cui derivano un calo del desiderio, ansia da prestazione e disfunzioni erettili. Nella donna sono più frequenti disturbi di tipo depressivo con dubbi sulla propria sensualità, capacità di piacere e interessare al partner. La lunghezza dell'iter diagnostico, la sensazione di essere continuamente intrusi nella propria intimità ed espropriati della propria sessualità, gli insuccessi sia per via naturale che assistita, il consiglio o la richiesta di avere rapporti programmati, continuativi, con una finalità che sempre di più diviene procreativa e sempre meno ludica, con la perdita della dimensione del gioco, della seduzione, del piacere, della ricerca naturale e spontanea dell'altro, possono trasformare quello che era iniziato come una difficoltà ad avere una gravidanza in un problema della sfera sessuale. L'irruzione del “dovere” all'interno della coppia provoca una separazione profonda tra l'emotività e il piacere nell'incontro amoroso ormai finalizzato solo alla procreazione, con conseguente diminuzione del desiderio sessuale.

Anche **la ricerca di un figlio per via naturale per tanto tempo**, intensificando i rapporti sessuali nei “momenti giusti” del ciclo, attenti a non farsi sfuggire nessuna “occasione” favorevole, abbandonando qualunque altro impegno o svago, trascurando amicizie e attività, trasforma il piacere e il desiderio dell'incontro sessuale in un'ossessione o in un meccanico dovere ormai svuotato di ogni attrattiva e finalizzato solo alla “procreazione”. La necessità di dimostrare ad ogni costo a se stessi e agli altri di essere un “vero uomo” e una “donna completa” attraverso un figlio,

può sfibrare e deprimere, minando in profondità la coppia. Arrivati alla gravidanza nella donna può scomparire il desiderio di avere rapporti sessuali con una diminuzione della sensibilità e del piacere fisico. Con l'arrivo del figlio, il "baby-blues" (la tristezza che colpisce le donne dopo il parto) e la stanchezza, allontanano qualunque desiderio sessuale per diverse settimane. Talvolta questo distacco si protrae per alcuni mesi e in alcuni casi per anni. Quando l'ansia o la preoccupazione dell'essere genitore del tanto ricercato "Royal-Baby" prevale sull'essere anche partner, la vita sessuale finisce per essere relegata in secondo piano o allontanata, con inevitabili conseguenze sulla donna e nella coppia.

Un'assistenza psicologica è sempre importante durante questi iter, non solo nella procreazione assistita ma anche nel caso in cui la scelta cada sull'adozione di un figlio. In quest'ultimo caso le complesse pratiche burocratiche, la lunga attesa spesso con i ripetuti periodi all'estero, possono costituire un elemento aggiuntivo di stress per la coppia. Se conosciuti, considerati, ben trattati i disturbi del desiderio sessuale sono transitori e reversibili. A volte sono sufficienti un miglioramento della comunicazione e un sostegno all'intimità della coppia. È senz'altro necessario lavorare sulle componenti depressive e sull'autostima di entrambi, e sulla considerazione di non essere necessariamente i genitori biologici dei propri figli. Comunque sia, un trattamento analitico è sempre un'esperienza da cui si esce rinforzati, più capaci di affrontare le difficoltà, più sicuri di se stessi, generalmente migliori.

TESTIMONIANZE

Cristina, 38 anni Ho conosciuto il mio compagno due anni dopo la separazione da mio marito e il mio arrivo in Italia, quando mio figlio Jorge aveva otto anni. Il mio compagno veniva da un matrimonio senza figli. Per dieci anni siamo stati una coppia felice e abbiamo cresciuto insieme mio figlio senza sentire l'esigenza di avere un figlio nostro. Quattro anni fa mio compagno mi ha chiesto di poter avere un bambino, poiché lui si stava avvicinando ai cinquant'anni. Dopo due anni di tentativi abbiamo fatto le analisi e scoperto che lui ha una forma particolare di sterilità per cui sarebbe necessario fare la fecondazione assistita. Io dapprima non ero d'accordo ma mi sono resa conto che per lui era importante, per cui ho accettato di prendere questa strada anche sapendo che sarebbe stata lunga. Purtroppo piano-piano il mio compagno ha cominciato a disinteressarsi della nostra vita intima. Quando il medico glielo ha chiesto, ha risposto che sentiva di aver "fallito" in una delle cose più importanti della sua vita e che temeva di poter perdere il mio amore non potendo darmi un figlio come il mio primo marito. Nonostante io abbia cercato di rassicurarlo in tutti i modi, perché è stato un padre eccellente di mio figlio, tanto che Jorge ha accettato di essere adottato da lui appena diventato maggiorenne, la situazione non è molto migliorata. La ginecologa allora ci ha consigliato una terapia di coppia e al mio compagno d'iniziare un'analisi e se necessario avere un aiuto farmacologico. Sono fiduciosa che con questi supporti potremo recuperare il rapporto di prima, ritrovare la nostra serenità e uscire più forti da questa esperienza.

Simona, 34 anni Ho conosciuto mio marito ad una festa di amici, ci siamo piaciuti e innamorati, dopo quattro anni di fidanzamento ci siamo sposati. Poiché volevamo dei figli, presto abbiamo iniziato da subito a tentare di averne con grande passione, piacere e coinvolgimento di entrambi. Dopo tre anni in cui non avevamo ancora avuto figli, ci siamo rivolti al medico che ci ha inviato in

un centro specializzato. Abbiamo fatto tutte le analisi richieste ma apparentemente non abbiamo nulla che spieghi perché non abbiamo ancora figli. Poiché amiamo i bambini che desideriamo dei figli, abbiamo fatto le pratiche per l'adozione internazionale. Nel frattempo sono rimasta incinta ma ho perso il bambino per cause naturali. Lo stress delle pratiche per l'adozione e la delusione per la perdita del bambino ci hanno profondamente segnato gettandoci uno stato di prostrazione. La fatica del lavoro, della casa e le pressioni delle nostre famiglie credo abbiano contribuito negativamente sul nostro rapporto. Da alcuni mesi io mi sento distaccata, assente, stanca. Nonostante lui continui a essere carino e, mi rendo conto, attraente, non lo desidero più, o almeno non come prima. Mio marito rispetta i miei tempi ma qualche volta mi dice che si sente mortificato e non capisce che cosa mi stia accadendo. Anch'io non lo capisco e su consiglio di un'amica mi sono rivolta a un analista che spero mi aiuti a ritrovare un po' di coraggio, a sentirmi meno distante dalla mia vita e in grado ad affrontare le difficoltà che ci hanno prospettato, se davvero si realizzasse il nostro "progetto-adozione".

Elisa, 46 anni Sono sposata con mio marito da vent'anni, ci siamo conosciuti all'università. Dopo la laurea siamo stati impegnati a trovare un lavoro e ad affermarci ognuno nel proprio settore. Ci siamo sposati presto ma abbiamo pensato di aspettare ad avere figli. Quando sono arrivata alla soglia dei 39 anni, abbiamo pensato che fosse arrivato il momento giusto. Sospesi i contraccettivi abbiamo iniziato a tentare di avere il nostro bambino. Dopo un anno senza risultati abbiamo iniziato gli accertamenti e scoperto un'irregolarità nel mio funzionamento ovarico, per cui abbiamo deciso di accelerare l'arrivo di questo figlio con la somministrazione di ormoni sotto il controllo medico. Dopo un altro anno senza risultati, abbiamo pensato alla fecondazione assistita e iniziato un lungo percorso fatto di prelievi, iniezioni, inseminazioni in vitro e impianti. Adesso siamo al terzo tentativo, dopo il fallimento dei primi due. Tutte queste lunghe trafale ci hanno sfibrato, hanno minato la mia sicurezza e in lui si è rinforzato il dubbio se per noi fosse davvero necessario avere figli per essere felici. In entrambi sono subentrati la delusione e il rammarico di non aver tentato prima e di non aver indagato se fosse tutto apposto. Ci siamo distaccati molto e accumulato molta rabbia, è comparso poi un disinteresse sessuale "strano" e incomprensibile per cui ci siamo rivolti a un analista di coppia. Abbiamo deciso che dopo questo tentativo non ne faremo altri e compreso che la paternità e la maternità potremmo viverli anche diversamente; stiamo pensando a un affido familiare.

Sofia, 29 anni Ho conosciuto mio marito al liceo, ci siamo sposati a 26 anni dopo aver trovato entrambi lavoro, "a progetto", e una casa con un affitto accessibile. Dopo un anno abbiamo deciso di avere un bambino, volevamo essere dei genitori "giovani" come erano stati i nostri. Mia sorella stava cercando di avere il secondo figlio per cui speravamo di farli nascere insieme. All'inizio è stato divertente, ci davamo appuntamenti a tutte le ore, facendo i salti mortali al lavoro, dando "buche" a amici e parenti, vivendo come in un film. Dopo sei mesi senza risultati abbiamo consultato un medico che viste le analisi, ci ha rassicurati. Nel frattempo mia sorella è rimasta incinta, mi sono irritata e ingelosita. Mi sentivo imbarazzata davanti ai miei genitori e a quelli di mio marito che aspettavano da noi il primo tanto "sbandierato" nipote. Incontrarci per averlo è diventata un'ossessione, il film d'amore è diventato un incubo, almeno per me. Ho cominciato a sentire che il nostro rapporto si stava svuotando, tutto diventava sempre più freddo e meccanico. Un po' finto. Quando alla fine è arrivata la buona notizia sono stata terrorizzata dall'idea di perdere

il bambino e mi sono allontanata da lui. Quando poi è nato Lorenzo, sono stata felice ma disorientata, un po' triste. Mi hanno consigliato di allattare al seno. È stata dura, le notti senza dormire, di giorno da sola. Dopo sei mesi di allontanamento sessuale, mio marito mi ha chiesto se potevo parlare con uno specialista, da cui sono andata. Credo di non essere un "caso anomalo" ma che ci sia molta vergogna di sentirsi depressi quando tutti ci dicono che è "momento più bello della nostra vita"! Immagino che lo sia, adesso non riesco a sentirlo, come non sento più desiderio di fare l'amore con mio marito che amo e che spero di ritrovare con l'aiuto del mio analista, perché rivotglio indietro la mia vita di prima, voglio sentirmi felice.

(13 dicembre 2013)