



Direttore Scientifico
 DOTT.SSA PROF.SSA
MARIA PIA TURIELLO



DEFINIZIONE DI FAMIGLIA E LA CRISI DELLA FAMIGLIA DA UN PUNTO DI VISTA PSICOLOGICO

La famiglia possiamo identificarla come un nucleo simile ad un sistema, all'interno del quale le parti sono i membri, che tramite le loro azioni contribuiscono a determinarne il suo sviluppo come un'entità dotata di proprie norme e caratteristiche.¹ L'attività di ogni componente è posta in essere influenzando quella degli altri e dell'intero sistema familiare, il quale tramite questa, modifica i suoi equilibri e ne esce trasformato, ma questo cambiamento, a sua volta, ha un effetto modificativo anche su ogni singolo individuo. Se andiamo a valutare il ciclo di azione familiare, possiamo ricondurlo alla cosiddetta "cibernetica", ovvero il processo attraverso cui l'informazione riguardante i risultati delle attività passate è riportata nel sistema, andando così ad influenzare il futuro, e permettendo quindi al sistema di auto-regolarsi, adattarsi e modificarsi.

Lo sviluppo del sistema-famiglia avviene per "stadi" all'interno del tempo: essa passa attraverso una serie di "epoche" ed ognuna consiste in un "periodo di transizione"². Durante le transizioni si verificano trasformazioni psicologiche e strutturali. Nel corso del suo ciclo vitale, ogni famiglia si inoltra in una serie di stadi che richiedono dei cambiamenti dei ruoli all'interno del nucleo stesso, con processi di adattamento che comportano la capacità di superare i compiti di ogni periodo della vita e le difficoltà che si presentano. L'evoluzione che la famiglia completa nel corso degli anni è un processo di continua riorganizzazione dei rapporti tra gli stessi componenti. Ogni fase del ciclo vitale rimette dunque in

discussione diversi aspetti dell'equilibrio familiare e propone alla famiglia nel suo complesso e ai suoi singoli componenti dei nuovi compiti evolutivi³. Ciò rappresenta anche un'importante occasione per acquisire nuove competenze, necessarie ad affrontare il cammino della propria vita. Per loro natura infatti, le famiglie si sviluppano nel corso del tempo attraversando alcune fasi evolutive comuni e prevedibili.

Un rapporto di coppia può ad un certo punto della storia evolutiva andare incontro ad una crisi ed a conflitti per vari motivi: perché le strade dei coniugi divergono o gli eventi possono far scaturire emozioni e tensioni forti a diversi livelli intrapersonali e interpersonali, non facilmente gestibili dal singolo e dalla coppia stessa. Quando cadono le basi che hanno fatto sì che la coppia si incontrasse e funzionasse, i due patti (consapevole e segreto), che li hanno uniti, non tengono più e nel loro incastro diventano troppo contraddittori.⁴ Quando vi è l'impossibilità a rilanciare il patto segreto, la frattura che si crea è insanabile, scompensa e rende fragili. Tutto il sistema-famiglia viene coinvolto, e a volte i comportamenti che i coniugi tengono possono non essere equilibrati e avere una ricaduta di sofferenze e disagi anche sui componenti del nucleo familiare, tra cui molto spesso troviamo i figli. La maggior parte delle separazioni non è il risultato di una volontà consensuale: in genere accade che sia uno dei due che lasci l'altro, uno vuole uscire e l'altro vuole continuare la relazione.

1 Hoffman L. Foundations of family therapy. New York: Basic Books; 1981 (Trad. it. Principi di terapia della famiglia. Roma: Astrolabio; 1984)

2 Cigoli V., Scabini E. (2000) ed. Raffaello Cortina " Il familiare: legami, simboli e transizioni"

3 Maurizio Andolfi, Vittorio Cigoli, ed. Franco Cingoli (2004) "La famiglia d'origine. L'incontro in psicoterapia e nella formazione"

4 Roberto Berrini - Gianni Cambiaso, ed. Franco Angeli (2001) "Illusioni di coppia. Sto con te perché posso stare senza di te"

Il conflitto non è né positivo né negativo, è necessario però al cambiamento, ma è importante gestirlo attentamente, indirizzare l'energia che genera al meglio in modo cooperativo e quindi costruttivo. Certamente, avvalorato dalla teoria batesoniana, il conflitto è insito nella natura delle cose, tra identità e alterità, sulla differenza, sulla distinzione e sui modi generali di dare significato alla propria esperienza creando una propria visione di mondo.⁵ La conflittualità che si verifica nella coppia può essere un momento positivo visto come una richiesta di cambiamento e di crescita, non necessariamente negativo in termini di lotta e di distruzione dell'altro. Nella separazione, pur dolorosa, il conflitto può essere quindi un'opportunità di trasformazione.

Nel gioco relazionale tra i coniugi, l'intimità e il potere sono delle componenti importanti che definiscono i confini e le regole per gli spazi interpersonali. Qualora la costruzione del patto di condividere la quotidianità diventi una difficile impresa tra i coniugi, la probabilità che sopravvenga la separazione dipende dal grado e dall'equilibrio di attaccamento tra di loro.⁶ La separazione è sempre un evento sconcertante, a volte improvviso, anche se vi sono precedenti segnali e fatti premonitori a volte non letti o negati: all'interno della famiglia infatti possono esserci stati ripetuti litigi ed incomprensioni sempre più frequenti che hanno portato ad un distacco relazionale con conseguente carenza comunicativa. La situazione diventa complessa, piena di tensioni, emozioni, turbamenti e nonostante sia un evento abbastanza comune al giorno d'oggi esso è sempre difficile da affrontare. Ognuno vive il fatto in modo diverso e come pure l'adattamento ad esso; subentrano i sentimenti di perdita di fiducia in sé stessi, di sicurezza e di controllo della propria vita. Si vive la fine di un matrimonio, un senso di perdita, di sconfitta, di colpa e di tradimento. I sentimenti che si provano rientrano in un processo di lutto a cui è difficile dare un nome. Si perdono il coniuge, i figli, la casa, degli oggetti cari. Rabbia, affetto, tristezza sono emozioni che si alternano, ma con diversa intensità a seconda della fase separativa in cui la persona si trova. Le controversie e gli scontri che nascono sono tali che molte volte si proiettano sui figli, alimentando ulteriormente la conflittualità per il loro affidamento.⁷ Le accuse piovono da entrambi i coniugi, tuttavia non esistono verità certe, ma un punto di vista personale sui fatti e sugli eventi nella storia della coppia. Le separazioni e i divorzi, ormai un fenomeno emergen-

te, richiedono riti diversi; i procedimenti riguardanti la separazione e quelli riguardanti il divorzio si basano sulla diversità delle due situazioni: mentre la separazione è il momento che sancisce la sopravvenuta intollerabilità della convivenza, il divorzio rappresenta la fase nella quale ormai il mutamento dei rapporti tra i coniugi si è stabilizzato e si può quindi procedere all'interruzione definitiva.⁸ Tuttavia l'atto di separazione, sia consensuale che giudiziale, non sancisce di per sé la fine vera e propria di un rapporto di coppia, poiché bisogna prendere in considerazione sempre anche il distacco emotivo, non calcolabile nei tempi stabiliti dai riti giudiziari. A differenza di quella consensuale, la separazione giudiziale perpetra il conflitto, entrano in gioco avvocati e giudici, a cui la coppia delega le decisioni riguardo la gestione dei figli, della parte economica, della casa coniugale e così via, come se non fosse più in grado di poter decidere autonomamente e di comune accordo. Entra nella logica che uno possa essere vincitore e l'altro vinto.⁹ La separazione è un'azione che comporta un atto decisionale per lo più di una delle parti. Succede che colui che chiede la separazione abbia già elaborato il distacco e appare più autonomo mentre l'altro rimane emotivamente coinvolto e non riesce a superare il problema della divisione "definitiva". La separazione è un processo che attraversa delle tappe che necessitano dei compiti e che non possono essere superate se non viene conclusa in modo positivo quella precedente. Indicativamente si considerano almeno quattro fasi sul piano delle emozioni:

- 1- fase della negazione: quando il coniuge lasciato rifiuta la realtà dei fatti e desidera recuperare la relazione, coinvolge i figli come intercessione per il ritorno. L'odio è il sentimento prevalente che lega i due partner;
- 2- fase della resistenza: in cui uno prende consapevolezza della fine del rapporto. Ricatti, accuse inganni connotano il legame con il partner;
- 3- fase della depressione: quando si prende consapevolezza della separazione e aumenta il dolore, lo scoraggiamento e la delusione;

⁸ Legge n. 55 del 6 maggio 2015 "Disposizioni in materia di scioglimento o di cessazione degli effetti civili del matrimonio nonché di comunione tra i coniugi"

Legge n. 162 del 10 novembre 2014 conversione in legge, con modificazioni, del decreto-legge 12 settembre 2014 n. 132, recante "misure urgenti di degiurisdizionalizzazione ed altri interventi per la definizione dell'arretrato in materia di processo civili"

⁹ Masella M.G., (2003), ed. Feltrinelli "Dall'Altare al Tribunale"

⁵ Gregory Bateson, ed. Biblioteca Scientifica 24 Adelphi 1972 "Verso un'ecologia della mente"

⁶ Emery R. E (1998) "Il divorzio. Rinegoziare le relazioni familiari" - Franco Angeli, Milano

⁷ Emery R. E (1998) "Il divorzio. Rinegoziare le relazioni familiari" - Franco Angeli, Milano

- 4- fase dell'accettazione: in cui si elabora il lutto, si spengono i sentimenti dolorosi, si guarda verso il futuro e si elabora un progetto senza il partner.

All'interno di queste fasi si osservano dei passaggi processuali importanti, scanditi dal modello di Bohannon, il quale indica sei stadi che è necessario attraversare e superare per un cambiamento positivo:

- il divorzio emotivo: quando il distacco avviene perché si crede non valga la pena più di stare insieme;
- il divorzio legale: con rito pubblico che chiude la fine del rapporto matrimoniale;
- il divorzio economico: in cui si dividono i beni materiali;
- il divorzio genitoriale: dove avviene la rottura della relazione coniugale, ma non del ruolo genitoriale che durerà tutta la vita, e si negoziano i ruoli e i compiti;
- il divorzio dalla comunità: in cui mutano le relazioni sociali e si vive la solitudine;
- la separazione psichica: in cui si accetta il nuovo stato sociale, la lontananza dell'ex partner giungendo ad un accordo condiviso.

Quando l'elaborazione della separazione non è completa permangono sentimenti di collera e sensi di colpa e non si smette di sperare in una conciliazione: questa situazione è altamente a rischio e può degenerare in vendette, querele, denunce (mobbing familiare), dove i figli possono essere esclusi dalla frequentazione dell'altro genitore con la conseguenza di una possibile "dinamica psicologica disfunzionale".¹⁰ Non è possibile ritenere che le conseguenze per i figli delle coppie separate conducano necessariamente ad essere soggetti a rischio. Alcuni studi rilevano che dopo una fase critica i bambini riescono a trovare un equilibrio; anche loro devono attraversare delle fasi, seppur in quantità ridotta, in particolare durante il primo anno di separazione dei genitori, dove devono modificare tutta la loro vita. Per aiutarli i genitori devono impegnarsi a mantenere una responsabilità condivisa e rassicurarli sul piano affettivo, sociale ed economico. I figli possono esprimersi e manifestare comportamenti in modo diverso di fronte alla scelta fatta dai genitori; certamente non va trascurata l'influenza soggettiva in relazione all'età, al genere, alle tappe dello sviluppo psicologico e di personalità, ma si crede comunque vi siano delle risorse anche nei bambini, come negli adulti, nel fronteg-

giare gli eventi stressanti.¹¹ Alcuni risultati di ricerche¹² sui comportamenti dei figli nelle coppie separate hanno rilevato alcuni possibili vissuti e reazioni in relazione alle fasce d'età. Per un bambino piccolo (tra 0 e 3 anni), vedere i genitori separati porta a pensare ad essi come possibile causa della separazione, si sente in colpa e cerca di non bastare per tenerli uniti; inoltre il vedere uno dei genitori andar via viene recepito come abbandono verso di lui. Si riscontrano nei bambini molto piccoli frequenti regressioni comportamentali: ricerca continua di protezione e di affetto, problemi di sonno, disturbi alimentari, succhiarsi il dito, difficoltà del controllo sfinterico, già a suo tempo acquisito. Nei bambini un po' più grandi, tra i 3 e i 6 anni, le reazioni sono per lo più reattive con punte di aggressività, manifestano rabbia a volte generalizzata, mordono compagni, distruggono oggetti, maltrattano animali. Tuttavia hanno paura di farsi male e si sentono cattivi, creano un'immagine negativa di sé, e si ritengono responsabili della separazione dei genitori. I bambini tra i 7 e 10 anni hanno maggiore consapevolezza della separazione genitoriale e manifestano sentimenti di tristezza e di dolore; esprimono la rabbia in modo diretto e organizzato verso un oggetto, che può essere nello specifico o il padre o la madre. Inoltre presentano sintomi psicosomatici vari, talvolta debilitanti. I figli adolescenti hanno ancor più consapevolezza e comprensione della separazione dei genitori, anche perché riescono ad averne una distanza psicologica. A volte maturano sul piano psicologico ed emotivo, altre volte possono avere un blocco della autostima. Le reazioni, tuttavia, possono essere di varia natura, come l'alternanza di fasi depressive e fasi di aggressività, fughe da casa oltre alla presenza di sintomi ipocondriaci e di comportamenti antisociali, di abbandono scolastico. Tuttavia il disagio psicologico per un bambino perdura quando le relazioni della coppia genitoriale sono molto conflittuali e disturbanti, al di là del fatto che i genitori siano separati o meno: un genitore dovrà essere sempre presente a prescindere dall'eventuale separazione. Un figlio deve contare su punti di riferimento solidi, avere prevedibilità degli avvenimenti per il controllo delle situazioni e anche affidabilità di riferimenti emotivi stabili, per mantenere rapporti soddisfacenti e ricchi con le figure più significative.

¹⁰ Cigoli V. - Galimberti C. - Mombelli M. (1988) "Il legame disperante" - Raffello Cortina, Milano

¹¹ Canevelli - Lucardi, La mediazione familiare. Dalla rottura del legame al riconoscimento dell'altro, Ed. Bollati Boringhieri collana Nuova didattica, 2000

¹² Wallerstein - Kelly, Surviving the Break-up - How Children and Parents Cope with Divorce, Ed. Grant McIntyre, London 1980