

IL DOSSIER DI
**famiglia
domani**



LA RELAZIONE D'AIUTO PER LA COPPIA
parte 1

CP
M

supplemento al n. 1/2006
di Famiglia domani

Sommario

Prima parte

<i>Per porre la questione</i>	<i>pag. 3</i>
1. <i>Gli darò un aiuto simile a lui, ovvero di quale aiuto stiamo parlando</i>	<i>“ 4</i>
2. <i>Aiuto, affogo!, ovvero chi chiede aiuto</i>	<i>“ 6</i>
3. <i>Io ti salverò, ovvero chi aiuta</i>	<i>“ 10</i>
<i>Per saperne di più</i>	<i>“ 16</i>

Seconda parte (sul Dossier del prossimo numero)

4. *Tra moglie e marito, ovvero l'azione di aiuto*
5. *Pronto, consultorio?, ovvero il luogo dell'aiuto strutturato*

prossimo numero:

LA RELAZIONE D'AIUTO PER LA COPPIA parte 2

Dossier n.1 - Supplemento al n. 1/2006 di “Famiglia Domani”

Il presente Dossier è stato curato da Mariella Piccione, consulente familiare, Torino

Impaginazione a cura di Claudio Varetto – www.negrinievetto.com

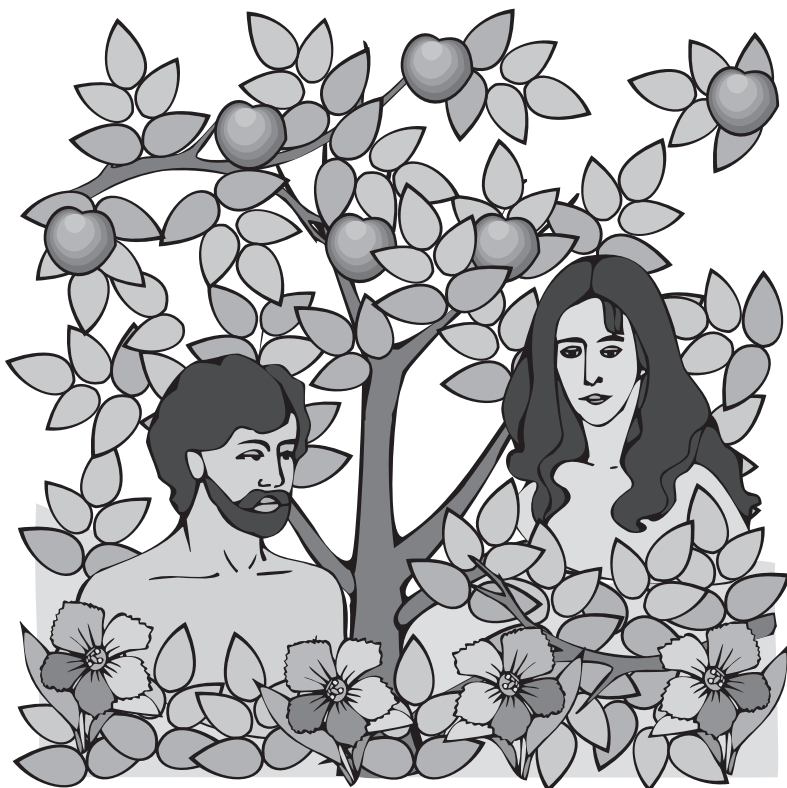
Per porre la questione

Quando Dio creò la prima coppia aveva ben chiaro un disegno: fornire un aiuto alla pari alla sua amata creatura. E certo chi si sposa o, per dirla laicamente, cerca un compagno, cerca anche (o solo) un aiuto. Ma indubbiamente va incontro ad una congerie di problemi, spesso inaspettati, che possono fargli rimpiangere la solitudine e sempre più di frequente condurlo alla fine del rapporto. Salvo poi ricadere in una nuova relazione altrettanto, o ancor più, problematica.

In realtà nella mentalità comune non si fa fatica a riconoscere che chi crea una famiglia va incontro a molti problemi e perciò ha bisogno di molti aiuti. Si pensa, però, che ad aver bisogno di aiuto sia la famiglia, e non la coppia.

Si fa un gran parlare (più parole che fatti) di “aiuto alla famiglia” e di solito si pensa ad un aiuto economico. Dalla “offerta famiglia”, al “formato famiglia”, agli “assegni familiari”, passando per il benevolo “sconto famiglia”, si sprecano le espressioni del linguaggio corrente che alludono a varie forme di provvidenza, vera o apparente, nei confronti della famiglia. Oppure si pensa ad un aiuto pratico: per esempio alla *colf*, nota sigla che sta per “collaboratrice familiare”, oppure alle strutture della cosiddetta area materno-infantile (consultori pediatrici, nidi, servizi vari di *baby-sitting*). Di solito, chi si rivolge a strutture assistenziali chiede, con un drammatico e perentorio rinforzo se specifica che ‘tiene famiglia’, casa e lavoro. In alcuni casi, anche cibo, indumenti, oggetti vari. E non c’è dubbio che si tratti di un aiuto quanto mai utile, quando non indispensabile.

Ma qui parleremo di un aiuto diverso...non meno importante, anzi spesso ancora più importante per evitare la disgregazione della stessa famiglia. Dedicheremo a questa riflessione i primi due dossier del 2006. Buona lettura!



1. Gli darò un aiuto simile a lui...

...ovvero di quale aiuto stiamo parlando

Qui parleremo di aiuto per la relazione. Se è vero che le difficoltà economiche e pratiche possono essere devastanti e condurre coppia e famiglia allo sfascio, è altrettanto vero che esiste un altro tipo di povertà che tocca indifferentemente tutte le fasce sociali e che riguarda le difficoltà di rapporto all'interno della coppia e tra i membri del nucleo familiare. Per esempio, la vasta area della comunicazione, per cui uno dice (o non dice) una certa cosa, e l'altro capisce tutto il contrario. Oppure la gestione del conflitto: dato per scontato che è impossibile essere sempre d'accordo su tutto, come affrontare le divergenze in modo costruttivo anziché distruttivo, come spesso avviene quando si litiga? Poi ci sono tutti i problemi connessi con il rapporto genitori-figli: dalla scelta di una genitorialità responsabile, ai problemi legati ad una maternità non voluta, senza trascurare la sofferenza delle coppie sterili; i problemi educativi, così diversi nelle diverse età della crescita; i problemi di gestione dei genitori anziani, o di familiari disabili. Del resto gli assetamenti legati al ciclo vitale (nascita, crescita, adolescenza, lavoro, matrimonio, genitorialità, matrimonio dei figli, pensionamento, vecchiaia e morte) si svolgono normalmente all'interno della famiglia ed in essa trovano quegli ammortizzatori naturali che permettono di affrontarli, per l'appunto, in modo vitale.

Tutte queste situazioni comportano, certo, aspetti pratici, ma hanno anche un'altissima valenza di crescita umana che si realizza attraverso la relazione. Crescita, cioè ricchezza. La quale tuttavia, come ogni cosa che ha valore, non può essere esente da costi, fatiche, sofferenze. Ecco perché è importante l'aiuto per la relazione.





E parleremo di aiuto alla coppia. La famiglia non può non esserci, sullo sfondo, ben presente e viva. Ma qui si vuole porre l'attenzione sulla coppia, che della famiglia è il cuore pulsante. La coppia è grandissima e fragile, ricchissima e poverissima. L'attrazione di metà del cielo verso l'altra metà è il motore della vita, eppure la coppia riceve poche attenzioni e nessuna cura.

La società civile non le riconosce altro che un rilievo anagrafico-fiscale. La patria potestà è, sì, attribuita ad entrambi i genitori, ma in quanto tali, non in quanto coppia. In ambito ecclesiale va certo meglio per quel che riguarda il riconoscimento della dignità della coppia legata dal sacramento del matrimonio, ma l'attenzione ad essa è oggi prevalentemente limitata a due momenti: la sua formazione, ed ecco gli incontri di preparazione al matrimonio, e la sua eventuale dissoluzione, e qui prevale spesso la difesa del principio, il richiamo alla regola infranta: anche in questo caso, come in molti altri, ci si accorge del valore di un bene quando questo viene meno.

La riflessione qui proposta vuole richiamare l'importanza fondamentale della cura della coppia, finora tragicamente trascurata, salvo qualche lodevole esempio. Il che presuppone dei 'pazienti' sensibili alla prevenzione e disposti a lasciarsi curare, nonché dei 'curatori' che si prendano a cuore e sappiano gestire prevenzione e cura. E può accadere che i due ruoli si debbano invertire, perché il medico deve saper curare anzitutto se stesso.

Non vogliamo però parlare di aiuto *tout court*, bensì di relazione di aiuto. E' una sottolineatura importante. Vuol dire che non viene tanto oggettivato l'aiuto, come accade quando si eroga un sussidio tangibile, quanto piuttosto attivata una connessione. Tra colui che dà l'aiuto e chi lo riceve si innesca, appunto, una relazione, destinata ad attivare le risorse di entrambi per la ricerca di una soluzione creativa personalizzata di quel determinato problema.

Proviamo dunque ad addentrarci nel tema della **relazione di aiuto alla relazione di coppia.**

2. Aiuto, affogo!

...ovvero chi chiede aiuto

Aver bisogno di aiuto è assolutamente normale e quasi tutti sono d'accordo nel riconoscerlo. Anche i maniaci del fai-da-te sanno chiedere un parere o una mano al più esperto, amico o professionista che sia. Scomparsa la razza degli irriducibili che passavano a miglior vita vantandosi di non essere mai andati dal medico. Ormai inesistenti i pur rari esemplari che disdegnavano mutua e pensione, considerati ripieghi da pezzenti, mentre loro potevano provvedere da sé. Tempi duri anche per il macho 'che non deve chiedere mai', surclassato dalla par condicio.

Tuttavia chiedere aiuto per la relazione, e in particolare per la relazione di coppia, non fa ancora parte della normalità, all'interno della nostra cultura, e questo vale soprattutto per l'uomo.

Un'eccezione è costituita dalla consulenza legale: quando si ritiene che il rapporto sia definitivamente compromesso (e magari invece non è così), scatta la molla del ricorso all'avvocato, che non solo si presume conosca nozioni che i comuni mortali ignorano, ma che, essendo pagato, si schiererà dalla parte del proprio cliente contro l'altro coniuge. Una bella soddisfazione che conduce irrimediabilmente allo sfascio situazioni di coppia già compromesse.

I motivi di questa resistenza sono molteplici. Anzitutto il pudore che spinge a tacere i fatti troppo personali, perché i panni sporchi si lavano in famiglia e perché della discrezione altrui ci si può fidare poco (vero, purtroppo). Oppure la convinzione che nessun altro viva situazioni simili. All'opposto, ma con l'aggravante della negazione (meccanismo psicologico difensivo che nasconde alla coscienza le realtà che causano sofferenza emotiva), i miti familiari: la nostra è una coppia/famiglia perfetta, andiamo così d'accordo, facciamo sempre tutto insieme, dicono persone imprigionate in un rapporto altamente patologico. L'obbligo talora inconsapevole di negare la sofferenza di coppia risponde al bisogno di offrire una immagine della propria famiglia socialmente degna di approvazione, bisogno avvertito come particolarmente vivo negli ambienti perbenisti dei piccoli centri e in certi contesti che privilegiano una religiosità esteriore. Anche la percezione della crisi come evento irrimediabile è un freno potente rispetto alla richiesta di aiuto.

Infine, e questo vale soprattutto al maschile, gioca la (di per sé sana) refrattarietà ai consigli ("*So sbagliare da me*") potentemente sorretta dalla negazione della gravità del problema ("*Sono tutte storie, non c'è problema*").





Tutte queste resistenze possono essere smontate, per un sacco di buoni motivi.

Tanto per cominciare, non è affatto detto che debba cercare aiuto solo chi ha un problema, e per giunta grave. Nessuno nasce “imparato”, nemmeno nella vita di coppia. Ognuno porta dentro di sé un modello legato alle proprie esperienze precedenti, in particolare a quelle della propria famiglia di origine, e modificato dalle proprie idealizzazioni: si vuol fare qualcosa di meglio, di molto meglio. I due modelli devono essere integrati per dar vita ad un modello di coppia condiviso, basato sulla contrattazione, costruito sull’esperienza che quella coppia si troverà a vivere e dunque mai definito una volta per tutte, perché la vita scorre.

La quotidianità è ricca di sorprese legate non solo all’imprevedibilità degli eventi (un nuovo lavoro, un trasferimento, un trasloco, tanto per rimanere sul positivo), ma anche alle variabili in sé prevedibili, ma sempre destabilizzanti, del ciclo vitale: la nascita del primo figlio, la crescita dei figli, la morte dei genitori-nonni, il pensionamento, ecc. Questi fatti, certo non patologici, comportano tutta una serie di adattamenti che impegnano non solo a livello personale e familiare, ma soprattutto a livello di coppia, se diamo per scontato che la coppia sia il sodalizio atto in via privilegiata ad affrontare le difficoltà della vita. Ecco l’importanza di poter usufruire come coppia di un sostegno rassicurante in circostanze che potremmo definire ‘normali’.

In particolare l’inizio della vita di coppia è “a rischio”: lo dice l’esperienza di troppe coppie che dissolvono precocemente il loro rapporto, e anche l’esperienza di molte altre coppie che sono passate gloriosamente ma faticosamente attraverso le forche caudine delle spigolosità da smussare, dei patti da stabilire, delle delusioni da superare nei primi tempi della vita a due. Il motivo è semplice: l’aspettativa di una vita coniugale inizialmente facile e felice è sostenuta da un immaginario convenzionalmente roseo (la cosiddetta ‘luna di miele’), alimentato dall’innamoramento spesso presente (e meno male!) in questa fase. Si tratta di componenti entrambe ingannevoli e molto ci sarebbe da dire su questo argomento.

Una situazione altrettanto illusoria, complici le immagini pubblicitarie, è quella del beato appagamento che dovrebbe gratificare i genitori alla nascita del figlio. Non poche crisi coniugali divenute irreparabili sono iniziate proprio con l’arrivo di un figlio, magari desideratissimo, che ha scatenato nella coppia dinamiche inaspettate, benché ‘normali’.

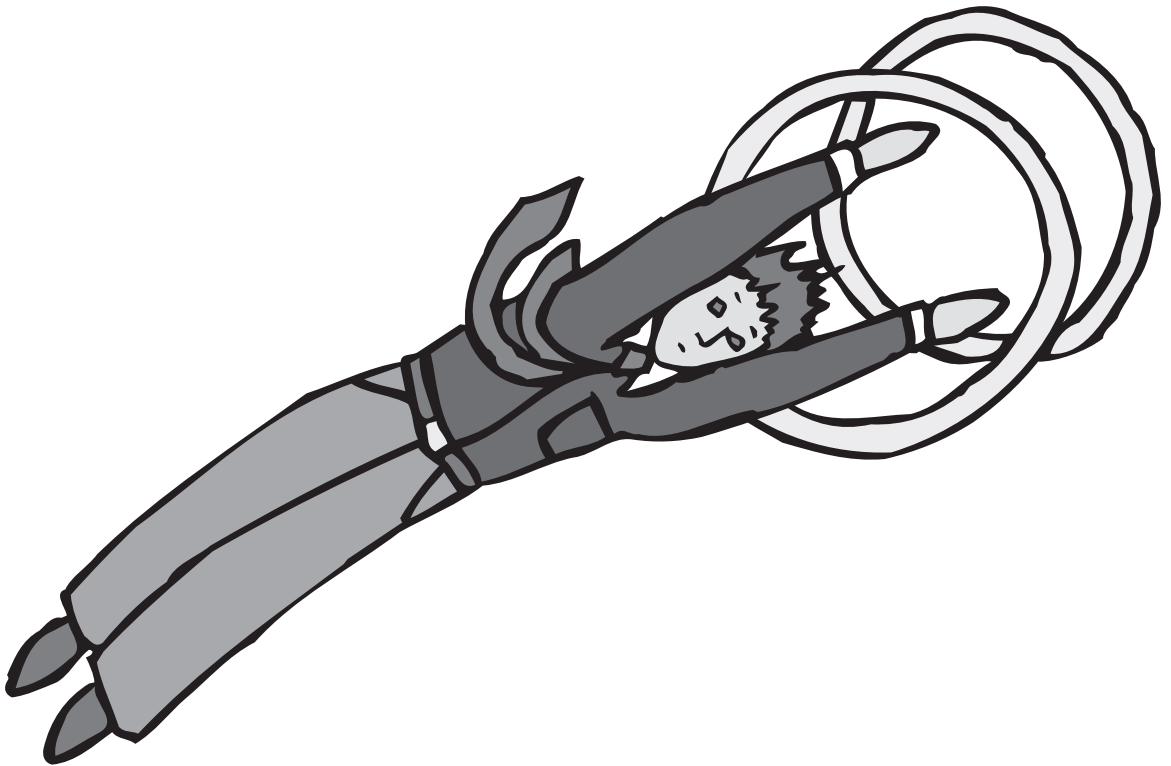
Dunque la coppia, e in particolare la coppia giovane, ha bisogno di aiuto **per imparare a essere coppia nella quotidianità. Qui il sostegno ideale è costituito dai gruppi strutturati** (ma anche i gruppi semplicemente amicali sono utili) di coniugi che decidono di ritrovarsi periodicamente per confrontarsi sui problemi della loro vita coniugale.

Chi partecipa a questi gruppi, magari inizialmente con reticenza, ottiene quanto meno il risultato di constatare che il problema che sembrava solo proprio è in realtà assai comune, se non generalizzato. Questa constatazione suscita spesso una liberatoria e contagiosa ilarità, e ben sappiamo come il fatto di sdrammatizzare sia il primo passo verso la soluzione, quando non la soluzione stessa.

Nel gruppo si impara anche che nessuna coppia è perfetta: anzi, proprio quei due che ammiravamo tanto hanno le loro belle difficoltà. E quindi non è il caso di affaticarsi a difendere una propria presunta perfezione a cui nessuno crederebbe. Si capisce anche che la vita di coppia è fatta di alti e bassi, che non bisogna mai presumere di sé e che la crisi è sempre in agguato. Crisi, però, che se viene affrontata precocemente e non da soli può trasformarsi in opportunità di crescita.

Non da soli, dunque. Tuttavia **ci sono situazioni critiche o delicate in cui è meglio che la coppia chieda un aiuto personalizzato ad un professionista.** Quando è il caso di ricorrere a questo tipo di aiuto? Una regola non c'è, naturalmente. Sarebbe comunque un errore aspettare che la crisi diventi grave: potrebbe essere troppo tardi. Un buon criterio potrebbe essere quello di un disagio che non trova sufficiente sollievo nel confronto all'interno della coppia, né con altre coppie. Oppure, un momento di *impasse*, per cui i due non riescono a comunicare in modo adeguato. O, ancora, la percezione della necessità di un ascolto imparziale, o di uno spazio di dialogo di coppia con la mediazione di un terzo neutrale. *Una cosa va detta a chiare lettere: un professionista serio non dà consigli, ma rispetta e valorizza l'autonomia della coppia, aiutandola a cercare e a trovare da sé la soluzione che essa ritiene più adatta.*





Naturalmente è possibile che si desideri chiedere aiuto ad un amico, oppure ad un parente (e il fatto che sia un familiare proprio o dell'altro sollecita delicati e precari equilibri). Anche questa può essere una buona decisione, se non altro perché raccontare la propria difficoltà ad altri anziché limitarsi a rimuginarla dentro di sé significa prendere le distanze dal problema, allontanarlo da sé, ristrutturarlo nell'atto stesso in cui cerco le parole per farlo comprendere all'altro, quindi vederlo con occhi diversi prima ancora di aver sentito il parere dell'amico. E' un'esperienza che lascia piacevolmente sorprese non poche persone.

Che dire dell'**atteggiamento di chi chiede un aiuto individualizzato per la coppia?** Bisogna purtroppo riconoscere che l'aiuto viene spesso chiesto da uno solo dei due, più frequentemente la donna, e che dietro alla richiesta c'è il tentativo di crearsi un alleato se non, addirittura, un manipolatore che cambi la testa al proprio coniuge. Anche se la manovra per stabilire alleanze è comprensibile in relazione al senso di impotenza e di sopraffazione, vera o presunta, vissute dal coniuge in crisi, è evidente che il tentativo se va in porto non è efficace, anzi è distruttivo per la coppia, perché mira a spostare l'equilibrio tra i due in modo artificioso. C'è poi chi cerca il giudice, l'arbitro, il punitore (del coniuge, naturalmente)... Tutto questo non giova alla coppia.

L'atteggiamento utile è quello della disponibilità da parte di entrambi a mettersi in discussione, a rivedere le proprie posizioni e ad introdurre un cambiamento nella relazione di coppia. Ma bisogna ricordare che anche il cambiamento di uno solo dei due produce, in positivo o in negativo, una modificazione nella coppia. Quindi il fatto che un solo coniuge affronti un percorso per la coppia è sicuramente meno efficace, ma non inutile.

3. Io ti salverò!

...ovvero chi aiuta

Tra coloro che sono coinvolti in una relazione di aiuto alla coppia, cioè chiamati a dare aiuto in una situazione di difficoltà coniugale, **possiamo distinguere due diverse situazioni: l'aiuto strutturato e l'aiuto amicale.** Sono entrambi utili e importanti, ma è bene riflettere sulle differenze per evitare dannose confusioni.

Cominciamo dall'**aiuto strutturato.**

Abbiamo già parlato nel paragrafo precedente dei **gruppi di coniugi.** Tra questi possiamo distinguere quelli *laici* da quelli *religiosi.*

Quelli **laici** sono in genere promossi da Studi di Psicologi, ma anche da Centri per la famiglia di iniziativa cristiana, e focalizzano la riflessione comune sulle dinamiche psicologiche di coppia e di famiglia. Di solito sono guidati da uno o due conduttori, in genere psicologi o consulenti familiari, ma possono anche configurarsi come gruppi di auto-aiuto, con la presenza di un facilitatore (meglio: una coppia di facilitatori) che man mano che il gruppo matura e impara ad autogestirsi può scomparire. Naturalmente non è ininfluente il fatto che chi conduce il gruppo (ma anche chi vi partecipa, soprattutto nel caso dell'auto-aiuto) parta dalla convinzione che il matrimonio è per sempre, oppure ritenga che si tratti di un patto che dura finché dura. Il taglio dato alla conduzione ne risentirà necessariamente. Per questo è bene che chi sceglie questo tipo di sostegno ne verifichi le premesse ideologiche.



Quelli **religiosi** sono numerosissimi. Per citarne solo alcuni, possiamo ricordare i Gruppi Famiglia, le Equipe Notre Dame, Famiglie Nuove, Incontro Matrimoniale, i gruppi di giovani sposi che spontaneamente decidono di proseguire il percorso iniziato in preparazione al sacramento del matrimonio, molti altri che si strutturano all'ombra di Movimenti o di Organizzazioni religiose le più varie. In linea di massima si può dire che perseguono la crescita umana e insieme spirituale della coppia in chiave dichiaratamente cristiana cattolica. La validità di questi gruppi sta nel proporre un percorso di fede che coinvolga la coppia e non soltanto il singolo. Altro vantaggio, il fatto di creare una rete di fraternità e di condivisione che sostiene, o dovrebbe sostenere, la coppia dal punto di vista sia umano che cristiano.

Qualche sottolineatura con la matita rossa rispetto a questi gruppi: la formazione delle coppie guida, spesso carente; la chiusura, indice di scarsa o nulla capacità di accoglienza; la spiritualità disincarnata, che propone percorsi che non incidono nella vita reale ("Ho buttato via pacchi e pacchi di appunti sui vari libri della Bibbia", diceva una separata con una lunga esperienza in questi gruppi. "Abbiamo parlato giornate intere dei profeti, ma mai della sessualità nella coppia").



Ci sono poi i **professionisti**, ciascuno con la sua specificità.

Lo **psicologo**, che spesso è anche **psicoterapeuta**, si occupa dei meccanismi della mente, quindi anche della sfera emotiva e di quella relazionale, che tanto peso ha nella genesi dei meccanismi psichici ed emotivi (e viceversa). Non è indispensabile ricorrere a questo professionista in caso di difficoltà di coppia, ma certo occorre stroncare la sfida velenosa che talvolta i coniugi si lanciano: *“Vacci tu dallo psicologo, sei tu che sei matta!”*. A parte il fatto che lo psicologo non cura necessariamente “i matti”, nessuno dice che un problema di coppia, un momento di difficoltà nella relazione, sia un problema di disagio mentale. Tuttavia in qualche caso può essere utile proprio il ricorso ad uno psicologo: per esempio, quando vi siano delle dipendenze (da alcol o da altre sostanze), oppure delle nevrosi ossessive come le fobie o le idee persecutorie, o una depressione, altamente disturbanti nella vita di relazione. Inoltre occorre distinguere la psicoterapia dalla consulenza psicologica. La prima, come dice il termine, cura un disagio o una malattia psichica. La seconda fornisce un orientamento per risolvere un problema di tipo psicologico. Ci sono diverse scuole o indirizzi: lo psicologo che ha, per esempio, un approccio secondo il modello sistemico sarà propenso a orientare il proprio lavoro sulla relazione. Altri approcci sono di taglio più intrapsichico, cioè più orientati a quanto avviene nella mente del singolo. Un professionista serio sa quando deve limitarsi alla consulenza (vedi sotto quanto è detto riguardo al consulente familiare), oppure proporre una psicoterapia.

Il **consulente familiare** focalizza il suo intervento sulla relazione significativa che gli viene sottoposta come fonte di sofferenza, di disagio o anche solo di perplessità. Attenzione: non dà consigli, contrariamente a quanto il nome potrebbe suggerire! Per questo ci sono gli amici, i parenti, i colleghi, le riviste, la televisione e chi più ne ha più ne metta. Chi dà un consiglio in certo modo si sostituisce alla persona interessata, prende una decisione al posto suo, senza peraltro pagare il conto delle conseguenze. Il consiglio può anche essere utile, ma richiede disinteresse e saggezza da parte di chi lo dà, nonché autonomia e capacità di discernimento da parte di chi lo riceve. Tutta merce rara e soprattutto non misurabile. Il consulente familiare aiuta la persona o la coppia a valutare la situazione, introducendo nuovi punti di vista e offrendo nuove chiavi di lettura. Respinge con garbo e fermezza le trappole di chi lo vorrebbe come alleato, giudice, castigamatti, strizzacervelli, ecc. Restituisce alla persona e alla coppia la sua autonomia decisionale e cerca insieme al richiedente gli opportuni cambiamenti da introdurre nella relazione per giungere ad una soluzione praticabile e vantaggiosa. Se lo ritiene opportuno, invia ad altre figure professionali.



Il **terapeuta della coppia** è uno psicologo o un consulente familiare; di regola lavora in coppia. La terapia di coppia è utile in presenza di una patologia relazionale: una situazione di stallo, di immobilità, di impossibilità a comunicare, che si protrae da qualche tempo (ma è bene non aspettare troppo!) causando un'acuta sofferenza. E' un percorso più lungo della consulenza.

Quando è opportuno ricorrere al **sessuologo**, che può essere un medico oppure uno psicologo? In genere vi si arriva tramite l'invio di un altro professionista. La sfera sessuale non ha una vita propria a sé stante, ma è strettamente connessa alla sfera emotiva. Di solito il consulente o lo psicologo sono in grado di evidenziare i nodi che rendono disfunzionale questo ambito, ma talvolta il problema è strettamente medico, oppure legato ad una patologia psichica, come nel caso delle perversioni. Il sessuologo in queste situazioni è lo specialista giusto. Trattandosi di una figura non così comune, spesso viene sostituito dal **ginecologo**, a cui la donna sottopone anche i problemi di natura sessuale.

Il **mediatore familiare** è una figura professionale abbastanza nuova in Italia. Si pone come terzo neutrale (nonostante l'uso del singolare, i mediatori in genere lavorano in coppia per garantire il massimo della neutralità) tra due persone legate da una relazione significativa, solitamente coniugi, in conflitto o in difficoltà di comunicazione. Il mediatore non fa l'arbitro, e in un certo senso nemmeno il paciere, anche se il suo intervento abbassa il livello di conflittualità. Aiuta i due a raggiungere un accordo condiviso da entrambi, che quindi non veda né vincitori né vinti, né vittime né carnefici.

E' altamente utile per concludere un soddisfacente accordo di separazione, soprattutto nell'interesse dei figli. Dovrebbe diventare una valida alternativa al legale che, fatte le debite eccezioni, in genere cavalca il conflitto, amplificandolo per ottenere vantaggi a favore del proprio cliente.

Si va incrementando il ricorso al mediatore per riuscire a stabilire nella coppia "sana" una comunicazione su questioni delicate e particolarmente spinose.

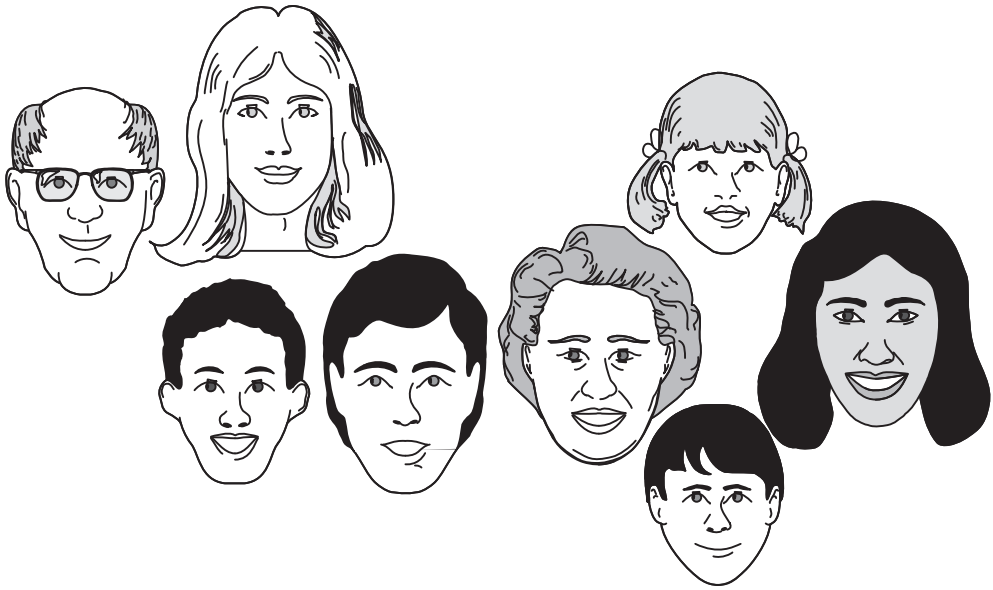


Accanto ai professionisti possiamo mettere **i volontari appositamente formati**. Gestiscono i Centri o Punti di ascolto, offrono un primo ascolto o anche una serie di colloqui. Se la formazione è seria, se sono persone umanamente ricche (ci dovrebbe essere un filtro di supervisione che garantisca queste caratteristiche) il loro aiuto è prezioso come e più di quello dei professionisti: sono più alla portata, la gente li sente più alla pari, si apre con maggior facilità.

Possiamo poi citare altre figure che, pur fornendo un aiuto tecnico, tuttavia incidono sull'aspetto relazionale: **il legale, l'assistente sociale, l'istruttrice dei metodi naturali**.

Per concludere la carrellata dei professionisti bisogna aggiungere il prete? In linea di massima sì, almeno come anello di congiunzione tra l'aiuto strutturato e quello informale. Il prete non ha una preparazione specifica per l'aiuto alla coppia, fatte salve le debite (e rare) eccezioni, però è molto spesso la prima persona a cui le coppie in crisi sposate in chiesa si rivolgono. Non raramente rimane anche l'unica. Si presume che abbia una formazione all'ascolto, che sappia accogliere e guidare al discernimento. Che abbia il senso del proprio limite e sappia inviare la coppia a chi ha una formazione e un'esperienza che a lui manca (quella coniugale, per cominciare). Che sia fratello e padre, confidente discreto e non giudicante. Sì, il prete non è un amico qualunque.





E veniamo all' **aiuto informale**: quello degli amici e dei parenti.

Gli amici sono preziosissimi, ma anche pericolosi. Se è vero che l'amico si riconosce nel momento della difficoltà, questa è una di quelle occasioni. L'amico offre un aiuto alla pari, è uno come me che forse ha affrontato gli stessi problemi. Il suo consiglio è quello dell'esperienza, del passaparola, che come si sa è il più credibile, anche se magari è un po' fuori dei canoni. Ma tiene davvero per la coppia? Oppure mia moglie gli sta un po' troppo simpatica, e quindi mi propone di lasciarla? Oppure gli sta antipatica, e quindi come sopra? Oppure mi sprona a rendere pan per focaccia, che è ciò che non riesce a fare lui, ma vorrebbe? C'è una morale che va per la maggiore (esempio: *"Ti tradisce? E tu fatti una storia! Ti tradisce ancora? Lascialo!"*) che va ad impattare con comprensibili reazioni di rabbiosa indignazione e crea effetti deflagranti in momenti di particolare fragilità emotiva. Vedremo più sotto quale può essere l'atteggiamento dell'amico davvero tale.

Chi ha una difficoltà di coppia in taluni contesti chiede aiuto ai **parenti**. Ci sono realtà in cui è normale riunire il consiglio di famiglia allargata, con tanto di fratelli e cognati, quando la coppia è in difficoltà. Di solito, però, la richiesta di aiuto è più riservata. Chi chiede (e chi si sente richiedere) questo tipo di aiuto deve sapere che vengono toccate corde estremamente delicate. Il richiedente cerca sempre un alleato, talvolta un testimone. Se appartiene alla mia famiglia si presume che mi voglia dalla sua, ma non è detto che io debba per forza approvare le sue scelte. Oppure può scattare la molla del dargli ragione ad ogni costo. *"Avrà anche torto, diceva una madre, ma è sempre mio figlio e io sarò sempre dalla sua parte"*. Se invece sono la suocera o la cognata ad essere contattate la situazione è ancora più delicata. *"Avrà davvero torto?"*, ci si chiede. *"Certo che anche lei..."* Spesso queste dinamiche sono inconsapevoli: è facile amplificare i torti di chi amiamo di meno e le ragioni di chi amiamo di più. Accettare il genero o la nuora talora non è facile; quando si sente accusare il proprio figlio possono scattare reazioni di difesa che hanno le radici in questa incompleta accettazione. Tuttavia non è corretto, davanti a una richiesta di aiuto, lavarsene le mani perché *"tra moglie e marito ecc."*. Specialmente se c'è una situazione di ingiustizia, o di violenza, o di dipendenza da sostanze non bisogna lasciare solo chi chiede aiuto.

Mariella Piccione
(1. segue)

Per saperne di più

GIOVANNA BARTHOLINI
La terapia centrata sul rapporto
EDB, Bologna 1995

Id.
Il consulente di coppia
EDB, Bologna 1996

G.P.DI NICOLA – A.DANESE
Amici a vita. La coppia tra scienze umane e spiritualità coniugale
Città Nuova, Roma 1997

Id.
Lei & Lui. Comunicazione e reciprocità
Effatà Editrice, Cantalupa (To) 2002

E.DREWERMANN
Psicanalisi e teologia morale, Queriniana, Brescia 1992

JACQUES GAUTHIER
La crisi dei 40 anni
Elledici, Leumann (To) 2001

GIANCARLO GRANDIS – LUCA TOSONI
Coniugi in crisi, Matrimoni in difficoltà
Effatà Editrice, Cantalupa (Torino) 2003

B. HARING
Pastorale dei divorziati. Una strada senza uscita?
EDB, Bologna 1990

R.D.LAING
L'io e gli altri. Psicopatologia dei processi interattivi
Sansoni Saggi, Firenze 1973

PRH INTERNAZIONALE
Perché la vita riprenda i suoi diritti
Traduzione a cura di PRH Italia, Via Drovetti 18 bis, 10138 Torino
ed. Fondazione André Rochais del Canada, 2002

