

CONSULENZA AI GENITORI SEPARATI: GES GENITORI SEMPRE. LA CORRESPONSABILITÀ GENITORIALE

di Patrizia Margiotta *

Estratto dal libro Coppia: sfide e risorse del vivere insieme a cura di Rita Roberto edizioni
AICCeF 2018

Anche se il lavoro di oggi è parlare di come aiutare una coppia in difficoltà, o già separata, a trovare la propria identità genitoriale, vorrei iniziare questa mia relazione parlando proprio dell'amore di coppia. Io penso che nessuno si sposi per poi divorziare perché credo che innamorarsi sia una delle sensazioni più belle che le persone possano provare, perché l'innamoramento, soprattutto nella fase iniziale, caratterizzata dall'attrazione fisica e dal corteggiamento, investe totalmente la persona coinvolta che almeno per un po' di tempo non ha bisogno di nient'altro se non dell'amore stesso alimentato di aspettative, di speranza, di fantasie. Innamorarsi risponde al bisogno di amare, di donare, di essere amati e ricevere. Nell'amore c'è il bisogno e il desiderio di essere "riconosciuti". Chi ha desiderio di amare, di donare, ha un bisogno di relazione che ha l'implicito desiderio di essere visti, curati, accettati, così come voler essere amati risponde alla conferma del nostro esistere come persone amabili, degne di amore, e quindi del nostro essere ok! Ma l'amore, come dice il sociologo **Zygmunt Bauman**, non è un oggetto preconfezionato e pronto per l'uso: amare è un impegno, è un investimento che ha bisogno delle nostre cure, della nostra energia, del nostro essere adulti. Ma anche questo non sempre è sufficiente perché esso dura tutta la vita; questo cammino di cura e di dedizione è faticoso, è un impegno dal quale molti innamorati si sottraggono perché hanno la paura e il timore di perdere o rinunciare a troppe cose, come la libertà, o la possibilità di vivere altre storie, o ancora temono di non "essere all'altezza" di sostenere, o alimentare, un legame che richiede fedeltà, presenza e supporto. Soprattutto in questa società in continua trasformazione, che richiede alle persone un veloce adeguamento, si tende a non tollerare più la routine, incapaci di assaporare la gioia delle cose durevoli, frutto di un lavoro faticoso e scrupoloso, perché abituati sin dall'infanzia a rincorrere successi e conquiste veloci. I legami richiedono tempo, impegno, pazienza, confronto, ma oggi, "le connessioni" hanno sostituito questi. Connettersi e sconnettersi è un gioco da bambini ma ciò che si guadagna in quantità si perde in qualità. Ciò che si guadagna in facilità (scambiato per libertà), si perde in sicurezza. Anche la sofferenza è spesso legata all'idea dell'amore e alcune storie di oggi, tristemente note, ci danno la conferma di questo perché c'è una distorta idea dell'amore e del soffrire per amore che quasi legittima le azioni più imprevedibili. Infatti, troppe volte siamo abituati a misurare la grandezza del nostro investimento amoroso in modo direttamente proporzionale alla quantità di sofferenza che ci procura.

Ma è davvero così? Amare qualcuno significa potenzialmente soffrire? Le esperienze vissute nell'infanzia e il tipo di attaccamento e cure ricevute dalle figure genitoriali e soprattutto dalla figura materna determinano la scelta del partner e il modo stesso di

amare. Chiaramente, colui che ha avuto una mamma accudente e amorevole, che gli ha trasmesso fiducia, sarà capace di agire scelte adulte e significative per la sua vita. Al contrario, chi ha vissuto nell'infanzia esperienze negative, di non cura, di abbandono, di tristezza, non potrà avere la stessa maturità affettiva e consapevolezza nelle scelte. Sento tuttavia di poter dire che nell'età adulta possono generarsi esperienze ed esiti diversi, da collegare a successive opportunità di crescita personale e relazionale che la vita offre, o alla possibilità di riflettere con intelligenza sulle proprie esperienze e rivederle. Ripartendo proprio da questo concetto, che ognuno di noi può rivedere e "riparare" la propria storia, nasce la speranza ed anche la certezza che l'amore rimane una cosa bella, meravigliosa, che alimenta la vita e dà energia al mondo. Dall'innamoramento non sempre si passa all'**evitamento** o alla fuga, questo invece può diventare amore, che nulla toglie ma tutto trasforma. Dalla precarietà e dall'incertezza dell'altro si passa all'impegno della presenza, dalla passione all'intimità, dalle emozioni travolgenti al calore e all'affetto, dalla paura della perdita alla fiducia, all'impegno di non scegliere altri. L'amore non fa perdere le emozioni, ma le traduce in sentimenti profondi e consapevoli che diventano la base per affrontare anche eventuali crisi o cambiamenti e progettare nuovi percorsi di vita. La relazione intima, che sostituisce la passione, non è figlia di un Dio minore, al contrario, ci permette di creare un legame profondo, tenero, attento e amorevole alimentato e supportato dalla piena accettazione dell'altro, che non è come io vorrei che fosse, ma è così come è, non è il mio principe azzurro o la mia fata turchina ma l'uomo o la donna con cui condividere la vita. Nella coppia amorosa si crea un rispetto, un supporto emotivo reciproco dove le stesse discussioni o i litigi vengono agiti non con la paura della rottura, ma vissuti con la consapevolezza di avere la voglia e la capacità di trovare in modo adulto una soluzione condivisa, dove non ci sono perdenti o vincitori, ma persone lanciate verso un'ulteriore crescita. Dicevamo che è vero che nessuno si sposa per poi divorziare, però credo anche, che forse in pochi, in questo periodo di grande incertezza, si sposino avendo raggiunto pienamente una maturità personale affettiva, sufficiente e una discreta consapevolezza del proprio stato emotivo, condizioni necessarie per garantire una scelta adulta e significativa del partner; scelta da difendere e portare avanti oltre gli ostacoli che la vita propone nel percorso di una famiglia. È altresì innegabile che insieme alla famiglia, anche la società moderna manifesta evidentissimi segni di crisi, una crisi che risulta essere l'effetto tangibile di una serie di contraddizioni nate in seno alla società stessa. La tanto ambita crescita economica non ha prodotto benessere comune e divulgato, ma ha piuttosto incrementato le disuguaglianze quali - quantitative tra i vari strati sociali. Viene così delineandosi una società delle differenze, aperta ma spesso razzista o intollerante, democratica ma spesso necessariamente stretta nella rigidità del sistema. Una società sempre più caratterizzata dall'emergere di valori individualistici, organizzata in termini impersonali che si contrappone drasticamente alla comunità del passato fondamentalmente caratterizzata da rapporti di elevata intimità personale, di profondità emotiva, di impegno morale e di coesione sociale. Cresce la cultura della forma in cui il contenitore ha più valore del contenuto, la cultura della solitudine, dell'indifferenza.

Binomio Famiglia-Società

Crisi della famiglia = Crisi della società

Binomio Famiglia-Società

Sostegno, crescita e sviluppo della famiglia = sviluppo della società

Questo è il panorama in cui si colloca oggi la famiglia. In tale contesto il nostro supporto alle famiglie diventa contributo e fattore di estrema rilevanza e valore sociale. Inoltre dall'analisi della crisi che accomuna famiglia, educazione e società si evince uno scompenso anche nelle reciproche relazioni tra queste istituzioni e quindi questo compito diventa ancora più complesso e difficile. Tali considerazioni sono premessa al nostro lavoro di oggi perché la potenza di un consulente è data anche dalla capacità di fornire una visuale completa del contesto e di leggere insieme alla coppia le trasformazioni continue della società per aiutarli anche ad adattarsi a queste. Questo ci serve non per salvare la coppia a tutti i costi, ma per fornire loro strumenti di conoscenza e attivare le risorse che li aiuteranno a consapevolizzare meglio le loro tappe, i loro limiti, i loro sbagli per non ripeterli nel rapporto genitoriale. La genitorialità condivisa ripropone l'occasione di costruire una grande storia d'amore, dove come in quello coniugale, c'è bisogno di presenza, di resistenza, di permanenza perché, essere genitori è un impegno, un viaggio affascinante, emozionante, ma faticoso e a volte tortuoso e tormentato, un legame dal quale non si può scappare. Soltanto se i due genitori diventeranno consapevoli della propria storia e in grado, anche individualmente, di rivederla, di rileggerla, di capirla sapranno trovare gli errori e i punti di debolezza, ma anche quelli di forza, potranno così di nuovo agire insieme, la loro potenza non più come coppia di sposi, ma come coppia di genitori.

Avere a cuore il proprio benessere psichico è volere anche il benessere dei figli perché noi trasmettiamo quello che siamo. Freud diceva "non vediamo le cose per come sono ma per come siamo" e se la coppia con il nostro aiuto sarà in grado di scorgere le loro incongruenze e i loro comportamenti non funzionali, come dice Virginia Satir, (esponente della psicologia umanistica americana), potranno sostituire tali comportamenti con modi di fare più adeguati. Questo è utile a noi consulenti per far capire alla coppia che chiede il nostro aiuto che niente è statico e che ci possiamo dare il permesso di trasmettere ai nostri figli che tutto è "movimento e trasformazione" e che alcune volte, purtroppo, anche la famiglia subisce questa dura legge ma, allo stesso tempo, possiamo difenderla attingendo alla nostra capacità di resilienza, alle reti affettive e sociali trovando in noi le risorse migliori per "riorganizzare" i nostri legami e renderli ancora più significativi. Valori e credenze personali della coppia che si separa anche se sono differenti possono essere, nel "setting consulenziale", discussi, confrontati ed anche accettati nella loro diversità. Questo lavoro di confronto richiede molta energia e competenza, da parte del consulente, perché aiuta le due persone a tirar fuori in un clima non minaccioso non solo la rabbia o la frustrazione ma anche la propria onestà, la propria chiarezza e bellezza. Credo che è questo il versante sul quale dovremmo lavorare, noi consulenti familiari, quando ci troviamo davanti genitori smarriti, frustrati o rabbiosi. La nostra capacità di accoglienza, di sospensione del giudizio e di accettazione incondizionata potrà favorirli ad individuare nella loro storia le cattive modalità di comunicazione e tutto ciò che non ha funzionato, in modo tale che quello che verrà dopo potrà essere più semplice e ovvio. È importante per noi capire che non serve soltanto accogliere la rabbia o il dolore della coppia se poi il

nostro sguardo rimane valutativo e giudicante della situazione perché provocherà dolore ai figli, questo loro lo sanno, quello che non sanno è come uscire dal dolore e dal senso di fallimento. E solo con tale consapevolezza e con la voglia di risolvere che potranno poi impegnarsi per diventare genitori migliori. Sarà sempre lo stesso sguardo amorevole del consulente che potrà riparare e far rinascere, che legittimerà il dolore o la rabbia e non la strumentalizzerà per qualcuno o contro qualcuno, ma la riconoscerà e l'accoglierà, per essere trasformata in energia costruttiva. Il consulente consapevole della propria potenza, ma anche dei propri limiti saprà che forse non potrà fare tutto da solo perché nella coppia ci potrà essere uno dei due più maturo dell'altro e l'altro più bisognoso e quindi sarà suo compito inviare quest'ultimo ad un altro consulente per un lavoro più approfondito e personale. Quello che voglio qui evidenziare è che il nostro compito è ascoltare e accogliere il dolore della coppia che sta vivendo un momento di crisi, di difficoltà o che ha già deciso di separarsi o addirittura già separata e che non ha neanche chiaro a volte quello che deve chiedere perché la rabbia e il dolore strabordano e non li rendono lucidi e la richiesta rimane nascosta anche a loro. Spesso i due vengono in consultorio perché mandati da amici o parenti e sono diffidenti o più spesso pieni di rabbia reciproca.

Ma la stessa rabbia accolta potrà essere tradotta in forza per "fare", per "riconoscere" e per continuare la loro funzione di guida per i figli che potranno guardare ancora a loro con nuove speranze e rinnovato amore. Gli adulti non capiscono mai niente da soli ed è una noia che i bambini siano sempre costretti a spiegar loro le cose. Antoine de Saint Exupéry

GES: GENITORI SEMPRE, GENITORI OLTRE LA SEPARAZIONE Il Ges è un tipo di consulenza rivolto alle coppie in cui la decisione della separazione è stata presa. L'intervento del consulente Ges non avviene tanto, o solo in vista della separazione, ma è piuttosto mirato a creare una coppia di genitori che sopravviva a questa. Rappresenta cioè un passaggio dalla coppia coniugale a quella genitoriale, lavorando sull'attivazione dell'adulto di entrambi gli ex coniugi. Si intende attivare di pari passo una responsabilità genitoriale condivisa che, come già abbiamo detto, assicuri il benessere psicofisico del minore, anche in una condizione non ideale come può essere quella della famiglia unita. In questo tipo di interventi il consulente può agire su molteplici fronti e livelli. Può per esempio aiutare ad elaborare l'evento separativo e il conseguente cambiamento di vita, favorire il confronto sulle tematiche relative alla genitorialità, migliorare l'attenzione verso i bisogni dei figli, comprendere i cambiamenti strutturali delle famiglie in transizione e facilitare gli scambi comunicativi tra i membri del "vecchio" e del "nuovo" sistema familiare. L'importanza del sostegno alla famiglia in una fase in cui nuove relazioni prendono forma e si creano nuove strutture, costituisce una maggiore opportunità di successo dell'organizzazione genitoriale che viene maturata e progettata fino a raggiungere un accordo, invece di diventare il punto focale del conflitto di coppia. L'intervento del consulente è quindi mirato ad abbassare e contenere il conflitto, a mettere insieme interessi contrastanti, ad armonizzare le diverse esigenze senza imporre una propria soluzione o un proprio punto di vista, a riaprire una possibilità alla comunicazione, a chiarire e responsabilizzare la modalità di gestione, di organizzazione e di relazioni dignitose, efficaci e funzionali alla genitorialità. La sfida che il consulente si pone nel Ges è quella di indurre due persone ormai distanti e in contrasto a spostare il loro sguardo sui figli, a poter leggere i loro bisogni e a ritrovare la stima reciproca e necessaria per poter

svolgere le funzioni educative in modo amorevole e soddisfacente. Se c'è qualcosa che vogliamo cambiare della nostra vita, prima dovremmo esaminare bene e vedere se non c'è qualcosa che faremmo meglio a cambiare in noi stessi (Carl Gustav Jung)... oppure potremmo decidere di accettarci così come siamo ed accettare gli altri così come sono....

* Consulente Familiare Supervisore, pedagogista, docente e formatore della scuola SICoF di Roma. Consigliera AICCeF