

FAMIGLIA E SOFFERENZA: IL COUNSELING FAMILIARE CENTRATO SUL "SENSO"

Paolo Monformoso

Le brevi pagine che seguono sono frutto di alcune riflessioni sul concetto di FAMIGLIA IN DIFFICOLTÀ COME CAUSA DI SOFFERENZA, cercando di valutarne i rischi e le risorse.

Non hanno la pretesa di essere esaurienti né di porre nuovi punti fermi sull'argomento, ed in esse ne verranno considerati alcuni aspetti secondo una prospettiva umanistico esistenziale.

Il termine "crisi" è oggi divenuto di innegabile attualità. Sembra che tutto e tutti si trovino immersi in una situazione di crisi, al punto che trovarvisi può talvolta significare essere alla moda, ben radicati alla realtà che si vive, a pieno titolo, nella società contemporanea. Avere una crisi o essere in crisi per qualcosa è, sotto certi aspetti, sinonimo di corretta funzionalità e il sentirne parlare ci appare sempre più un fatto normale.

Cerchiamo tuttavia di rispondere a questa domanda: è davvero "normale" accettare come *fattore normale di vita* uno stato che è causa di malessere individuale e sociale? Come si diceva più sopra tutti gli ambiti dell'esistenza stanno attraversando un periodo difficile, non ci sorprende quindi che anche la famiglia, considerata da sempre la cellula della società, attraversi un periodo di crisi. Ma chiunque cerchi di studiare il fenomeno e le persone in esso coinvolte, non può non porsi questa domanda: *è davvero una crisi della famiglia, oppure è una crisi dell'uomo di fronte al "valore famiglia"?*

Come afferma Reiter, la "crisi normativa" della famiglia è in crescita proporzionale all'interesse dimostrato per la famiglia e le sue patologie, e il generico termine di crisi può essere riferito a tutta la serie di mutamenti che, sotto molteplici aspetti, hanno prodotto una forte modificazione nella concezione dei valori che, per centinaia d'anni, sono stati alla base della vita stessa del "gruppo primario".

Nessuna scienza sociologica o psicologica può sottrarsi di fronte alla necessità di studiare, analizzare, tentare spiegazioni e magari proporre sugge-

rimenti per la soluzione di una crisi della famiglia di così urgente attualità e per questo, pur consapevole di non essere il primo a farlo, cercherò di affrontare la questione dal punto di vista logoterapico.

Parlare delle difficoltà familiari ci pone inevitabilmente di fronte al concetto di crisi ed ai molteplici significati assunti da questo e da altri termini collegati, in base alle relazioni che intercorrono tra gli stessi. Abbiamo così un soggetto attore, la famiglia, in due aspetti che rappresentano altrettanti momenti esistenziali della sua vita come gruppo. Da un lato la famiglia in difficoltà, di cui si considerano i rischi che potrebbero comprometterne l'integrità e la continuità; dall'altro sempre la famiglia in difficoltà, ma della quale si cerca di valutare la funzione delle risorse.

Risorse che potrebbero adire al recupero di un equilibrio o di nuove dinamiche in grado di favorire il superamento delle difficoltà stesse. Desiderando affrontare l'argomento secondo la Logoterapia di Viktor E. Frankl, vado a riprendere due concetti ai quali, nelle poche righe precedenti, si è accennato e che sono fondamentali per il discorso che segue.

Dicendo che le situazioni di difficoltà e di crisi di una famiglia rappresentano suoi probabili "*momenti esistenziali*", ho volutamente esteso al gruppo primario come unità il concetto di esistenza che, invece, viene per lo più utilizzato per l'individuo colto nella sua singolarità ed unicità di persona. Si tratta, è vero, di una persona che <<<<ive in una società e, per questo, non è mai isolata (è evidente che il discorso vale anche per coloro che non vivono in gruppo familiare dopo essersi allontanati da quello d'origine) ma è pur sempre un essere che, da un punto di vista esistenziale, deve essere considerato singolarmente proprio in virtù del fatto che ogni uomo di fronte alla sua vita, alle sue scelte e alla sua responsabilità, non può che essere considerato un individuo (si aggiunga a quanto sopra anche la verità secondo cui nessun altro uomo può vivere la vita di un suo simile così come la vive lui).

Anzi, è proprio la sua unicità che permette di poterlo valutare persona degna di tale nome. Riprenderemo più avanti il discorso. Più sopra si è anche accennato al fatto che, della famiglia in crisi, se ne possono considerare tanto gli aspetti di rischio quanto le probabili risorse: se i rischi inducono a pensare al negativo e alle difficoltà, le risorse al contrario ci proiettano in un'ottica di speranza e positività. Se i primi ci spingono verso il basso, le seconde ci proiettano verso nuove possibilità e, in definitiva verso l'esterno.

Dobbiamo ora considerare che, secondo la Logoterapia, la proiezione verso nuove possibilità e l'apertura verso l'esterno sono possibili grazie alla presenza nell'uomo di due peculiari caratteristiche: le capacità di autodistanziamento e di autotrascendenza. Queste due proprietà, che nell'ottica logoterapeutica sono considerate esclusive dell'essere umano, sono ciò che permette ad ogni uomo di "allontanarsi da sé", dai propri pensieri egoistici e dalla propria persona (autodistanziamento), per andare incontro al mondo esterno (autotrascendenza) superando se stesso, là dove per mondo esterno viene inteso tanto un compito da realizzare, quanto una persona da amare, sia questa un altro essere umano oppure trascendente.

Credo si debba a questo punto, per la miglior comprensione di quanto esposto, parlare brevemente della Logoterapia. È questa la scuola psicologica fondata dallo psichiatra Viktor E. Frankl, considerata la terza scuola viennese dopo la Psicoanalisi di S. Freud e la Psicologia Individuale di A. Adler.

Logoterapia deriva da LOGOS inteso come SENSO, SIGNIFICATO, da cui deriva che la Logoterapia è l'intervento psicologico volto al senso della vita e, concetto teorico e clinico fondamentale, al suo recupero. Essa si rivolge a colui che si trova in uno stato di disagio e frustrazione, fino alla depressione, che si esprime in sentimenti di vuoto, mancanza di senso, tedio, noia, mancanza di obiettivi e di gioia di vivere, specialmente per avere la sensazione di "aver perso il senso della propria vita": trovarsi senza scopi e senza sapere né dove andare, né come procedere, se non verso la disperazione. Aver perso l'orientamento nel proprio POTER-ESSERE.

La Logoterapia parte dall'idea che l'uomo, nel suo intimo, è un essere che cerca e tende verso la realizzazione di un senso vitale o di valori e che, in ultima analisi, non si accontenta solo della soddisfazione dei bisogni ma, oltre ogni riduzione all'istinto ed alla semplice ricerca del profitto, porta dentro di sé la volontà di realizzare qualcosa che abbia significato. Quando questa dimensione di senso e di orientamento a valori viene a mancare si produce il già menzionato stato di crisi che, per il suo essere legato alla sfera noetica dell'esistenza (Frankl), potrebbe tradursi in stati nevrotici o depressivi detti "noogeni". Va da sé che tale stato esistenziale dipende relativamente poco dalle circostanze esterne della vita (altrimenti non si spiegherebbe come mai, in un'epoca che si caratterizza per l'elevato livello di soddisfazione dei bisogni, vi sia anche un elevato numero di suicidi, problemi di alcool e droga, delitti e inclinazioni alla perversione) ma che, evidentemente, la "realizzazione interiore di un senso della vita" è legata alla capa-

cià di condurre un'esistenza più centrata sull'ESSERE che sull'AVERE. Quando invece la frustrazione esistenziale legata al NOUS (lo spazio ove avviene il riconoscimento del LOGOS, il motivo esistenziale per cui vale la pena vivere) si fissa in uno stato nevrotico o depressivo, assume lo stato di malattia e, come è stato dimostrato da studiosi quali lo statunitense Crumbaugh o la tedesca Lukas, almeno il 20% di tutte le nevrosi e depressioni non endogene sono di origine noogena. Qualora lo stato soprammenzionato si manifesti con disturbi psicoreattivi (iatrogeni, isterismi, fobie), nevrosi sociogene (paure del futuro, disperazioni) e malattie psisomatiche, è opportuno un intervento logoterapico nella consulenza psicologica dato che, come afferma Frankl, "le tecniche e i metodi d'intervento che non accedono alla struttura di base dell'esistenza umana, -la dimensione noetica -, non accedono alla problematica del senso della vita", e pertanto difficilmente possono essere terapeutiche su un fattore che non conoscono e che non è di loro pertinenza.

La Logoterapia si propone insomma, in un momento storico in cui *la mancanza di un senso della propria vita rappresenta ciò che Frankl ha definito una "nevrosi sociale e collettiva"*, come un intervento psicoprofilattico-educativo teso ad aiutare chi soffre per il proprio disagio, anche quando questo è legato a costrizioni ereditarie, biologiche o traumatiche, avendo la consapevolezza che il futuro della psicoterapia, nella più ampia accezione del termine, sarà prevalentemente orientato a riarmonizzare gli squilibri esistenziali più che a sanare i conflitti endopsichici (Bazzi): ecco allora che la crisi è quella dell'adolescente di fronte all'angosciosa scoperta della propria identità, dell'individuo frustrato nelle sue aspirazioni, della coppia alla ricerca di una rinnovata armonia nel rapporto interpersonale; sino alla conquista della VOLONTÀ DI SIGNIFICATO anche in chi, per dirla con Frankl, è colpito da una grave malattia (homo patiens). La Logoterapia propone un'immagine tridimensionale dell'uomo, considerandolo costituito dal corpo e dalla psiche, così come studiati e definiti da altre discipline, completati dalla presenza dello spirito, il NOUS. La dimensione spirituale, chiamata anche noetica, è quella che permette all'uomo di innalzarsi sopra se stesso e di superare i limiti impostigli dal corpo e dalla psiche con le sue dinamiche (anche se patologiche); si può meglio comprendere la tridimensionalità sopra citata se immaginiamo i tre spigoli di un cubo: i due di base delineano le dimensioni somatica e psichica, mentre lo spigolo che si trova sulla perpendicolare al piano individuato dai due precedenti è la compo-

nente spirituale. Essa si eleva oltre il piano somato-psichico e tale sua "elevazione" permette all'uomo di porsi al di sopra di se stesso per superare i propri limiti e aprirsi agli altri favorendo l'autodistanziamento e l'autotrascendenza di cui si è già parlato.

Per cercare di unire i concetti della Logoterapia al tema iniziale delle difficoltà familiari, verranno proposte alcune esperienze provenienti dalla clinica logoterapica della famiglia.

Iniziamo con il descriverle.

ESEMPIO 1

Laura, 48 anni, è sposata da 26 con un uomo che non amava ma a cui si era unita per fuggire da una difficile convivenza con i famigliari. Per molti anni ha tradito il marito perché, dice, "avevo bisogno di qualcuno che mi volesse bene e nessuno, a partire dai miei genitori, l'aveva mai fatto". La situazione non è veramente solo così, infatti dai colloqui si scopre che il marito l'aveva sposata perché ne era innamorato e ha sempre alimentato il suo sentimento nei confronti di lei, nonostante le sue infedeltà. Laura, comunque, afferma che pensa di non provare alcun sentimento per lui, "al massimo un po' d'affetto, ma non amore", perché non è per amore che l'ha sposato, "PROPRIO COM'È SUCCESSO TRA I MIEI GENITORI".

In quest'ultimo periodo chiede aiuto perché, dopo aver intuito che le relazioni extraconiugali non le hanno mai dato ciò di cui aveva bisogno, si sente spaesata: si accorge di provare, forse, un sentimento d'affetto o "qualcosa di più" per il marito, ma non può, ADESSO "attaccarsi a lui", perché non l'ha mai fatto prima e non può certo essere per lui che può "provare amore" e sentirsi amata, "altrimenti l'avrei fatto a suo tempo, no?".

Durante i colloqui mi accorgo che Laura è schiava delle sue abitudini ed è convinta che ciò che è stato una volta sarà *così* per sempre; inoltre il condizionamento dovuto alla constatazione che anche i suoi genitori vivono una situazione simile alla sua le impedisce di considerare che la sua vita affettiva potrebbe cambiare (migliorando il suo stato psicologico), proprio mediante un atteggiamento libero dai condizionamenti che sembrano imprigionarla.

Non posso esporre direttamente nel colloquio questa supposizione, uso allora il dialogo socratico, maieutico, con i verbi al condizionale; uso cioè

che la Lukas chiama *“tecnica delle domande ingenue” per provocare la modulazione dell’atteggiamento malsano*. Tale tecnica si basa sullo sfruttamento delle resistenze del paziente per riprodurre, in modo apparente, i suoi atteggiamenti negativi e provocare in lui, per sua scelta e volontà, la resistenza ad essi. Il colloquio si svolse più o meno così. Le dissi: “Certo sarebbe bello se qualcuno l’amasse!”, e lei: “Oh, certo. farei qualunque cosa per la persona che mi volesse bene”. “Peccato però che proprio nessuno le voglia bene”, “Ma non é proprio così, perché qualcuno che mi ama in fondo c’è”, “Ah sì? E chi sarebbe?” finì io, “Mio marito” rispose. “Sì, é vero, ma per lei non é possibile amare suo marito, che peccato”; “Non é che non mi è possibile, perchè poi lo amo, ma non so come fare a dimostrarglielo; ho paura, sa, non l’ho mai fatto...”

Da quel giorno in poi il nostro colloquio mutò e la signora, progressivamente, si accorse che la mancanza d’amore di cui si lamentava non era la causa della sua sofferenza così com’era sempre apparsa ai suoi occhi, ma che il suo disagio proveniva dalla paura di dover affrontare modalità di comportamento diverse da quelle che, per abitudine e “tradizione familiare”, aveva sempre avuto.

ESEMPIO 2

Alberto ha 39 anni, é operaio e ha una figlia di 15 anni nata durante il suo primo matrimonio. Separatosi dalla prima moglie a 26 anni, dopo alcuni legami di breve durata a 30 anni si é risposato ed il secondo matrimonio é durato sette anni. Durante gli ultimi tre la moglie ha intessuto relazioni extraconiugali, quasi tutte con uomini affermati e con notevoli disponibilità economiche che le permettevano di fare tutte “quelle cose che tu, operaio, non puoi permetterti”. Nonostante tali evidenti difficoltà Alberto ha sempre cercato di salvare il matrimonio anche continuando ad avere una vita sessuale, per quanto sporadica, con la moglie. Solamente durante gli ultimi tempi di questo secondo legame ha dovuto far ricorso a materiale pornografico per riuscire a superare il senso di disgusto per la moglie e che sovrappungeva al pensiero dei suoi tradimenti: temeva che ciò gli causasse un calo del desiderio sessuale e, come conseguenza una ulteriore scusante per la moglie e più concrete giustificazioni delle relazioni al di fuori del matrimonio.

L'ultima sera in cui vissero insieme, dopo una furiosa litigata, lei gli chiese di soddisfarla sessualmente "perché doveva scaricarsi i nervi": tale richiesta fu sufficiente perché si verificasse in Alberto un episodio di impotenza, da lei commentato con impietoso sarcasmo. Dopo la seconda separazione, avvenuta nel giro di pochi mesi, tutta l'attenzione di Alberto cominciò a riversarsi sulla sua potenza sessuale e sul timore che potesse ripetersi nuovamente l'episodio nevrotico di impotenza verificatosi in quell'unica circostanza.

Passò mesi, da solo, masturbandosi ripetutamente per dimostrarsi che era "normale", ma la sua *ansia d'attesa* era tale che l'impotenza si ripresentava durante tutti gli incontri con una partner occasionale.

La donna, per lui, non era più una persona da amare, ma solo "chi" poteva permettergli di dimostrarsi che era normale.

Quando fissò il primo appuntamento l'angoscia causata dalla paura dell'impotenza era tale da farlo disperare che la situazione potesse mutare, ma la sua decisione di cercare aiuto era sufficiente per comprendere che, in realtà, cambiare voleva davvero. Usai presto la nota tecnica della DEREFLESSIONE con il divieto del coito ma non l'esclusione di altre attività sessuali durante le quali, tuttavia, doveva porre la sua attenzione esclusivamente alla partner ed al valore che lei, come donna e persona, aveva per lui.

Di lei doveva occuparsi, non preoccuparsi.

In questo modo avviammo i nostri colloqui successivi cercando di evidenziare, se c'era, la differenza nel suo modo di amare una donna prima e dopo la seconda separazione coniugale e giungere così a chiarire che, a causa di una serie di circostanze, ciò che era avvenuto in lui non era soltanto un disturbo della potenza sessuale (che ne restava comunque il sintomo), quanto un mutamento nella capacità di amare (che era la vera causa degli episodi di impotenza successivi al primo): la partner per lui non era più la donna da amare e con cui condividere la vita com'era sempre stato fino ad allora, ma il "mezzo" per riuscire a dimostrarsi qualcosa di temuto.

La teoria dell'ansia d'attesa però, ci insegna che più si insegue un avvenimento che non può che avvenire "naturalmente" e spontaneamente, più l'evento voluto e atteso non si verifica: per Alberto l'impedimento del coito, quindi la dereflessione dal sintomo, e lo spostamento dell'attenzione sulla compagna e a ciò che lei rappresenta per lui, hanno favorito il superamento della crisi che, inizialmente familiare, era divenuta personale per tornare, presto, ad essere comunque una difficoltà relazionale del singolo.

ESEMPIO 3

Anna ha 37 anni e da 13 anni è coniugata con un farmacista coetaneo; è insegnante e madre di due bambini di 11 e 4 anni. Nella famiglia d'origine era privata di ogni libertà: le era solo concesso di uscire con il futuro marito, conosciuto all'età di 16 anni, e ciò che la faceva soffrire maggiormente era il non potersi divertire come avrebbe voluto con le amiche e altri compagni. Sposatasi subito dopo aver conseguito la Laurea, non ebbe inizialmente il tempo di rimpiangere i divertimenti da cui era stata tenuta lontana a causa dell'impegno che la nuova condizione di moglie richiedeva; poi, però, vennero i figli e le responsabilità cominciarono a spaventarla e a spingerla verso il desiderio di allontanarsene. La situazione è precipitata due anni fa quando, prima con un collega docente, ha cominciato a cercare avventure al di fuori del matrimonio.

Il marito, impegnato tutto il giorno in farmacia, non si accorse mai di nulla; ad un certo punto, tuttavia, a lei non bastarono più le rapide avventure: voleva tutta la sua libertà per poter uscire e "andare dove e quando le pareva per frequentare chi voleva" così, all'improvviso per tutti (ma non per lei), un anno fa ha chiesto al marito la separazione. Egli, non avendo mai avuto alcun sospetto, non comprese ciò che stava accadendo ma, un po' per l'amore per la moglie e per non volere che soffrisse, un po' a causa del suo carattere debole ed indeciso, un po' per evitare che i figli assistessero a lunghe ed estenuanti litigate, glielo concesse. Abitando in un piccolo centro in cui il ruolo del farmacista è ancora privilegiato, e per non far correre troppo le malelingue, decisero di vivere da "separati in casa". Inevitabilmente la situazione divenne sempre più invivibile. Lei, pretendendo di far ciò che voleva, si era "fidanzata" con un giovane di 21 anni, ma il marito giunse a non tollerare più i suoi rientri alle ore più disparate trascurando la "famiglia" che era rimasta; lei non accettava più i rimproveri del marito e del figlio maggiore che la giudicava malamente, ma non voleva veder soffrire il figlio più piccolo e sapere che piangeva quando lei era fuori casa... però non voleva andarsene perché, "comunque, la famiglia non è da buttar via e io ci credo".

Si è presentata a me con queste contraddizioni e durante i colloqui mi sono accorto di avere a che fare con un tipico caso da intervento logoterapico: la crisi, il dubbio, l'ansia a causa di una crisi di fronte ai valori.

La libertà personale contro i doveri familiari; l'egoismo contro l'amore per gli altri (in tutto questo tempo non ha mai smesso di amare anche il

marito); l'autorealizzazione contro il valore del bene familiare; l'ebbrezza dei legami e delle avventure tipiche dell'età giovanile contro la forza, l'intensità e la responsabilità dei legami maturi. L'egoismo contro l'altruismo.

Su queste basi, e con un lavoro di analisi esistenziale centrato sui valori, la libertà, la responsabilità di fronte alle scelte fatte, il rispetto degli altri, la coerenza e la maturità come risultato dell'unione dei fattori precedenti, hanno permesso ad Anna di comprendere la vera origine del suo desiderio di fuga, e il fatto che non avesse mai portato fino in fondo i suoi proponenti (andarsene definitivamente da un marito da cui era già "legalmente separata") era la dimostrazione che la separazione dalla famiglia non corrispondeva a ciò che (forse) voleva veramente. Spinta da motivi inconsci aveva razionalmente, ma non emotivamente, deciso di cambiar vita, ma *era ancora troppo attratta dai valori dell'amore e della famiglia per permettere che una decisione puramente intellettuale si tramutasse in atto*. È stato sufficiente accentuare il significato di ciò in cui ancora credeva per spegnere in lei la miccia che, in termini causali e pulsionali, aveva avviato un meccanismo il quale, se era fonte di brevi e illusorie felicità, era soprattutto causa di sofferenza e ansia: ciò che voleva razionalmente non coincideva con ciò che "sentiva" giusto. Attraverso il dialogo e la riscoperta dei "suoi" valori la sua vita tornava sui binari che lei stessa sentiva di voler percorrere, mentre l'aver perso di vista i valori della dimensione spirituale aveva permesso che pulsioni somatiche e psichiche fossero l'unica causa delle sue azioni.

Paradossalmente, però, la loro gratificazione, non le permetteva di sentirsi realizzata.

Evidentemente il senso di realizzazione che sperimentiamo è legato ad un'altra dimensione dell'esistenza: forse è in funzione della realizzazione dei valori esistenziali.

(continua)

FAMIGLIA E SOFFERENZA: IL COUNSELING FAMILIARE CENTRATO SUL "SENSO" (2^a parte)*

Paolo Monformoso

Dopo queste tre esemplificazioni, proverò a riassumere i concetti-chiave della Logoterapia che ci permetteranno di procedere.

L'uomo è un'unità somato-psico-spirituale caratterizzato dalla singolarità, dall'unicità, dall'irripetibilità e dalla finitudine proprio perché essere umano. Oltre a ciò la vera peculiarità dell'uomo sta nella sua autotrascendenza: egli non è una monade, ma è sempre relazionato e la sua essenza sta nell'essere rivolto verso qualcosa o verso qualcuno. L'esistenza umana è autotrascendenza in virtù della sua dimensione spirituale, la dimensione grazie alla quale l'uomo può andare oltre la propria persona tanto con un'apertura verso l'esterno (un compito, gli altri, Dio, ecc.), quanto con una presa di posizione verso tutto ciò che, esternamente o intrapsichicamente, sembra predeterminato.

È nella dimensione spirituale dell'uomo che si trovano le basi per la realizzazione della sua LIBERTÀ, della sua autonomia e della sua indipendenza.

L'uomo, dice Frankl, è sempre soggetto a condizionamenti biologici, sociologici o psicologici, però ha la libertà, esclusivamente umana, di superare se vuole i limiti biologici, psicologici o ambientali: egli può LIBERAMENTE distanziarsi dalle situazioni e da se stesso scegliendo un atteggiamento di vita che lo pone al di sopra di ciò che lo condiziona. Non cambia la situazione, ma cambia l'atteggiamento: ciò è fondamentale se riteniamo vera l'affermazione di Epitteto secondo cui "Non le cose inquietano gli uomini, ma la loro opinione delle cose...".

Grazie alla LIBERTÀ DELLA VOLONTÀ l'uomo può distanziarsi, essere "libero da..."; ma a questo punto, dice Frankl, se è "libero da..." deve prendere coscienza che la libertà da sola è inutile se non viene utilizzata.

¹ La 1^a parte in L'A.U.S., 1998, n. 3, pp. 270-278.

Allora all'essere "libero da" deve congiungere l'essere "libero per..." realizzare, con responsabilità, azioni collegate ai valori che in coscienza sente di dover realizzare.

La coscienza, nell'uomo, è dunque l'ORGANO DI SIGNIFICATO, la dimensione del suo SÈ pari ad un organo del suo corpo, che "intuisce e riconosce" ciò che è sensato e ciò che non lo è, in rapporto alla sua vita.

La LIBERTÀ DELLA VOLONTÀ permette all'uomo di vivere in pienezza la VOLONTÀ DI SIGNIFICATO che Frankl definisce la "tensione radicale dell'uomo a trovare e realizzare un significato e uno scopo". Infatti, anche se non sempre possiamo *riconoscerlo*, c'è però sempre un SIGNIFICATO DELLA VITA verso cui è spinta la ricerca da parte di ogni individuo.

In questa ricerca egli è responsabile nel dare la giusta risposta alla domanda che la vita gli pone, nel trovare il significato del momento che vive, qui ed ora.

L'"esserci", il DASEIN di cui parla Heidegger, è la caratteristica della persona che è chiamata a vivere, con responsabilità, una situazione concreta in un momento concreto, mai più ripetibile od ugualmente ripresentabile. Così, se il momento è unico e irripetibile, può l'uomo non fare appello alla sua LIBERTÀ DELLA VOLONTÀ? Può la fede in un pan-determinismo o in un'ottica solo causale esimerlo dalla responsabilità della scelta di un atteggiamento? Può la convinzione che gli esempi altrui o il suo stesso passato sono binari imm modificabili, allontanarlo dalla necessità della scelta di un nuovo e diverso atteggiamento che, fino ad allora, non aveva visto? Troppo spesso forse, come dice E. Lukas, identifichiamo l'incontro di Counseling con ciò che ci permette di scoprire l'inconscio, mentre dovrebbe essere la strada che aiuta a vedere ciò che ancora non abbiamo "riconosciuto": questo "vedere il non-ancora-riconosciuto" è enormemente importante, soprattutto in un momento di crisi esistenziale, sia essa personale o famigliare.

CRISI = SCELTA; NELLA PAROLA C'È LA TERAPIA

Il termine CRISI, ricordiamolo, è etimologicamente SCELTA, e nel nostro caso è la scelta di un nuovo o rinnovato atteggiamento di vita e anche se, ripercorrendo Kierkegaard, sappiamo che il fatto di dover scegliere potrebbe avviare uno stato di angoscia, non ci si può esimere dalla

responsabilità coscienziosa di una scelta: potrebbe essere questa la strada che, sfruttando le risorse, scioglie la crisi.

Una scelta in base alla propria Libertà della Volontà.

La domanda che potrebbe sorgere ora è la seguente: tutto ciò è legato all'esistenza individuale, ma cos'ha a che fare con l'istituto della famiglia che, non possiamo negarlo, non è identificabile con la singola persona?

Il punto di partenza per una spiegazione si trova nell'opposizione che la Logoterapia propone ad una concezione familiare basata sulla sola causalità e sul solo determinismo; ad una concezione cioè, che vede nella "corresponsabilità" e nella uguale "compartecipazione" di tutti i membri la spiegazione dei contrasti familiari; la convinzione che, in funzione del "sistema famiglia" i contrasti e le crisi possono essere comprese mediante un approccio esplicativo causale che pone tutti i membri sullo stesso piano. Così se un padre beve la madre ha ragione di arrabbiarsi, e se la madre è in collera a causa del padre ha diritto di picchiare il figlio, e se il figlio è umiliato perché ingiustamente punito ha il diritto di sfogarsi con la sorellina, e se la sorellina...

TUTTI INSIEME, MA PERCHÉ CIASCUNO LO VUOLE

Nella concezione logoterapeutica non si può non tener conto del fatto che "anche" nella famiglia molto dipende dal singolo, e che nelle sue possibilità di scelta mediante la libertà di decisione nei confronti di un comportamento, si situa la sua personale ed unica (nel senso prima visto di "unicità") responsabilità nei confronti della famiglia.

Per la "**Terapia familiare centrata sul senso**" dell'approccio logoterapeutico, ciascuno è responsabile per sua iniziativa nei confronti dell'intero gruppo anche se, come afferma la psicoterapeuta viennese Elisabeth Lukas, "la sua azione consiste soltanto nel reagire in un modo o nell'altro a ciò che gli viene fatto".

Nel Counseling familiare logoterapico si lavora in modo talvolta differente da altre terapie familiari, per le quali sono valide spiegazioni basate sulle catene causali e partecipative che annullano la responsabilità del singolo in una "responsabilità collettiva", e si agisce in maniera differente perché si ritiene che considerando esauriente tale spiegazione NESSUNO sarebbe più responsabile della discordia in atto nella famiglia, e NESSUNO

potrebbe essere spinto a voler intervenire per attuare una modificazione funzionale: *se non sono io il responsabile perché è lei/lui che mi costringe a questo, perché IO dovrei fare qualcosa, lo faccia prima lei/lui, ed io agirò di conseguenza!*

La Terapia centrata sul Senso opera in casi simili con i singoli individui per aiutarli nella ricerca di ciò che è a loro richiesto e affidato per il bene dell'intera famiglia, avendo per scopo o finalità (ma non causalità) il senso del suo essere, hic et nunc, membro in prima persona e con pieni poteri della collettività familiare a cui appartiene.

Ci si rende perfettamente conto che, come è spesso esperienza, i cambiamenti di un paziente nella terapia del singolo possono causare scompensi nell'eventuale partner e per questo, se necessario, si fanno anche colloqui insieme, ma senza mai perdere di vista la responsabilità individuale della cui centralità si è già fatto cenno.

Si è anzi convinti che **PROPRIO** il cambiamento di **UNO** dei membri **NON PUÒ**, poco alla volta e forse solo per la ricerca di un nuovo equilibrio compensatorio, che **IMPORRE** magari inconsapevolmente anche agli altri membri di operare qualche modificazione del loro comportamento intrafamigliare.

Se questo avviene, e di solito avviene, si interverrà in un secondo momento per correggere gli eventuali ri-equilibri di natura nevrotica e compensatoria, fasulli o disfunzionali all'obiettivo sensato che s'intende raggiungere, e che sono emersi; per "sensato" s'intenderà comunque sempre il bene massimo: un obiettivo che consideri il bene di ciascuno e di tutti insieme.

Questo tipo d'intervento, nel porre la persona in primo piano, affida all'essere umano la sua stessa vita e lo aiuta a trovare il significato della sua azione e quindi, sulla base dei valori in cui crede, a rispondere a quanto *oggi* la vita chiede a lui, quale membro di una comunità di persone. E se oggi la situazione è di crisi, è a lui che la vita chiede di agire con responsabilità e coscienza per superare il difficile momento; se fossimo tutti corresponsabili (talvolta sarebbe come diluire in un mare d'acqua la singola goccia che è la responsabilità di ognuno) a nessuno spetterebbe di agire, ma ognuno starebbe ad aspettare che l'altro lo faccia per primo: quante famiglie restano in crisi per questo motivo! Quanti pretendono di proporre il proprio intervento per superare la crisi solo se vedranno contemporaneamente anche in tutti gli altri membri una uguale partecipazione attiva, ma

poiché ciò non avviene, non intervengono e continuano a non sentirsi responsabili in alcun modo!

I tre casi prima descritti servono da esempio a quanto fin qui esposto.

Laura (1° caso) ha compreso che proprio la dipendenza dalle sue abitudini e l'insegnamento determinante dei suoi genitori erano le cause del suo atteggiamento malsano e, conseguentemente, della sua crisi; la comprensione ed il superamento della dipendenza e delle abitudini le ha permesso di rivedere i suoi comportamenti "finalizzandoli" alla ricostruzione della sua famiglia, e proprio per il valore che alla famiglia lei stessa attribuiva.

Anche Anna (3° caso), prima schiava delle sue pulsioni e dei suoi rancori, ha superato la crisi che da sola aveva causato alla famiglia solo "riconoscendo" la significatività del suo matrimonio e della sua unione, per "riconoscere" nuovamente la propria volontà di dare un contributo significativo alla sua famiglia.

Grazie a questi "riconoscimenti di ciò che è significativo" la vita coniugale può rimanere o tornare ad essere armoniosa, oppure almeno sopportabile anche nelle situazioni più difficili. L'autotrascendenza e l'autodistanziamento possono rappresentare "strade maestre" per scorgere nella vita contenuti ricchi di senso e per i quali cambiare o lottare; chi ruota invece prevalentemente su se stesso e sul proprio psicologismo è in pericolo come individuo (perché la nevrosi dipende dall'io e da quanto l'io è importante per la persona) e come membro di una famiglia, proprio perché la famiglia è costituita da individui che hanno, ognuno singolarmente, la propria unicità e responsabilità in essa.

Ancora l'autotrascendenza è stata la via elettiva per promuovere l'autodistanziamento e la dereflessione dal proprio sintomo in Alberto (2° caso), ma una volta vinta l'impotenza grazie alla tecnica logoterapeutica, si trattava di permettere ad Alberto di "riconoscere" ciò che era avvenuto in lui e che non era solo impotenza sessuale; quest'ultima, infatti, era il sintomo della rivoluzione avvenuta nella sua vita affettiva e che l'aveva portato ad avere minori attenzioni ed interesse per la donna, considerata come persona e nella sua individualità ed unicità. Ciò che doveva essere ristabilito non era solo la potenza sessuale, ma l'intera capacità di Alberto di donarsi ad un altro essere umano e di autotrascendersi, per dare vita a ciò che Frankl chiama "l'atto coesistenziale dell'amore", l'AMORE VERO in ottica esistenziale e non solo teorica.

L'ATTO COESISTENZIALE DELL'AMORE

Cosa intendiamo con questo? Se per Freud gli obiettivi terapeutici da raggiungere e riacquistare sono la capacità di godere e la capacità di lavorare, per Frankl rimane valido l'obiettivo della capacità di lavorare, e a questo vi aggiunge la capacità di soffrire, ma trasforma la capacità di godere nella capacità di amare: *l'amore non deve essere un mezzo per raggiungere il soddisfacimento di un proprio bisogno (neppure sotto forma di sessualità sublimata), ma un mezzo per esprimere molto di più: è un "atto coesistenziale" che comprende le due persone nella loro totalità fisico-psichico-spirituale; è l'incontro di due DASEIN, due esistenze, due persone nel loro "esserci" al mondo, una profonda compartecipazione secondo l'"IO-TU" di Buber che permette, ad ogni persona che lo prova, di esprimere al meglio le proprie potenzialità. L'atto coesistenziale dell'amore è ciò che permette all'essere umano, nell'autotrascendenza, la massima esplicazione del proprio POTER-ESSERE. È l'atteggiamento interiore dell'incontro tipico di chi, come afferma Guardini, accostandosi ad un altro "ritira le mani e libera lo spazio della sfera personale" e arriva al punto in cui, secondo Marcel, "amare un essere significa dire: tu non morrai". Se una famiglia in crisi riesce a raggiungere un tale obiettivo, la soddisfazione esistenziale e personale di ciascuno può arrivare a promuovere livelli di coesistenza relazionale prima neppure immaginati.*

Prima di concludere questo breve studio con una proposta pragmatica d'intervento, potremmo ancora spendere qualche parola a proposito delle crisi, così come sono inquadrare nella tipologia familiare proposta da Richter. Secondo questo studioso tedesco di dinamiche familiari, le turbe vanno distinte in "nevrosi familiari sintomatiche" e "nevrosi familiari caratteriali". La prima è caratteristica delle famiglie che fanno diventare malato o interamente responsabile un loro membro per poi usarlo quale capro espiatorio delle difficoltà di tutti, e permettere in questo modo all'"io collettivo" della famiglia di ristrutturarsi senza comunque tentare il superamento del conflitto. La "nevrosi familiare caratteriale" invece si distingue per il fatto che si instaura, nel gruppo, una compatta solidarietà che spinge i membri a vivere in un "illusorio mondo privato", in cui il malato non è più solo un singolo membro come nella tipologia precedente, ma per il fenomeno dello spostamento del sintomo i "malati" possono essere a turno tutti gli appartenenti alla famiglia medesima.

Per una famiglia carattero-nevrotica gli scompensi possono essere di forte intensità, ma anche in questo caso sembra che a fondamento dell'ineadeguatezza sia la pretesa di poter adattare al conflitto intervenuto tutti i membri allo stesso modo, integrando il conflitto nelle dinamiche delle relazioni familiari. Il sintomo, cioè, viene inglobato nella vita del gruppo primario come fosse un dato immutabile, nell'illusione che il corpo-famiglia non si comporti mai nei suoi confronti come fa il corpo umano verso un oggetto ad esso estraneo, espellendolo.

Anche il concetto di collusione studiato da Willi potrebbe essere collegato a quanto appena scritto. Esso consiste in un "gioco di difese inscenato in comune" grazie al quale ogni partner riconosce la causa del proprio comportamento nevrotico in quello del partner (quindi si deresponsabilizza), e il gioco in sé consiste nell'alternanza dei ruoli di "portatore del sintomo" e "curatore del sintomo" da parte di ogni membro: ciò permette, riducendo i disturbi nevrotici, il tentativo di vivere un rapporto illusorio surrogato di uno acflittuale.

Credo che anche per le famiglie in crisi assimilabili agli esempi appena citati potrebbe essere tentata una TERAPIA FAMILIARE CENTRATA SUL SENSO, la terapia il cui Counseling mira ad aiutare i coniugi nel riportare a buon fine quel compito che, a suo tempo, hanno scelto; non permettendo di identificare le nuove situazioni conflittuali come dati di fatto immutabili e che devono essere solo accettati, ma cercando invece, attraverso il riscoprimto del valore della famiglia, l'incarico che in essa viene ad ognuno affidato: il comportamento che ogni partner può fare in prima persona per la soluzione ed il superamento delle indesiderate difficoltà.

LA FAMIGLIA: UNA PROFEZIA PER L'INDIVIDUO

Ecco allora che di fronte a tale prospettiva, di fronte alla domanda se non vi siano possibilità finora non scoperte o non tentate per trasformare uno stato familiare reale in uno ideale più accettabile, viene normale interrogarci se debba essere sempre valido sostenere che, per due coniugi, la separazione è preferibile al dubbio che tormenta. Non esiste proprio un'altra soluzione? Qualora così fosse neppure una *terapia orientata al mantenimento della famiglia quale quella logoterapica centrata sul senso* può calpestare le libere decisioni dei membri; ben sapendo tuttavia che, sia

per chi dei due è l'apparente vincitore, che per il partner che non ha fatto nulla perché è l'altro che ha deciso la separazione, ci si troverà sempre di fronte alla sconfitta di una progettualità esistenziale individuale e che lascerà un fondo di malessere: un senso di fallimento per quel POTER--ESSERE che non è divenuto realtà, una profezia che non si è potuta concretizzare.

Molti altri argomenti potrebbero essere ancora affrontati, ma questo non è un saggio e non deve dilungarsi oltre. Le riflessioni esposte non hanno la pretesa di aver fornito un quadro esauriente ed esaustivo del Counseling familiare fondato sulla Logoterapia di Frankl, nè l'inutile arroganza di elevarlo a panacea, ma hanno il solo intento di portare alla considerazione degli Operatori il fatto che, tra le varie modalità d'intervento, vi è anche la TERAPIA FAMILIARE CENTRATA SUL SENSO. Essa non ha avuto finora una forza d'impatto su larga scala (e ciò potrebbe essere dovuto alla troppo recente introduzione nel nostro paese della Logoterapia e dell'Analisi Esistenziale), ma questo nulla toglie all'attualità e validità del messaggio che ne costituisce il fondamento. La sua forza non può essere minata da rapporti statistici che non la rappresentano, ma l'insieme delle matrici psicologiche, filosofiche e cliniche che la fondano dovrebbero interessarci e attivarci per l'approfondimento delle sue applicazioni.

Una crisi familiare, per se stessa, non dovrebbe mai essere subito sinonimo di fallimento, soprattutto se nei singoli componenti la famiglia sta la fede nei valori che costituiscono la base motivazionale della famiglia medesima. La presenza di tali valori anzi, scoperta mediante colloqui condotti con le modalità dell'Analisi Esistenziale frankliana, potrebbe fare in modo che la crisi si riappropri del suo sinonimo di scelta. Scelta di un nuovo atteggiamento come scelta di un nuovo corso in cui la crisi stessa può divenire, del tutto paradossalmente, una delle tante risorse per una nuova e rigenerata famiglia.

Nella terza ed ultima parte di questo scritto proveremo a delineare un "percorso tipo" di Consulenza Familiare Logoterapica Centrata sul Senso, e così fornire ad Operatori, ma forse soprattutto a TUTTI coloro che vivono una situazione relazionale di tipo familiare, di destreggiarsi nella selva ombrosa ed ingarbugliata di bisogni e valori, personali e di gruppo, che una crisi, piccola o grande che sia, inevitabilmente crea inducendo disagio individuale e globale.

(continua)

FAMIGLIA E SOFFERENZA: TRASFORMAZIONI E ADATTAMENTI

Paolo Monformoso

Se da un lato l'osservazione della famiglia ci mette in evidenza le difficoltà connesse all'impatto con cause "esterne" di sofferenza (cfr. "Famiglia e Croce" in questo numero dell'AUS), è spesso altrettanto drammatica, per quanto talvolta invisibile, quella sofferenza causata da difficoltà intrinseche, interne alla famiglia stessa. Quelle dipendenti dalla relazione tra i due, e dalle singole personalità nell'incontro con gli altri e con l'altro. Una proposta pedagogica e un diverso angolo d'osservazione e terapia, sono i contenuti provocatori di quest'articolo.

sa, ma soprattutto quelli psicologici, connessi agli sviluppi e alle trasformazioni interne cui ognuno dei due partner va incontro nell'arco della sua vita. La capacità di accettare e risolvere i conflitti e le ambivalenze, quella di saper compiere delle scelte rinunciando all'antica dipendenza dai genitori, oppure quella di mediare fra le proprie esigenze e quelle del partner in modo flessibile e costruttivo, identificando i confini propri di ogni individualità: ecco alcuni tratti che possono trasformare un rapporto a due in un legame di coppia di lunga durata.

Per quali motivi una coppia riesce a durare a lungo nel tempo? Dallo studio di molte unioni che si sono rivelate particolarmente solide e durature, i ricercatori sono riusciti ad individuare alcuni fattori che ricorrono con frequenza significativa. Vediamo i principali.

Al primo posto, si è trovato, c'è un rapporto d'amicizia destinato ad aumentare nel corso del tempo: nella coppia c'è fiducia, confidenza e rispetto reciproco. Al secondo posto c'è il convincimento che il matrimonio sia un impegno a lungo termine e che quindi si debba cercare di farlo fun-

Una sfida fondamentale, comune a tutte le coppie che si impegnano in un rapporto di lunga durata, è quella di riuscire a fronteggiare i cambiamenti: non solo quelli quotidiani e materiali, legati a contingenze concrete, come andare a vivere in un quartiere nuovo od occuparsi delle finanze di ca-

zionare, di trovare delle soluzioni, di essere flessibili e di tollerare i momenti difficili. Altri aspetti importanti sono poi risultati: la disposizione a condividere gli stessi obiettivi esistenziali, la capacità di ridere insieme e di confrontare le proprie opinioni con calma, l'intesa sulla vita sessuale. Un'altra costante delle unioni che durano nel tempo è l'assenza di calcolo per quel che si dà o si riceve, vale a dire l'assenza di un'attitudine al patteggiamento sistematico, momento per momento.

Anche la possibilità di litigare e di esprimere liberamente i propri risentimenti ha un ruolo importante: la maggior parte delle coppie che hanno funzionato negli anni ritiene che un litigio ogni tanto possa servire per esprimere le ambivalenze, i sentimenti negativi e le necessità soggettive trascurate, quindi per ristabilire l'armonia. Tuttavia, riferiscono queste coppie, non è mai conveniente superare un certo livello di litigiosità, invece è molto utile saper affrontare con calma, flessibilità e disponibilità, le modificazioni che via via si presentano nell'arco della vita.

Se riflettiamo sulle caratteristiche delle coppie di lunga durata che abbiamo poc'anzi elencato, cercando di trovare un comune denominatore che in qualche modo le sottenda tutte, ci si è accorti che il maggior peso e la maggiore centralità consistono da un lato nell'avere obiettivi esistenziali in comune, e dall'altro la capacità di fronteggiare il cambiamento, sia il proprio, sia quello del partner.

Non è certo facile acquisire l'abilità di integrare nel nostro universo mentale i nuovi sviluppi e le trasformazioni cui il partner va incontro nell'arco della sua vita. Così come non è facile partecipargli in modo convincente e flessibile le ragioni e le forme del nostro personale rinnovamento. Tutto questo richiede disponibilità e apprendimento, un apprendimento che comincia fin dai primi momenti dell'unione (molti matrimoni, o unioni di coppia, falliscono già nel primo e secondo anno di vita proprio perché i due partner non riescono a superare gli adattamenti iniziali e i primi riaggiustamenti), ma che poi prosegue per tutta la vita della coppia. È in questo ripetuto "rodaggio" che vengono di volta in volta messe alla prova le trasformazioni, e collaudati i relativi adattamenti.

Cerchiamo dunque di accostarci almeno ad alcuni dei più significativi cambiamenti che i membri di una coppia devono saper fronteggiare.

Distanziarsi dal passato

Ognuno di noi porta dentro di sé la propria famiglia originaria interiorizzata e quindi tende ad interpretare il rapporto di coppia alla luce di quelle che sono state le sue antiche esperienze infantili con genitori e fratelli, usando poi con il coniuge e con i figli le stesse modalità relazionali speri-

mentate in quella fase della vita. Per questo, a volte, si possono creare delle attese eccessive o sbagliate, e si possono operare delle proiezioni unilaterali che travisano la realtà dei fatti: quando alcuni comportamenti o atteggiamenti del partner vengono filtrati attraverso le proprie esperienze passate, l'interpretazione può risultare scorretta e unilaterale, perfino destrutturante, se quelle esperienze hanno lasciato dietro di sé dei segni negativi o dei nodi irrisolti, se hanno cioè creato ansie, paure, insicurezze, o un atteggiamento risentito e difensivo.

Soprattutto agli inizi sembra che l'intrusività di genitori e suoceri può essere deleteria per la coppia che sta formandosi. Infatti queste figure a volte rappresentano un valido aiuto, ma altre volte, pur senza volerlo, finiscono per ostacolare l'affiatamento dei partner: sia perché sono troppo invadenti e si sforzano di controllare da vicino la coppia, sostituendosi ad essa nelle decisioni; sia perché, per rimanere fedele ai propri genitori cui è affezionato, il figlio adulto sente di dover restare un bambino, avvertendo che è questa la loro implicita e silenziosa richiesta. Anche erroneamente, può immaginare che se non vuole ferirli deve riferire tutto quello che gli capita nella vita privata, delegare alla loro esperienza le decisioni importanti, prenderne in ogni caso le difese davanti al partner, tenere con loro un atteggiamento sottomesso, o comunque mai paritario, come di norma avviene tra persone adulte.

Aggiustare i bisogni

In realtà, quello dei rapporti con la generazione precedente è un tema particolarmente importante. Non a caso in molte terapie familiari vengono coinvolti anche i nonni. Proprio perché molto spesso queste persone continuano a svolgere un'azione determinante sulla vita della coppia.

Il fatto è che, all'inizio, ci sono due persone, generalmente giovani e quasi sempre innamorate, che hanno bisogno senza interferenze di conoscersi meglio, di capire i rispettivi gusti, caratteri, abitudini, progetti e ambizioni. Due soggetti che avvertono il problema di conciliare le reciproche attese, di trovare un accordo negli stili e nei ritmi di vita.

Questo è un periodo particolarmente importante, perché è in questa fase che in genere si capisce se esistono le condizioni sufficienti per stare insieme: quali sono le questioni importanti e quelle irrilevanti, quelle su cui non si può transigere e quelle su cui si riesce a lasciar correre? Quali sono le divergenze su cui si è in grado di accordarsi e quelle invece sulle quali non si arriva a trovare un'intesa? Quali sono gli argomenti tabù? E quelli che scatenano i litigi? Fino a che punto ognuno dei due è disposto a modificarsi, tenendo conto delle esigenze e delle caratteristiche dell'altro?

Vissuti d'esclusione

Quando arriva il primo figlio si registra in genere un cambiamento cruciale, che spesso richiede una serie di riaggiustamenti: i coniugi si trovano calati in un nuovo ruolo, quello di genitori, tutto da esplorare ma che subito li responsabilizza nei confronti di un'altra persona. Un ruolo che modifica in parte anche le loro abitudini, i loro ritmi e i loro orari, e che qualche volta avvia una trasformazione degli stessi rapporti di coppia.

Può accadere, in effetti, che la madre cambi atteggiamento nei confronti del marito e che si concentri completamente sul figlio. Questo viraggio può produrre delle reazioni ansiose nel marito, il quale può sentirsi escluso, trascurato, abbandonato, tanto da ingelosirsi di quel rapporto, così perfetto e totalizzante, che si è stabilito fra la madre e il bambino.

Quello dell'emarginazione o dell'autoemarginazione del padre dal mondo madre-bambino, e della sua eventuale gelosia nei confronti della moglie-madre, è un tema di cui non si parla molto. In effetti, per questioni di carattere culturale e storico, si è sempre dato maggior rilievo al tema dell'invidia della donna per il ruolo maschile nella società. Nei fatti, però, anche se non viene riconosciuta esplicitamente e verbalizzata, questa realtà esiste: capita spesso che la madre formi una coppia così stretta con il figlio da modificare drasticamente il suo rapporto con il partner.

Questa possibilità, tuttavia, è tanto maggiore quanto meno il padre si lascia coinvolgere nelle cure parentali e nel rapporto con il figlio. Cosa che spesso succede quando l'uomo ritiene che i figli e la casa appartengano esclusivamente alla "sfera" femminile. In realtà, non esiste alcun divieto (se non di tipo culturale) al fatto che un uomo si occupi di un neonato. Quegli uomini che lo fanno possono riuscire bene: hanno uno stile un po' diverso da quello delle donne, ma ai bambini piace.

Equilibri in costruzione

La storia di una coppia è anche storia di nuovi equilibri, da edificare continuamente. Nuove nascite comportano ulteriori adattamenti: ogni presenza in più o in meno implica infatti non soltanto un cambiamento quantitativo, ma anche una riorganizzazione della vita familiare. È evidente che, aumentando il numero dei figli, ogni membro della coppia è sempre più coinvolto come genitore e ha meno tempo per il partner. Può anche essere più stressato e stanco e quindi diventare anche meno tollerante. Si è osservato che il peso della famiglia può essere sostenuto meglio se c'è un accordo di base tra i coniugi, se i due riescono a comunicare bene tra loro e se riescono a ritagliarsi dei momenti di privacy, in cui stare insieme in modo rilassato e senza la preoccupazione della prole. È spesso anche

bene, a tal fine, che la coppia riesca a costruire un equilibrio di rapporti con parenti e amici, con i quali condividere alcuni compiti pratici e risolvere alcuni problemi quotidiani.

Un accordo di fondo è fondamentale per i partner, ma anche per il benessere della famiglia. Nelle famiglie disturbate, in cui gli equilibri sono compromessi, vi sono spesso delle alleanze di un coniuge con i figli (o con un figlio) contro l'altro coniuge: alleanze magari non esplicite, ma reali e potenti, in cui i figli possono anche diventare degli strumenti di ricatto.

Mentre i figli crescono, l'età dei genitori cambia e in parallelo cambiano i bisogni e le aspettative, i rapporti con la scuola e quelli con l'ambiente sociale, gli amici e il lavoro. Durante gli anni in cui gli adulti sono più produttivi possono verificarsi varie trasformazioni (carriera, tipo di lavoro, abitazione, scuola del figlio) e questo può modificare ulteriormente i rapporti tra i coniugi. A volte la struttura familiare si modifica drasticamente per una morte o per l'arrivo in casa di un parente anziano che è rimasto solo. Questi avvenimenti comportano altri assestamenti e nuovi equilibri da costruire.

Educarsi a cambiare

Nell'arco della vita, come si è detto, una coppia deve riassetarsi varie volte. Ciò significa che deve essere pronta al cambiamento e possedere una buona malleabilità. Voler rimanere fermi ad uno stadio particolare della propria storia, senza accettare le naturali trasformazioni che sopravvengono, può cristallizzare il rapporto, renderlo sterile, segnare la fine.

Si pensi al momento in cui i figli lasciano la casa. Il ruolo dei genitori, a questo punto, è praticamente finito: padre e madre ritornano allo stato iniziale di coppia e gli anni in cui la vita scorreva a ritmo convulso lasciano il posto agli anni del "nido vuoto". Senza la mediazione dei figli, e tanti problemi pratici da risolvere, marito e moglie possono scoprire di non andare più d'accordo.

Oppure possono vivere questo periodo come una seconda luna di miele. La necessità di cambiare, insomma, è fondamentale. Non solo per far fronte alle trasformazioni imposte dalla vita, ma anche per crescere internamente. Questa necessità può essere intravista già molto presto nella storia della coppia, per esempio quando incomincia ad emergere il conflitto tra dipendenza e autonomia, tra il bisogno di fondersi con il partner e quello di mantenere una quota vitale di indipendenza, di separatezza. È, questo, uno degli aggiustamenti più importanti nella vita della coppia, sul quale conviene soffermarsi e riflettere.

Fusione e individuazione

In una coppia di innamorati l'uno tende ad identificarsi con l'altro, a realizzare una sorta di fusione. Nel rapporto d'amore ognuno dei due sente di essere unico per l'altro: questo tipo di relazione è molto gratificante, tanto che tutti aspirano ad essere innamorati almeno una volta nella vita. Nello stesso tempo, però, la maggior parte di noi ha anche una forte vocazione alla libertà personale. Fin da bambino ognuno è abituato a pensare a se stesso come a un essere libero, che ha diritto di realizzarsi e di essere capito dall'altro. Un tempo veniva esaltato soprattutto l'amore come "sacrificio", come "dedizione", oggi al contrario si rivaluta l'importanza dell'amore come "comunicazione", come "scambio": è un tipo d'amore che deve contribuire in maniera sostanziale alla realizzazione dell'individuo e alla sua crescita. Un tipo d'amore in cui il bisogno di fusione non si sovrappone a quello di individuazione. Un equilibrio fra dipendenza e autonomia che costituisce probabilmente l'aggiustamento più impegnativo, ma anche più decisivo, nella vita della coppia.

In effetti, nella visione di molte giovani coppie contemporanee, l'amore deve essere tale da non cristallizzare l'identità individuale, da non definirne una volta per tutte: deve consentire alla persona di evolvere e progredire verso l'autorealizzazione. È qui che possono nascere molte difficoltà: se si privilegia la fusione a scapito dell'autonomia, se si cerca di imprigionare l'altro, cercando di dominarlo, il rapporto di coppia entra in crisi, non solo perché chi è dominato può ribellarsi, ma anche perché chi domina, alla fine, resta spesso deluso, avvertendo l'impossibilità di crescere attraverso lo stimolo e la spinta del partner.

Le ambivalenze e i conflitti

Quando una coppia si blocca in questo modo ci sono vari esiti possibili: sciogliersi, restare insieme concentrandosi sui figli, portare avanti l'unione, e con essa la solitudine di ognuno, per motivi di opportunità. Un tempo la seconda e la terza eventualità erano piuttosto comuni. Oggi si sta diffondendo molto la prima: se la coppia non riesce a trovare il giusto equilibrio tra bisogno di fusione e bisogno di autonomia, si divide.

Tuttavia, a meno che non vi siano delle grosse incompatibilità di fondo, resta possibile portare avanti il rapporto di coppia, purché ci si impegni su alcuni punti e purché si riconoscano, anziché negarle o drammatizzarle, alcune precise realtà.

Una realtà ineluttabile, ad esempio, è l'ambivalenza. Un'altra è il conflitto. L'ambivalenza, cioè il provare nello stesso tempo dei sentimenti contrastanti per una persona (odio e amore, affetto e risentimento...), è un fatto

comune. Spesso noi abbiamo (perché dotati di fantasia, di capacità di sognare e desiderare) un'immagine idealizzata di quello che deve essere una persona e il nostro rapporto con lei. Poi, nei fatti, le cose sono diverse: la persona reale non è come quella idealizzata, ha i suoi limiti, i suoi difetti... Si tratta dunque di accettare il dato reale e di accettare anche l'idea che a volte si possono provare dei sentimenti negativi nei confronti delle persone più care.

Il conflitto è dovuto al fatto che ognuno ha dei bisogni, delle frustrazioni e dei desideri d'amore che possono non venire soddisfatti immediatamente, o completamente, dal partner. Si tratta allora di prendere coscienza del fatto che anche i conflitti, come le ambivalenze, possono essere inevitabili ed anche, in moltissimi casi, suscettibili di soluzione.

La flessibilità come valore

In genere chi proviene da una famiglia in cui le divergenze venivano abitualmente affrontate e risolte in modo flessibile, ha già imparato e sperimentato nel proprio ambiente d'origine alcune strategie adatte a prendere decisioni non prevaricanti e fare delle scelte efficaci e costruttive.

Al contrario, chi è vissuto in un ambiente psicologicamente rigido, in cui le ambivalenze e i conflitti impedivano un buon funzionamento, ostacolando la comunicazione interna e quindi la possibilità stessa di immaginare e negoziare soluzioni soddisfacenti, probabilmente incontrerà maggiori difficoltà nell'affrontare e nel risolvere i conflitti attuali, così come nel tollerare le ambivalenze. Sarà spesso più ansioso e vulnerabile, meno sicuro, meno flessibile e competente nella soluzione dei problemi. Potrà avere anche delle difficoltà nel riconoscere l'esistenza dei confini presenti tra le persone.

La fusione, dicevamo, non deve diventare controllo e non deve neanche annullare la personalità dell'altro. Alcuni sono veramente convinti che amare significa controllare: si sostituiscono all'altro, pretendono di leggere nella sua mente e sono certi di conoscere meglio di lui i suoi stessi desideri. Sono assillanti, soffocanti, intrusivi, fonti inesauribili di conflittualità e incomprensioni.

Riuscire invece a stabilire un rapporto di amicizia basato sulla parità, sulla flessibilità, sul riconoscimento delle differenze è uno dei fattori che più servono al funzionamento della coppia: è importante capire che non esiste in ambito psicologico una verità assoluta e incontrovertibile, ma che ognuno può avere una sua verità legata alla sua storia e alle sue caratteristiche personali, al suo temperamento e ai suoi progetti.

La capacità di differenziare

Nelle coppie e nelle famiglie sane c'è una divisione dei ruoli ma non c'è una figura che comanda e l'altra che obbedisce. C'è parità, anche se non una simmetria perfetta: ciò che prevale è la complementarietà.

Anche con i figli lo scarto di potere diminuisce nel tempo, via via che crescono e acquisiscono autonomia. Col trascorrere dell'adolescenza i genitori possono delegare loro autorità e responsabilità, ponendosi più come consulenti che come autorità. Alla fine i figli, diventati adulti, soggetti autonomi e chiaramente differenziati, potranno parlare con i genitori, da pari a pari, delle proprie scelte di vita e dei propri intendimenti.

Una caratteristica delle coppie sane è quella di saper differenziare anche le emozioni e i desideri dell'uno da quelli dell'altro. Questa capacità, che è strettamente connessa al riconoscimento dei "confini" individuali, e di cui rappresenta in certo modo il primo corollario emotivo, è di estrema importanza per poter vivere insieme, per prendere decisioni efficaci, per star bene l'uno con l'altro. Il non tener conto dei confini tra le persone, l'intrusività eccessiva, è una delle cause più frequenti della patologia della coppia. Così come la testarda insistenza nel mantenimento di certi confini non è un segno di salute nel rapporto. Ci sono dei momenti di fusione gratificanti in cui i confini possono venir valicati ed altri in cui debbono venir ristabiliti. Il giusto equilibrio tra questi due momenti è alla base di un buon rapporto.

È necessario che in alcuni momenti una persona abbia la possibilità di sentirsi un'entità separata, autonoma e differenziata e possa esprimersi come tale, senza subire intimidazioni.

Coppie sane e disfunzionali

Accettare e risolvere le ambivalenze, avere scopi in comune e saper compiere delle scelte sono elementi indispensabili per un affettuoso rapporto. Le coppie sane lo fanno, e in genere agiscono secondo questo principio.

Esse riescono a esprimere i desideri personali significativi, a farli rientrare nei limiti della situazione e delle persone interessate.

Una situazione contingente, ad esempio, può porre molti coniugi di fronte alla necessità del passaggio dallo schema tradizionale "padre = colui che porta i soldi a casa" e "madre = colei che si occupa della casa", a un sistema diverso nel quale entrambi gli adulti lavorano: quando l'ambivalenza viene risolta, vi è espressione di interesse reciproco e condivisione.

In altre situazioni, invece, i coniugi di un matrimonio disfunzionale possono scegliere l'arma dell'intimidazione. Possono cercare di far rientrare se stessi e il coniuge in uno stereotipo (il "marito vittima" di una "moglie

in carriera”, oppure la “moglie schiava” di un “marito possessivo”), col risultato di sentirsi entrambi ingannati. Nelle coppie disfunzionali le situazioni restano bloccate, i conflitti non vengono risolti né accettati, ma accentuati. Non si individuano gli obiettivi da perseguire e le strategie giuste, anzi si ritorna sovente a modalità infantili di comportamento, in cui prevale la paura del cambiamento, della perdita, della solitudine. Le energie migliori restano ingabbiate in una reiterazione senza fine.

Una proposta logoterapeutica

(La parte che segue è frutto di incontri di formazione e personali tra l'Autore e la Dott.ssa Elisabeth Lukas, la prima allieva di V. Frankl, e pertanto sono traduzioni e rielaborazioni dei principi e delle tecniche così come effettuati dall'A. medesimo)

Sulla base di quanto già esposto sulla Logoterapia di V. Frankl su questa Rivista, in particolare sul numero speciale per il 50° di fondazione del Centro Volontari della Sofferenza, sull'ultimo numero (AUS 3°/99) e nei due articoli del sottoscritto sulla Clinica logoterapica per la famiglia apparsi in AUS 4-5/98, proviamo a delineare un percorso pedagogico-clinico che abbia per intento la ricostruzione di una trama familiare, quando ci sia nei coniugi – o nella relazione, in senso lato – almeno la disponibilità a tentare di ritesserne i fili, e l'intuizione (quando non ancora una chiara comprensione) che tale relazione ha all'interno qualche motivo che la rende tuttora unica, valida, da mantenere.

Nella *Terapia Familiare Fondata sul Senso* (TFS) – o *Terapia della Relazione fondata sul Senso* – il punto di partenza è, per ciascun membro e per l'intero gruppo, la convinzione che nessuno è costretto ad emettere segnali e comportamenti “negativi” in risposta ad atteggiamenti simili provenienti dagli altri, MA ciascuno può emettere segni positivi e quindi non tanto collegati a quanto ricevuto, piuttosto legati a quanto ancora ciascuno sente di poter costruire per l'importanza della relazione, familiare o che sia, a cui appartiene.

La responsabilità non è più circolare e di gruppo ma è riappropriata dal singolo che, come individuo unico ed irripetibile, ha la responsabilità dei propri comportamenti anche indipendentemente dalle relazioni causali in atto. Se ognuno emette segni negativi perché dice di ricevere segni negativi, e finché ognuno dice che emetterà un segnale diverso solo SE prima lo emetterà qualcun altro che così farà il primo passo, allora non ci sarà mai crescita.

Nella TFS è importante che anche solo uno dei membri faccia un cambiamento, si avrà così inevitabilmente la rottura del circolo nevrotico in atto fino a quel momento.

“Tu vuoi essere uno che aumenta il dolore o uno che aumenta la speranza?”

- dà segni negativi aumenta la sofferenza nella famiglia;
- chi dà segni positivi aumenta la speranza che la famiglia cambi.

Forse non è detto che gli altri cambino, aumenta comunque la speranza che ciò possa avvenire, e almeno si toglie l'illusione che sia possibile far cambiare negli altri gli aspetti che non vanno; quante coppie falliscono perché uno, o entrambi, NON avevano veramente accettato del partner l'inezienza, ma avevano accettato il partner con la convinzione che sarebbero stati in grado di farlo cambiare in quel particolare che, sa sempre, non avevano accettato davvero?

Schema per la consulenza della coppia

(uomo-donna, padre-madre, madre-figlio, singolo-singolo, ...)

Si parte sempre da un caso concreto, dal problema del momento e che li spinge a richiedere un intervento esterno di consulenza.

Il counseling pedagogico-logoterapico TFS si sviluppa in tre livelli.

I° LIVELLO: autotrascendenza

Le domande della prima fase mirano alla ricostruzione della capacità di immedesimarsi nell'altro, cercare di capire l'altro.

Ad entrambi:

“Che cosa secondo lei, del suo comportamento, ha ferito suo marito (sua moglie, il partner)?”

Di solito all'inizio della consulenza si lascia che ognuno riferisca il proprio punto di vista sul rapporto e sulle cause dell'attuale disfunzionalità; cause che, proiettivamente, sono quasi sempre e solo dell'altro, e vedono anzi la condotta individuale come una risposta causata da quella dell'altro. Nella TFS ognuno viene invece invitato a riflettere su ciò che LUI stesso ha fatto per ferire: “Qual è stata la freccia negativa che ho lanciato e l'ha offeso?”

Dopo la prima serie di risposte viene posta la domanda di controllo

Ad entrambi:

“L'altro ha indovinato circa ciò che l'ha ferito?”

Se la risposta è affermativa si procede, altrimenti è necessario apportare le correzioni fino a quando, concordando e dissentendo, non si giunge comunque a dire, da parte di entrambi, un SI' su almeno un aspetto.

II° LIVELLO: autotrascendenza

Siamo ancora a livello di autotrascendenza, e l'invito fatto ad ognuno è

nell'ottica di aiutare l'altro con cui vuole ancora provare a vivere una positiva vita di relazione.

Ad entrambi:

“Vede una possibilità per favorire le cose al partner? Cioè: come pensa di poterlo offendere di meno? Oppure: Nella stessa situazione, vede la possibilità di modificare qualcosa in sè, o di sè, per ferire meno l'altro?”

Ognuno deve definire un piccolo passo verso l'altro; non deve farlo o suggerirlo il terapeuta, ma ciascuno dei due, poi

Ad entrambi:

“Pensa che sè la prossima volta lui/lei farà in questo mondo, la situazione potrebbe cambiare?”

Se uno dice NO, deve allora suggerire o dire cosa l'altro potrebbe fare per aiutarlo a stare meglio: ognuno ha la possibilità di correggere la proposta. Con il II° LIVELLO non si tratta di arrivare ad un accordo, piuttosto di fare una riflessione sul proprio comportamento: “Cambiando cosa, in me, renderei le cose più facili all'altro?”; ci si potrebbe anche rendere conto che si è, ciascuno, su posizioni ancora molto distanti, e che è ancora necessario un chiarimento di ciò che ferisce e di ciò che potrebbe alleviare l'esistenza nella relazione.

III° LIVELLO: autodistanziamento e autotrascendenza

Ad entrambi:

“Siete disposti a fare questo passo?”

La domanda si fonda sulla constatazione che sapere cosa aiuterebbe l'altro e farlo non sono la stessa cosa. In genere le coppie sanno cosa fa male al partner, e sanno molto spesso anche cosa andrebbe fatto per cambiare, ma poi ognuno chiede sempre qualcosa in più, o almeno prima fatta dall'altro, allora...

Ad entrambi:

“Sarebbe disposto a fare questo cambiamento *indipendentemente* dal fatto che l'altro reagisca altrettanto?”

Cioè: è disposto a fare questo passo senza alcuna condizione o alcuna aspettativa?”

Il **passo** è come un **dono** che facciamo all'altro per la relazione che c'è tra noi, per il **valore** del nostro rapporto, per salvare questo nostro rapporto *perché è ciò che vogliamo*.

Il paradosso per la TFS consiste nel fatto che anche se uno dei due dice NO, aumentano comunque le chance per la speranza: il cambiamento di uno NON può non agire nel profondo sulla coscienza dell'altro, e quasi

spingerlo a modificare **comunque** qualcosa di sé: se non altro come nuova e necessaria risposta alla situazione esistenziale mutata.

Si rompe in questo modo il circolo nevrotico, il circolo vizioso dell'immutabilità, del "così è e non sarà mai diverso da così".

In fondo solo un **no** da parte di entrambi può interrompere la consuetudine, perché è il **no** al voler cercare insieme una nuova speranza.

Ad entrambi la domanda di controllo:

"È disposto a ricevere questo passo verso l'incontro, questo dono, questo cambiamento dell'altro senza aspettarselo, e senza restarci male se qualche volta non andrà ancora bene come ci si aspetterebbe?"

Il **sì** dovrebbe venire da entrambi, ma se anche è un **sì** deciso in uno solo dei due, si chiede a chi ha detto **sì** se è comunque disposto a portare avanti da solo lo sforzo in funzione del **valore** del legame, e magari sperare che un giorno anche l'altro decida di collaborare.

La disponibilità occorre sia sempre **incondizionata**.

Concluse nel volgersi di qualche incontro le tre fasi, si invita la coppia a tornare dopo due settimane per una verifica; se necessario si affrontano le stesse fasi per un diverso problema, altrimenti si può cominciare a lavorare, per poi salutarli, sul loro riconoscere il **senso** ed il valore del legame, dell'altro come individuo unico, e del rapporto come terreno per la crescita di entrambi.

Lo stare insieme dovrebbe essere riscoperto nei tre piani della persona:

- sul piano fisico, con lo stare insieme;
- sul piano emotivo, con il piacere dello stare insieme;
- sul piano spirituale, con la scoperta del valore della relazione per il futuro di entrambi, come individui e come membri di una relazione fondata sull'amore e sul dono reciproco, a qualsiasi livello sia la relazione.

Solo se c'è un domani insieme, e un domani che ci permetta anche di vivere e sentirci bene insieme, allora si sarà disposti a tentare il superamento dei limiti dell'oggi.

Limiti che sono sul piano fisico o emotivo, superabili se c'è l'intenzionalità nella dimensione noetica.

Il **passo**, o dono, è un piccolo **pre-investimento**, una misura dell'amore per l'altro: alla fine ciò che sana è la dimostrazione dell'amore dato in regalo.

È evidente come, da questo schema, la **colpa** non viene presa in considerazione, essendo per intenzione un approccio di *counseling* orientato a potenziare ciò che c'è ancora di sano, piuttosto che a tentare di ridurre la parte malata del rapporto.

Il dialogo viene sempre riportato al **qui ed ora**: è una tentazione continua

il riversare sull'oggi le colpe e gli errori agiti o subiti in passato, come giustificazione del proprio comportamento quale risposta ad una causalità precedente ("Non è colpa mia, è l'altro che mi fa essere così, io non vorrei,....."), ed ognuno non fa che stimolare i punti deboli dell'altro.

Il dialogo, almeno in terapia, andrebbe sempre riportato al **momento**, usando il **perdono** per evitare che le sensazioni negative del passato smettano di condizionare le mie risposte del presente; occorrerebbe comportarsi come se ci si fosse conosciuti in **quel** momento, perciò privi di pregiudizi.

"Nella risposta che ora ti do, qual è il **senso del momento**, quale risposta è l'**unica** legata al **senso del momento**?"; altrimenti do una risposta legata ad un passato non ancora sistemato, o risolto o perdonato, e ciò potrebbe ributtare i due partner nella vecchia trappola psico-comportamentale fin troppo già usata, e per troppo tempo causa del circolo vizioso nevrotico relazionale.

"Qual è il **senso del momento** che aumenta la speranza per noi?"

La proposta pedagogica della **terapia familiare fondata sul senso** potrebbe rappresentare un invito a smettere di guardare solo al passato ed alle cause che hanno determinato l'oggi, piuttosto a spostare l'attenzione su ciò che, da oggi in avanti, aumenta la speranza per guarire, e vivere una vita significativa e di benessere per ciascuno e per il gruppo insieme.

nello spirituale, nelle attitudini e negli atteggiamenti delle persone: poiché saranno loro a determinare il destino della terra e dei suoi abitanti. In altri termini: *se il secolo prossimo non sarà un secolo spiritualizzato, non ce ne sarà più nessuno.*

capitolo ottavo

L'«ATTO COESISTENZIALE» DELL'AMORE

Secondo Sigmund Freud gli obiettivi terapeutici da raggiungere sono due: i pazienti affetti da malattie psichiche dovrebbero riacquistare:

- a) *la capacità di godere,*
- b) *la capacità di lavorare.*

Viktor E. Frankl ha modificato questi obiettivi terapeutici e ne ha aggiunto un terzo. Dal suo punto di vista i pazienti affetti da malattie psichiche dovrebbero riacquistare:

- a) (invece della capacità di godere) *la capacità di amare,*
- b) *la capacità di lavorare,*
- c) (e inoltre) *la capacità di soffrire.*

Se questi sono gli obiettivi terapeutici da raggiungere nell'intervento in caso di crisi, per la prevenzione delle crisi questo significa che le tre capacità su menzionate dovrebbero possibilmente conservarsi e non andare perdute, poiché altrimenti c'è proprio il pericolo della malattia psichica che rende necessaria una psicoterapia. A completamento del nostro breve studio di igiene psichica, vogliamo quindi riflettere qui di seguito su quello che ottiene e sollecita la capacità di amare e di lavorare dell'uomo e riflettere sempre sul modo in cui si può assicurare la stabilità psichica, anche quando rapporti d'amore od opportunità di realizzazione nel lavoro vengono a mancare; quindi,

quando è chiamata in causa la capacità di soffrire dell'uomo.

Esaminiamo per prima cosa la *capacità d'amore*. Viktor E. Frankl ha volutamente mutato l'espressione «capacità di godere» in «capacità d'amare», poiché per amore non intende un mezzo di godimento per raggiungere lo scopo del soddisfacimento del proprio bisogno — neanche sotto forma di una «sublimazione della sessualità» — bensì un mezzo per esprimere qualcosa che va ben oltre il soddisfacimento del proprio bisogno, cioè un «atto coesistenziale». L'uomo, come essere tridimensionale nella sua totalità fisico-psichico-spirituale, in qualità di persona che ama, può comprendere un'altra persona nella stessa totalità fisico-psichico-spirituale, per così dire da esistenza a esistenza. Però può anche restare in un rapporto bidimensionale o persino unidimensionale con l'altra persona; in tal caso si ha un rapporto fisico e psichico, ma l'«atto coesistenziale» non ha luogo¹.

La relazione unidimensionale si stabilisce attraverso un puro interesse sessuale nei riguardi del partner, la cui attrazione fisica risveglia questo interesse. La relazione bidimensionale invece è già indice di un rapporto con la struttura psichica del partner, le cui qualità, i cui comportamenti ed i flussi stimolano l'emotività dell'osservatore nella direzione dell'«innamoramento». Ma è ancora possibile scambiare il partner con qualcuno che abbia qualità o modi di comportarsi simili, con un «tipo» che eserciti un influsso paragonabile. Soltanto l'amore vero si spinge fino alla struttura individuale dell'altra persona e si avvede della sua es-

senza incomparabile: lo spirituale comprende lo spirituale.

«Colui che ama in tal modo — leggiamo in Frankl — non è più eccitato nel proprio fisico o scosso nella propria emotività, ma commosso nel profondo dello spirito, toccato dall'umanità di un altro. L'amore è l'essere rivolti alla persona spirituale dell'amato, con la sua irripetibilità e singolarità... Mentre a colui che è preso sessualmente o innamorato piace, rispettivamente, una caratteristica fisica o una qualità psichica «del» partner, colui che ama, ama qualcosa che la persona «ha», non soltanto qualcosa «della» persona amata, bensì lei stessa; non qualcosa che la persona «ha» ma, per l'appunto, ciò che essa «è»².

Alla luce di questa definizione si può spiegare molto bene la differenza tra i modi di vedere di Frankl e di Freud. Freud definì lo stato dell'innamoramento come una forma di «aspirazione inibita nell'obiettivo» e intendeva con ciò «inibita» sulla strada dell'unione sessuale ricca di godimento. Frankl accetterebbe anche l'innamoramento inteso come forma di «aspirazione inibita nel suo obiettivo», tuttavia interpreterebbe al contrario l'«impedimento», cioè come un'«inibizione sulla strada dell'amore autentico e vero».

Così si spiega perché Frankl, laddove Freud par-

dimensione spirituale	amore vero, autentico	«aspirazione inibita nel suo obiettivo» (secondo Frankl)
dimensione psichica	innamoramento emotivo	«aspirazione inibita nel suo obiettivo» (secondo Freud)
dimensione fisica	interesse puramente sessuale	

¹ Argomento trattato diffusamente nel libro di Frankl, *Logoterapia e analisi esistenziale*, Morcelliana, Brescia 1977, trad. E. Fizzotti, capitolo «Il significato dell'amore», pp. 164-205.

² Viktor E. Frankl, *Logoterapia e analisi esistenziale*, Morcelliana, Brescia 1977, trad. E. Fizzotti, pp. 166-167.

la della «capacità di godere» come obiettivo terapeutico, ha introdotto il concetto di «capacità d'amare». La logoterapia non sostiene per questo che una volta o l'altra uno non possa innamorarsi; tuttavia, se non si arriva *mai* a un profondo rapporto interpersonale viene a mancare una grossa sfera di realizzazione nella vita dell'uomo. Questo a prescindere dal caso in cui vi si rinunci volontariamente, per essere «liberi» ai fini di un intenso rapporto trascendente o per prestare un servizio al prossimo, scelte queste che rappresentano un'analogia vicinanza spirituale a un altro essere, qualunque non si esprimano in termini fisici, e presentano perciò una sfera di realizzazione analogica. Questo significa per il singolo individuo che egli:

- a) è rimasto fermo al livello dell'interesse puramente sessuale verso l'altro sesso, il che limita la sua sfera di percezione e di esperienza all'istinto sessuale e alla sua abreazione, oppure
- b) è rimasto fermo al culto di un tipo anonimo di partner e si lascia «abbindolare» continuamente da persone appartenenti a questa tipologia.

Per i rapporti di coppia questo significa inoltre che:

- a) le opportunità di crisi sono relativamente ridotte se ambedue i partner si incontrano allo stesso livello di amore, e in particolare sono ottimali se l'incontro ha luogo al massimo livello dell'amore autentico; tuttavia significa che
- b) si giunge a crisi, cioè a rapporti infelici e insoddisfatti o a blocchi sessuali, se i due partner si incontrano a diversi livelli d'amore.

Mettere in dubbio l'*insostituibilità del partner* o la *stabilità di un rapporto d'amore* rappresenta il pericolo maggiore per i rapporti di coppia. Mettere in dubbio questi elementi è impensabile nell'ambito della definizione di amore autentico di Frankl.

Partner II		Partner I	
Interesse sessuale	Innamoramento	Amore vero	Amore vero
Rapporto infelice, inappagato	Rapporto infelice, inappagato	Innamoramento	Rapporto di amore ottimale
<i>Peticolo</i>	Flirt innocente	Interesse sessuale	Rapporto infelice, inappagato
Avventura di sesso senza importanza	<i>di bloccaggio sessuale</i>		

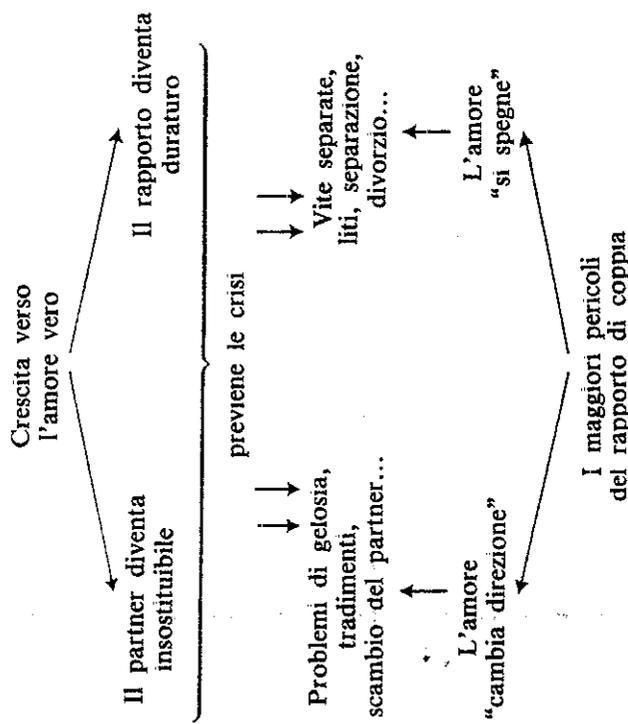
non favorisce l'insorgenza di crisi

Poiché «... gli stati fisici sono transitori, gli stati d'animo non perdurano, ma gli atti spirituali in qualche modo sopravvivono a se stessi» (Frankl), l'amore per un'altra persona, com'è noto, sopravvive persino alla sua morte. Esso non è legato alla fisicità o all'eco emotiva dal punto di vista logoterapeutico, è piuttosto la *premesa* dell'unione psicofisica, e se quest'ultima non è possibile o non lo è più, non per questo la sua premessa scompare.

Perciò uno dei compiti maggiori della pedagogia e della prevenzione delle crisi è quello di contribuire a far sì che si superi lo stadio dell'interesse puramente sessuale e del mero innamoramento fino ad arrivare all'amore autentico. Se si riesce in questo la persona è anche capace di fedeltà (→ insostituibilità del partner) e di costanza (→ stabilità del rapporto d'amore), e una vita sessuale sana — in condizioni normali — viene da sé.

Poniamoci questo interrogativo: come si può incoraggiare nella pratica una crescita verso l'amore, in particolare il passaggio dall'innamoramento all'amore autentico? Vorrei dire: fra l'altro attraverso il colloquio sull'essenza dell'amore umano.

L'uomo moderno, malgrado la sua indescrivibile presunzione, in molte cose è così disorientato che bisogna fargli scoprire i più elementari principi di saggezza della vita, anche se essi da millenni appartengono al patrimonio di conoscenze dell'u-



manità. Spesso non sa che cosa vuole, come abbiamo spiegato. Spesso non sa neanche che cosa fare del suo tempo libero, e questa è la più incomprensibile testimonianza di povertà del nostro tempo. Inoltre egli non sa come si allevano i figli e di qui si genera la grande confusione dei genitori di oggi. E infine egli non sa più cosa è l'amore. In una trasmissione televisiva tedesca Elisabeth Kübler-Ross affermò: «Dobbiamo imparare di nuovo a morire», il che serve a capire quanta naturalezza sia andata perduta nella vita di oggi.

Quindi dobbiamo imparare di nuovo ad amare. Questo «imparare ad amare» può essere stimolato dall'esterno, nella misura in cui non si accettano con indifferenza gli atteggiamenti sbagliati, ma si mettono quanto meno in discussione. Ripetutamente, nel corso della mia attività di consulenza, sento affermazioni di pazienti che dimostrano che la loro capacità di amare è limitata, è ancora in uno stadio immaturo, e ogni volta de-

dico del tempo a cogliere queste affermazioni e a riflettervi su, anche se esse non hanno nulla a che vedere con la problematica acuta. Ma spesso risulta che in ultima analisi c'è un nesso con il fallimento reale, poiché chi non sa amare non ama neanche se stesso e la sua vita o viceversa: chi fallisce nella vita, in qualche momento e da qualche parte ha amato troppo poco.

Esempi di dichiarazioni di pazienti, raccolte nella mia esperienza di psicoterapeuta, tipiche degli stadi immaturi dell'amore:

10. «Mi sposerei volentieri, ma dovrebbe essere la donna giusta. Non dovrebbe essere troppo vivace, altrimenti la mia vita si farebbe troppo inquieta, ma neanche troppo scialba, perché per annoiarmi non ho bisogno di compagnia. Dovrebbe essere carina, ma non tanto da far girare la testa a tutti gli uomini...».

(Dichiarazione di un uomo di 40 anni che va in un bordello ogni sei settimane e non ha mai avuto un rapporto d'amore profondo con una donna).

11. «Guardi, spendo 200 marchi al mese in prodotti di bellezza, frequento campi sportivi e feste da ballo che non mi interessano affatto per trovare un compagno. Ho già messo annunci sul giornale, ma non ha mai funzionato. Ho sempre e soltanto relazioni passeggero che finiscono sempre allo stesso modo. Inoltre non sono più brutta di altre. Da che cosa può dipendere?».

(Dichiarazione di una donna di 35 anni che ha già alle spalle 20 brevi relazioni e due aborti come conseguenza di tali relazioni).

12. «Dopo la nascita dei bambini mia moglie si è sempre più negata a me, per cui sono andato a cercarmi altrove quello che mi spetta. Perciò lei adesso non può lamentarsi; inoltre provvedo largamente per lei e i ragazzi, che cosa vuole di più?».

(Dichiarazione di un imprenditore di successo, padre di quattro figli e «amante» di donne sempre diverse. Sua moglie ha preso in considerazione il divorzio).

13. «Desidero avere dei figli, ma quanto agli uomini sono troppo scottata. Tanto gli uomini sono tutti uguali: prima ti viziano con regali, e poi quando ce di li devi servire e riverire per tutta la vita. No, allora benedico la mia libertà!».

(Dichiarazione di una giovane donna che ha vissuto more uxorio per cinque anni senza avere figli con un uomo col quale poi si è lasciata. Ha sofferto di un esaurimento nervoso e da allora vive sola).

Osserviamo le dichiarazioni di questi quattro pazienti prendendo in considerazione gli atteggiamenti verso l'amore in esse contenuti. Tutto si svolge nella visuale limitata dell'aver e del volere avere, non traspare mai l'essere individuale che sa guardare oltre.

10. Il paziente presuppone per il matrimonio nella migliore delle ipotesi l'innamoramento, cioè il fatto che a lui piacciono le qualità morali della compagna. Lei deve avere in sé ciò di cui lui ha bisogno. Egli non «intende» qualcosa che lei «è» o «potrebbe essere», bensì qualcosa che lei dovrebbe «avere», che «ha» per lui. Questo è un atteggiamento pericoloso, poiché tutto ciò che una persona possiede può andare perduto, è sostituibile ed eventualmente persino acquistabile o vendibile. Tutte cose che sono inconciliabili col carattere di congiunzione dell'amore vero, con l'attaccamento dei partner e con la responsabilità che è alla base di un tale attaccamento. L'innamoramento in fin dei conti è una controindicazione per il matrimonio!

Questo atteggiamento del paziente si esprime conseguentemente col fatto che egli cerca regolarmente una prostituta. In questo caso i due «partner» stanno bene insieme: lei vuole avere del denaro, lui vuole avere una soddisfazione sessuale; ci si incontra sul piano dell'aver e su di esso di nuovo ci si separa. Non c'è «problema di rapporto», tuttavia la prostituzione dal punto di vista dell'igiene psichica non è meno discutibile che dal punto di vista dell'igiene fisica. Infatti chi ne fa consumo si esercita in una «sessualità spersonalizzata», cosa che facilmente gli può sbarrare in seguito la via verso una vita affettiva degna di un uomo.

12. Anche questo paziente ha sviluppato un atteggiamento simile, nonostante si trovi in una situazione di vita diversa. È già sposato e padre di quattro figli. Mentre al paziente menzionato prima si può solo consigliare di non sposarsi mai o di rivedere interamente la sua concezione dell'amore, nel caso dell'imprenditore ci si trova di fronte al fatto che il suo matrimonio minaccia di andare in pezzi e i suoi figli corrono il pericolo di diventare orfani in seguito al divorzio dei genitori. Di conseguenza bisognerebbe cercare di migliorare l'atteggiamento di questo paziente, mostrandogli che proprio il suo atteggiamento («Quello che non ricevo a casa me lo prendo altrove») spiega quanto sua moglie sia per lui equiparabile ad altre e sostituibile e quanto poco egli abbia colto e si sia sforzato di coglierne la natura irripetibile. Possiamo supporre che la moglie sia sottratta a lui per questo motivo, poiché avvertiva che il desiderio di lui non «intendeva» affatto lei, non era espressione di vero amore, ma soltanto un impulso a ricavare piacere. Il suo rifiuto era riferito alla «masturbazione del marito su di lei».

Questo vuol dire che è stato il suo atteggiamento «senza amore» che ha portato al rifiuto da parte della moglie, poi alle sue tante avventure e infine al rovesciamento della sua felicità coniugale. In un vero rapporto d'amore fra due partner non si arriva quasi mai a un rifiuto sessuale, ma se ci si arriva esso non svolge un ruolo essenziale; l'uno aspetta l'altro e l'altro a un certo momento è di nuovo pronto. E persino se il rapporto sessuale non dovesse essere possibile per motivi di salute non è una disgrazia: l'amore come atto di intenzionalità e coesistenza spirituale non viene intaccato da impedimenti fisici.

11. e 13. Ambedue le pazienti sono molto infelici. L'una perché *sopravvaluta* l'importanza di un rapporto di coppia nella sua vita e vuole ottenerla in modo innaturale. Vale a dire rinunciando alla propria individualità e uniformandosi a un tipo (sia esteticamente che nel comportamento): al «tipo della donna desiderabile», il che — ed è questa la falsa conclusione della quale diviene schiava! — fa scomparire agli occhi degli altri l'unicità della sua natura che sola potrebbe renderla «degnata d'amore». L'altra paziente invece è infelice perché *sottovvaluta*

l'importanza di un rapporto di coppia nella sua vita e si rinchioda saldamente fra le mura del suo atteggiamento esacerbato. Cioè negando l'individualità dei suoi compagni potenziali e classificando tutti gli uomini in un tipo comune: il «tipo di uomo autoritario», il che — e qui siamo di fronte ad una falsa conclusione analoga alla precedente! — priva ab initio tutti i partner potenziali di qualsiasi «possibilità di essere degni d'amore».

L'amore vero, definito come la scoperta della natura unica di un'altra persona, arricchisce in ogni caso la vita dell'uomo, persino quando non è ricambiato. Soltanto se una persona che ha avuto un'esperienza d'amore rimasta inappagata è consapevole di questo e, nonostante il mancato appagamento, riesce a provare un sentimento di gratitudine, essa è aperta a nuovi «incontri coesistenziali». Altrimenti, come l'ultima paziente menzionata, essa si chiude al mondo delle persone che la circondano, perché non vuole soffrire una seconda volta. Sebbene, in fin dei conti, il chiudersi in sé procuri una sofferenza ancora più grande: la sofferenza della solitudine.

Sarebbe quindi terapeuticamente sbagliato consigliare uno che soffre di pene d'amore dicendogli che al mondo esistono altre persone; infatti egli piange per quell'unica, se l'ha veramente amata, che per lui resta insostituibile! È possibile consolarlo soltanto mostrandogli quale dono abbia ricevuto incontrando la persona amata, anche se questo incontro è stato limitato nel tempo.

Diamo ancora un'occhiata allo schema di pagina 143. Gli spazi in cui compare «rapporto infelice, inappagato» contraddistinguono situazioni in cui un partner ama e l'altro no. Qui la definizione di «rapporto inappagato» vale per chi ama, al quale viene negato l'appagamento del suo amore sotto forma di amore ricambiato. La definizione di «rapporto infelice» vale però per l'altro, che non

è in grado o non è disposto a ricambiare con amore l'amore che riceve; a lui è preclusa la felicità di «vedere con occhi spirituali», di «ricevere con antenne spirituali», che costituisce la magia dell'amore. Una felicità che rimane sempre accessibile a «colui che ama inappagato».

Il pericolo di blocchi sessuali invece insorge laddove uno cerca solo «sesso» e l'altro «sentimento». La maggior parte delle volte chi cerca il sesso è il partner maschile, chi cerca il sentimento è la partner femminile. Poiché l'uno non può dare all'altro ciò che questi cerca non si giunge né alla tenerezza desiderata, né a una sessualità soddisfacente; e mentre eventualmente la tenerezza si può ancora simulare, l'organismo si difende da una funzione sessuale che gli viene richiesta contro voglia.

Con Frankl abbiamo definito l'amore, cioè l'amore vero, come un *presupposto* della sessualità dell'uomo. Perciò sappiamo che la sessualità non può riuscire se manca il presupposto. Se un'intera «ondata di sesso» attraversa le popolazioni, se improvvisamente l'offerta di cinema e letteratura porno diviene ampiamente diversificata come mai in passato, se scuole di flirt cominciano a insegnare a sorridere dietro compenso e a fornire indicazioni secondo il motto: «Come si seduce una donna?», se la molteplicità delle informazioni sulle pratiche sessuali aumenta, il che è certamente segno del fatto che la sessualità effettivamente praticata è in cattive acque, allora sappiamo che l'amore è andato smarrito per un'intera generazione.

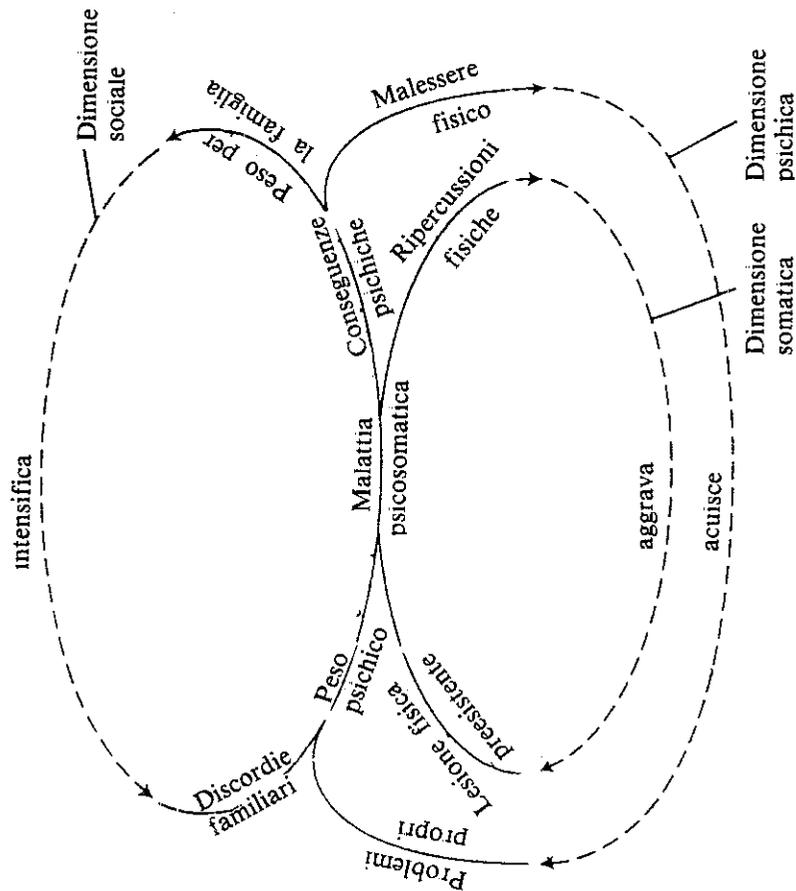
IL MODELLO DI UNA TERAPIA FAMILIARE CENTRATA SUL SENSO

Nel bene della famiglia è radicato il bene del singolo e se il clima familiare è «avvelenato» è difficile che il singolo rimanga sano. Nel 1978, in una ricerca scientifica condotta su incarico dell'Unione Medici Convenzionati, si è osservato che il 40% circa delle malattie sono condizionate a livello psicosomatico, cioè hanno *anche* una componente psichica, e che circa la metà di questa componente psichica è connessa a discordie e conflitti familiari. Ciò significa in altri termini che il 20% di tutti i casi di malattia si potrebbero evitare se la vita familiare della persona in questione fosse intatta.

Tuttavia non è solo la vita familiare che gioca un grosso ruolo nella storia delle origini di una malattia psicosomatica. Anche la malattia, a sua volta, influisce sulla vita familiare e la affligge. O in termini ancora più generali: le malattie psicosomatiche non soltanto sono soggette a forti influssi interni ed esterni, ma hanno anche forti ripercussioni a livello sociale, psichico e somatico che le rendono croniche.

Poniamoci questo quesito: come si arriva a un contrasto familiare, a un «clima familiare avvelenato»? La teoria secondo la quale *tutti* i membri della famiglia devono essere compartecipi è sbagliata. In fin dei conti anche nella famiglia le cose

dipendono dal singolo e il singolo possiede la libertà di decidere e le possibilità di scelta riguardo al proprio comportamento. Egli non è una «funzione del sistema», né una marionetta all'estremità di quei fili che partono dagli altri familiari e si congiungono in lui.



Un approccio causale come modello di spiegazione dei processi di azione intrafamiliari deve necessariamente fallire, poiché il comportamento di ciascuno potrebbe essere ricondotto al comportamento di altri membri della famiglia e così via fino ad «Adamo ed Eva». Procedendo in questo modo non si arriva a vere spiegazioni, ma soltanto a un annullamento della responsabilità del singolo che viene trasformata in una «responsabilità

collettiva», che in pratica non è più una responsabilità. Pertanto nessuno sarebbe colpevole di una discordia familiare.

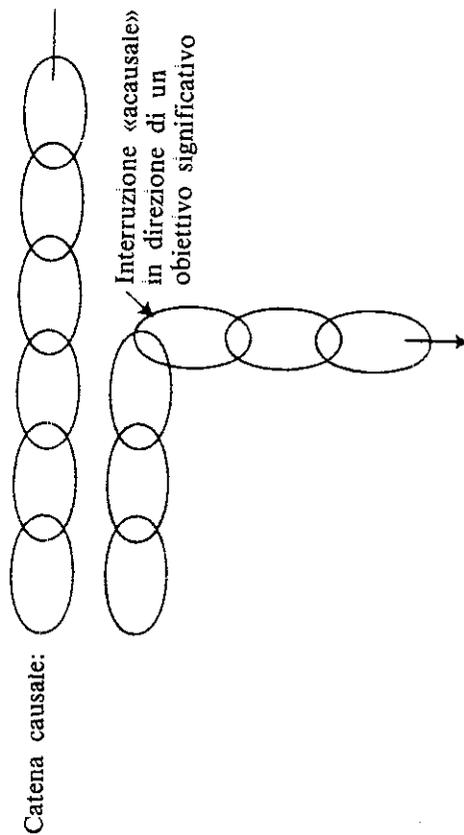
Esempio di un *approccio esplicativo causale*: il padre beve *perché* sua moglie lo frustra, la moglie lo frustra *perché* si irrita quotidianamente per il figlio maggiore, il figlio maggiore irrita la madre *perché* sin da piccolo si è sentito rifiutato da lei, la madre lo ha rifiutato *perché* lei a quel tempo non voleva avere ancora figli, ma ebbe il figlio *perché* lei e suo marito non erano nelle condizioni di fare una pianificazione familiare regolare, e non lo erano *perché* per i loro genitori l'argomento «sessualità» era ancora tabù, e via di questo passo.

La catena causale è infinita anche in senso inverso:

poiché il padre beve, la figlia preme per andarsene presto via da casa; *poiché* lei esce spesso, i fratelli più piccoli sono gelosi; *poiché* essi invidiano la sorella, parlano male di lei alla madre; *poiché* alla madre vengono riferite cose negative, lei reagisce a livello psicosomatico; *poiché* è malata di frequente, trascura l'andamento della casa; *poiché* va tutto a catafascio, il padre torna malvolentieri a casa; *poiché* preferisce restare fuori, va in osteria e beve...

Vediamo che l'approccio causale affonda nelle sabbie mobili della storia (i nonni si comportavano così perché i loro genitori...), oppure crea strascichi senza fine che rimandano al punto di partenza («modello di circolo vizioso»). Questo è il punto debole della terapia familiare sistemica che si sforza di scoprire i processi di azione intrafamiliari, ma si invischia nell'approccio causale e alla fine trova solo vittime e non più responsabili. Se ogni membro della famiglia è vittima del comportamento di altri membri della famiglia, o si ritiene tale, non è più possibile essere di aiuto.

Nella logoterapia l'approccio causale viene superato grazie a quello finale, cioè il comportamento del singolo viene valutato non tanto secondo la sua genesi quanto secondo il suo orientamento verso il senso e verso l'obiettivo. La logoterapia, ad esempio, non troverebbe del tutto irrilevante il motivo per cui il padre beve, tuttavia chiederebbe se per il bene della famiglia ha senso *che* il padre beva e, se la risposta è «no», se egli non possa *smettere per amore della famiglia*, indipendentemente dal motivo per cui ha cominciato e dal fatto che questo motivo esista ancora o no. Infatti se le catene causali vengono interrotte una volta in modo «acausale», alla luce della consapevolezza di un obiettivo finalizzato, esse proseguono poi in una direzione completamente diversa da quella seguita fino a quel momento.



Per restare ancora una volta nell'ambito del nostro esempio, supponiamo che il padre da un certo momento in poi non beva più e sia affettuoso e gentile con la moglie, *sebbene* lei lo frustri (perché si irrita per il figlio e così via). Che cosa succederà? La figlia sta meglio in casa, esce meno, si creano meno attriti fra lei e i fratelli più piccoli,

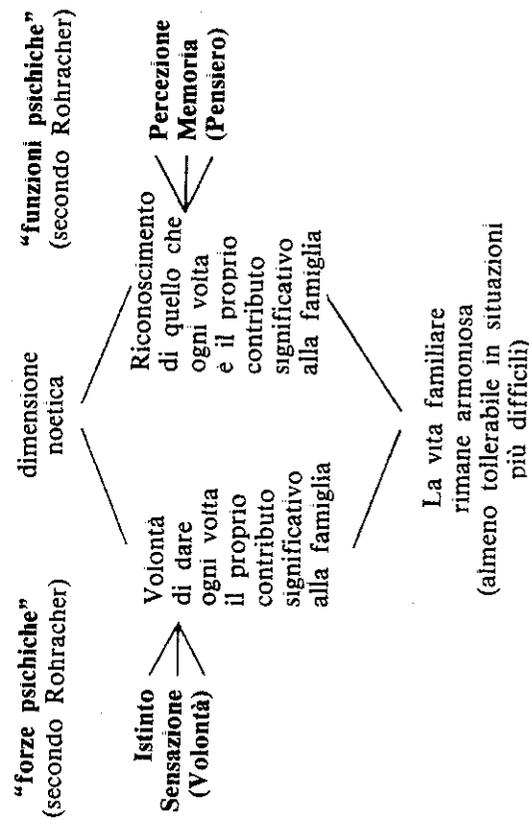
questi non bombardano più la madre con lamenti, la madre resta più stabile a livello psicofisico, sopporta meglio le arrabbiate che le procura il figlio maggiore e non frustra più il marito; improvvisamente il padre non ha più alcun motivo per bere! *Egli ha smesso di bere quando aveva ancora motivo di bere e, grazie al fatto che ha smesso, il motivo è scomparso!*

Per rompere uno di questi disgraziati strascichi senza fine è dunque già sufficiente che un singolo membro della famiglia compia un «pre-investimento finalizzato», che dia una direzione nuova e più sensata al metodo causale. In merito a tali «pre-investimenti» va detto quanto segue: sono atti della volontà di tipo intenzionale, sostenuti dalla «volontà di significato», si potrebbe dire anche dalla «volontà di significato della famiglia». Non sono prodotti né causati da nulla, ma compiuti proprio volutamente, per cui sono acasali (in realtà si dovrebbe reagire diversamente, o ci si sente inclini ad agire diversamente), ma finalizzati. Il loro effetto si può dimostrare bene con l'esempio dell'eco. Se la persona stessa, o una persona che gli sta vicino, gridano nel bosco qualcosa di negativo, risuona un'eco negativa (in termini di sentimento), la quale induce a dare nuovamente qualcosa di negativo di sé e così via. Anche questo processo si può interrompere solo attraverso il «pre-investimento finalizzato», gridando per una volta nel bosco, in modo del tutto acasuale, qualcosa di positivo, nonostante nell'orecchio risuoni un'eco negativa, ma senza cercare di analizzare l'origine di tale eco negativa.

Con questo approccio di pensiero non accade che ciascuno sia vittima dell'altro, bensì ciascuno è «responsabile» per sua iniziativa, anche se la sua azione consiste soltanto nel reagire in un modo o nell'altro a ciò che gli viene fatto. In tal modo la responsabilità — anche del bene dell'intera fa-

miglia — resta del singolo e non si dissolve in una «responsabilità collettiva», allargata, che non spetta a nessuno in particolare.

La *terapia familiare centrata sul senso*, nata da questo approccio logoterapeutico, opera quindi principalmente con i singoli individui. Essa offre assistenza nella ricerca di ciò che gli viene richiesto e affidato nell'interesse della loro famiglia, secondo il senso che il singolo può realizzare nel qui ed ora per la collettività alla quale appartiene. Essa inoltre lo incoraggia a investire in un «pre-investimento finalizzato» come suo contributo personale all'armonizzazione della famiglia, e allo stesso tempo lo incoraggia a seminare per contribuire al raccolto e a parteciparvi: più come fenomeno concomitante che come evento desiderato.



Oltre al lavoro con i singoli membri della famiglia, nell'ambito della terapia familiare centrata sul senso, contemporaneamente vengono condotti anche colloqui collettivi con più membri della famiglia o con tutti insieme, al fine di spingere al

centro dell'attenzione comune la totalità della famiglia che comprende le singole persone. Così si evidenziano quali sono i semi germogliati dai colloqui individuali precedenti, quali sono le vecchie catene causali che sono state già «spezzate». Naturalmente emerge pure ciò che c'è ancora da elaborare: significatività non riconosciuta e significatività non voluta. Se la prima segna il cuore della prevenzione e dell'intervento logoterapeutico, la seconda segna il suo limite. Ciascun membro della famiglia può essere condotto sino alla soglia della sua responsabilità, fino al punto in cui riconosce che cosa gli compete al fine di conservare, proteggere, salvare, rivalutare la famiglia e consentire che divenga un luogo di incontro degno dell'uomo e un luogo di amore reciproco; peraltro, al di là di questo punto, non c'è più accompagnamento terapeutico e neanche logoterapeutico, poiché al di là di questa soglia c'è il proprio esistenziale o il no di un essere che è spiritualmente libero.

Da quanto abbiamo illustrato sinora risulta chiaramente che la terapia familiare centrata sul senso è orientata al mantenimento della famiglia, anche se naturalmente deve rispettare le libere decisioni dei singoli membri. Per tale motivo, in conclusione, vorrei prendere posizione rispetto all'argomento spesso citato secondo il quale talvolta per una coppia di coniugi è meglio separarsi che tormentarsi costantemente. Questa argomentazione ha un alto grado di plausibilità e tuttavia traslascia tacitamente la questione se non ci sia un'altra possibilità di trasformare uno stato reale in uno stato ideale accettabile. Questa argomentazione mi fa pensare agli aspiranti suicidi che ho conosciuto nel corso della mia esperienza professionale; essi argomentano sempre allo stesso modo, dicendo cioè che è meglio morire piuttosto che tormentarsi costantemente.

Dal punto di vista logoterapeutico non si considera soltanto lo stato reale («non siamo fatti l'uno per l'altra», «siamo troppo diversi», «sono successe troppe cose»), non soltanto ciò che «è» in una coppia di coniugi, ma anche quello che «può divenire», le possibilità di significato, ciò che può ancora svilupparsi, proprio in forza delle decisioni personali. Riguardo a quello che può divenire si configura quel che si potrebbe definire un «postulato etico»: ciò che di significativo è possibile dovrebbe potersi sviluppare, il matrimonio è affidato ai coniugi, il ruolo di genitori ai genitori; e qui c'è più che un semplice *dato di fatto*, che si può ritenere positivo o negativo, c'è un *incarico che viene affidato*, qualcosa di fronte a cui ci si trova.

I semplici dati di fatto si potrebbero eliminare dal mondo se si rivelassero inadatti, ma quello che viene affidato a una persona lo si può solo realizzare o non realizzare ed entrambe le cose restano nel mondo: la propria prestazione esattamente come il proprio fallimento. È davvero simile al caso del suicida, il quale non risolve un problema né elimina dal mondo la cosa negativa che lo opprime, ma elimina dal mondo soltanto se stesso e lascia dietro di sé il problema non risolto, da lui non risolto, il peso della cosa negativa. Per questo ogni divorzio e ogni separazione quasi inevitabilmente causano un'esperienza di fallimento, persino in coloro i quali vi hanno contribuito poco poiché è stato il partner che ha voluto separarsi. Nel profondo dell'anima resta un senso di malessere: qualcosa di ideale che non è divenuto realtà.

Una consulenza matrimoniale e familiare ottimale si sforza quindi di aiutare coniugi e genitori a portare a buon fine il compito che una volta essi stessi hanno scelto.

Per ragioni di contrapposizione vorrei concludere questo capitolo con un *esempio tratto dalla*

terapia familiare sistemica (non centrata sul sen-
so), che mi è stato raccontato¹.

14. Si trattava di una famiglia costituita da un padre anziano e malaticcio, una moglie più giovane e piena di vita e un figlio «idiotia», cioè mentalmente ritardato. I genitori avevano consultato uno specialista, per sapere se si potesse fare qualcosa per stimolare lo sviluppo intellettuale del bambino, che li aveva poi mandati da una terapeuta della famiglia. Questa sottopose l'intera famiglia ad alcune sedute «smascheranti» e infine offrì ai genitori la seguente spiegazione «causale» dell'insorgenza dell'«idiotia» nel bambino, che fu ritenuto «portatore sintomatico» di un sistema di riferimento disturbato:

a) La madre odia il padre, però non osa manifestargli questo sentimento. Solo se il figlio è «abbastanza idiota» il padre rimprovera il bambino e allora la madre ha l'occasione desiderata per scagliarsi a sua volta sul marito e urlargli di lasciare in pace il bambino. A questo scopo lei ha bisogno di un figlio «idiotia».

b) Il padre ha paura di perdere la moglie giovane e piena di vita, per la quale lui non è abbastanza attraente e virile. Però il bambino mentalmente ritardato tiene la madre in casa e la priva dell'impulso di cercare avventure extraconiugali. A questo scopo il padre ha bisogno di un figlio «idiotia».

c) Il bambino avverte i desideri dei genitori e li esau-
disce restando «idiotia». In termini tecnici vale a dire: si adatta a un ambiente disturbato.
E ora, persino correndo il rischio di essere presa in giro e definita un'incorreggibile idealista, vorrei aggiungere alla relazione il fatto che io, anche dopo 16 anni di intenso lavoro terapeutico con famiglie di tutti i ceti, non posso credere che una madre sacrifici senza scrupoli il figlio per poter insultare il marito, che un padre sacrifichi senza scrupoli il figlio per legare sua moglie a casa, e che un figlio

sia disposto a farsi passare da idiota davanti ai compagni e alle amiche solo per soddisfare obbedientemente i desideri perversi dei genitori. Ancor meno riesco a credere che simili «genitori snaturati», che hanno queste intenzioni, cercherebbero l'aiuto di uno specialista perché si preoccupano dello sviluppo del figlio. Meno di tutto però riesco a credere che un aiuto come l'offerta di interpretazione che ho descritto possa contribuire anche soltanto di un bricciolo al fatto che il ragazzo si comporti in futuro meno da «idiotia» e che la convivenza della famiglia in futuro sia più armoniosa.

L'unica cosa che credo è che alcuni interventi terapeutici dei nostri giorni hanno estremo bisogno di una riumanizzazione in senso frankliano.

La terapia familiare sistemica, in cui l'uomo appare ancora solo come funzione di un sistema, non può essere accettata senza confutazioni.

¹ Il racconto è di Mara Selvini Palazzoli che dirige a Milano un grosso centro di terapia familiare sistemica.