

Supplemento staccabile al numero 1 del 2017  
de Il Consulente Familiare  
gennaio – marzo 2017

***DOSSIER***

***LA NASCITA DELLA COPPIA***

A cura di Raffaello Rossi



## L'AMORE, UN SENTIMENTO DIFFICILE DA DEFINIRE

### INTRODUZIONE

La concezione della coppia si è modificata nel tempo, in particolare dagli anni sessanta ad oggi sono cambiate tante cose, anche sul piano del diritto di famiglia: abbiamo assistito all'abolizione della potestà maritale e della patria potestà; alle distinzioni tra figli legittimi ed illegittimi; il numero dei figli è calato drasticamente, mentre quello delle persone anziane è aumentato quasi del 100%.

Il fenomeno attuale, spesso letto come il più inquietante, è l'**instabilità coniugale**. Da cosa dipende? Si sono modificate le dinamiche di attrazione e scelta del partner? Siamo al tramonto della famiglia così come l'abbiamo sino ad oggi concepita, come alcuni scrivono? Possiamo affermare che **il divario tra aspettative e comportamenti** è cresciuto. Nell'immaginario di donne e uomini ancora si cerca un matrimonio unico ed irripetibile, il coronamento di un grande amore, che però non è solo un sogno romantico, ma anche la ricerca di una stabilità economica.

Si pretenderebbe dall'unione della coppia **il soddisfacimento di una ampia sfera di esigenze**: di tipo fisico-sessuale, affettivo, economico, sociale e di protezione, in particolare dal senso di solitudine.

Ma cosa si è disposti a "dare" in cambio? Sembra che le difficoltà spaventino più che nel passato e che di fronte a tensioni ed incomprensioni l'amore vissuto venga svuotato di valore rispetto all'amore idealizzato, tanto da rinunciare ad esso, spesso senza cercare seriamente rimedi, accomodamenti o rielaborazioni.



## ALCUNI DATI

Nel corso del **2014** in Italia si sono celebrati **189.765 Matrimoni** mentre le **separazioni** sono state **141.638**. Le unioni in questo anno (l'ultimo di cui sono riuscito ad avere dati certi e completi) hanno superato le separazioni e questo è un fenomeno in controtendenza rispetto agli anni precedenti.

**Nel 2014 quindi ci sono state in Italia 48.127 unioni in più rispetto alle separazioni e divorzi (**

**In media ci si separa dopo 16 anni di matrimonio, ma i matrimoni più recenti durano sempre meno.** Le unioni interrotte da una separazione, dopo 10 anni di matrimonio, sono quasi raddoppiate.

**Si registrano numerose separazioni dopo due/tre anni di matrimonio. Crescono al contempo le separazioni dopo lunghe convivenze, anche di 25 anni.**

L'età in cui **un uomo si sposa** è per il **58,7%** di **31 anni**, con donne in età **dai 30 ai 43 anni**

Nel **40,6%** dei casi invece l'uomo di **31 anni** si sposa con donne in età dai **16 ai 29 anni**. Se osserviamo il panorama femminile vediamo che nell' **86,7%** dei casi la **donna** si sposa a **30 anni** con uomini di età tra i **30 e i 43 anni**.

## TEMPI INCERTI PORTANO A CERCARE SCELTE RASSICURANTI

L'instabilità e la mobilità lavorativa, sociale ed economica sono elementi da non sottovalutare in una prospettiva storica della nascita della coppia.

Come spesso avviene quando altri tipi di sicurezze calano, **gli sposi di oggi sono tornati a valorizzare i riti..** Tutti i tipi di riti. Le spese delle nozze sono aumentate in misura esponenziale, l'attenzione ai fiori, agli addobbi, all'abito, al banchetto nuziale è paradossalmente cresciuta in maniera inversamente proporzionale alla fragilità economica del momento storico. Se osserviamo i corsi di preparazione al sacramento del matrimonio possiamo rilevare come molte coppie che li frequentano siano già conviventi da anni e, in non pochi casi, abbiamo già figli.

La cerimonia del matrimonio ha forse assunto per loro forme e valori diversi?

Se fino agli anni 90 era un rito di passaggio, oggi, che spesso i promessi sposi già convivono, pare uno spettacolo ritualistico teso a rassicurare la coppia sull'ufficialità del loro amore e del legame di fronte alla rete sociale di appartenenza e alla società in generale, rendendoli più forti o dando loro semplicemente un maggiore senso di sicurezza e di visibilità. **Un tentativo di esorcizzare la paura del fallimento?**

Questa ipotesi prende vigore anche dalla gradualità, sempre più lenta e per piccoli passi, che accompagna l'uomo e la donna verso il matrimonio.

Da un alto è vero che oggi i giovani faticano ad avere prospettive stabili di lavoro e le case hanno costi elevati, ma il permanere nella famiglia di origine ha anche altre motivazioni.

La famiglia oggi è incentrata sulla relazione più che su obiettivi da realizzare; non sono più accentuati né i climi di tensione tra generazioni, né l'intento educativo di promuovere autonomia. In casa con i genitori si crea un nido di protezione caldo e rassicurante che spinge i giovani ad avviarsi al matrimonio con cammini lenti, ponderati, estenuanti.

Come scrive **J.C. Kaufmann**: *"le coppie oggi si formano a piccoli passi, entrano nella vita a due gradualmente, lentamente, evitando brusche rotture con il proprio passato e senza*

*una chiara consapevolezza del futuro che intendono costruire... il matrimonio rappresenta un passo successivo, dopo che la qualità del legame sarà stata sufficientemente sperimentata...nella fase iniziale la coppia conduce un doppio gioco di cui non ha affatto coscienza. Ufficialmente è tenuta insieme dal sentimento amoroso e dalla reciproca attrazione fisica, nella felicità ingenua dell'istante presente. Segretamente, senza averne coscienza, i due si spiano, calcolano, valutano. Questo processo non consente di individuare con esattezza il momento di inizio della vita a due, che non può essere la cerimonia nuziale, talvolta celebrata con i figli già grandi..."*



## **Parte Prima**

### **LA NASCITA DELLA COPPIA: CENNI STORICI E SOCIOLOGICI**

*Per questa sezione la fonte principale è: "Storia del matrimonio dal medioevo a oggi"; di Daniela Lombardi, edizione il Mulino; 2008*

I sociologi pongono l'inizio degli anni d'oro del matrimonio oggi considerato tradizionale in Europa tra il 1930 e il 1940. L'apogeo è stato toccato negli anni sessanta, subendo un duro colpo con i movimenti del '68. In Italia è stato il boom economico dei primi anni sessanta a provocare un aumento della nuzialità in tutti i ceti sociali. **Sembrò** (sempre citando il testo di Daniela Lombardi) **che fosse possibile realizzare il sogno romantico del matrimonio d'amore**. L'uomo impegnato nel lavoro e responsabile del mantenimento; la donna, dedita agli affetti, alla cura dei figli e alle faccende domestiche.

Non è sempre stato così! Noi tendiamo ad assolutizzare la percezione di questo periodo come fosse un paradigma immutabile della scelta di amore, ma in prospettiva storica le cose appaiono diversamente e la nostra percezione, anche nel suo ricorrente catastrofismo odierno, va notevolmente ridimensionata.

#### **IL MATRIMONIO COME "AFFARE" TRA FAMIGLIE**

Nel **mondo greco e romano** il matrimonio era questione economica e di prestigio tra famiglie e non un legame o progetto di amore.

Ci si sposava con un rituale lungo e simbolico, che durava diversi giorni, in cui gli sposi avevano un ruolo essenzialmente passivo rigidamente dettato dalle consuetudini. Era la logica che oggi chiameremmo dei matrimoni "combinati".

Anche per la riproduzione, contro ogni evidenza, lo stesso Aristotele attribuiva alla donna un ruolo meramente passivo: era l'uomo che, con atto creativo ed attivo, trasformava il sangue mestruale in vita. Per questo il filosofo greco affermava che il maschio era più adatto al comando delle femmine.

Nel **XII e XIII secolo**, grazie agli ordini mendicanti, si diffuse una immagine nuova: quella del matrimonio tra Cristo e la Chiesa. Fu il primo passo verso una ufficialità del matrimonio e la monogamia. Fu la Chiesa a valorizzare il consenso degli sposi, storicamente non importante in quanto appunto la scelta non spettava loro.

Una documentazione accurata della nascita dei legami è nei libri dei ricordi dei mercanti del **XIV e XV secolo**. C'erano lunghi tempi di contrattazione per arrivare al matrimonio. I primi passi erano operati dal **sensale**, un professionista pagato dalla famiglia di origine della futura sposa che sondava il terreno tra le varie famiglie per trovare la migliore convenienza economica, sociale e di immagine. Le fanciulle da marito erano una mercanzia che veniva ceduta da un gruppo familiare ad un altro tramite veri contratti. La dote, di origine romana, era sborsata dalla famiglia della sposa al futuro marito e risultava un peso non piccolo per molte famiglie.

Le fanciulle da marito erano una mercanzia che veniva ceduta da un gruppo familiare ad un altro tramite veri contratti. La dote, di origine romana, era sborsata dalla famiglia della sposa al futuro marito e risultava un peso non piccolo per molte famiglie.

Dopo i sondaggi del sensale entrava in campo il **mezzano**, mediatore tra le due famiglie, che prendeva gli accordi concreti e fissava i momenti del rito. L'accordo era sancito dai capi famiglia con una **stretta di mano, detta impalmamento**, cui seguiva una scrittura privata che fissava l'entità della dote. Interessante notare che nella zona di Roma più che la stretta di mano era il **bacio, detto abboccamento**, a ratificare la decisione di matrimonio, sempre però tra i membri maschili delle due famiglie di origine. Spesso lo sposo poteva presenziare e ricevere il bacio dal padre della sposa. Da questo momento, anche se non ancora sposati, i due giovani erano uniti da questo pre-matrimonio ufficiale.

Dopo questa fase, detta **le giure (il giuramento)** seguiva il banchetto pubblico. Ma ci volevano ancora mesi, a volte anni, per arrivare al momento dell'**anello**. Solo qui appariva la sposa e solo ora la coppia diventava in qualche modo protagonista della dinamica matrimoniale e dei suoi riti.

Possiamo ricordare che la famosa guerra tra Guelfi e Ghibellini, nella Firenze di Dante, fu scatenata proprio dal rifiuto di onorare una di queste promesse tra importanti famiglie.

La cerimonia dell'anello era celebrata in casa, era privata e non prevedeva la presenza di un sacerdote (vedremo che solo col Concilio di Trento la Chiesa assume un ruolo essenziale nei matrimoni). Era il **corteo nuziale** a dare valore pubblico al matrimonio; con esso il contratto delle due famiglie diventava ufficiale. I servitori seguivano gli sposi e i familiari portando i cassoni in cui era contenuto il corredo e i doni ricevuti dallo sposo, per ostentare il rango sociale dell'evento.

Il corteo nuziale terminava nella casa del marito, ma non era ancora finita! Entro una settimana la sposa faceva un rientro alla casa paterna, **la ritornata**, per sancire il perdurare dei legami con la famiglia di origine, in cui sarebbe tornata in caso di vedovanza (insieme alla dote ). Il matrimonio era dunque un legame di minore intensità e durata rispetto a quello con la famiglia di origine, che era la vera protagonista della scelta nuziale. Dopo la ritornata, il matrimonio era concluso ed iniziava la vita coniugale.

**I riti nuziali erano vari**, in particolare si diversificavano nei ceti più poveri; di essi abbiamo testimonianza non in ricordi, il popolo era in genere analfabeta, ma nei fascicoli processuali dei tribunali ecclesiastici cui ricorrevano donne e uomini per dirimere i loro conflitti matrimoniali.

Da questi documenti si evince che ci si poteva sposare ovunque, in casa, all'aperto, perfino a letto se la coppia era sorpresa in flagrante (il matrimonio riparatore trova qui numerose testimonianze).

Qui il matrimonio era suggellato da un semplice anello, dal bacio o dalla rottura del bicchiere in cui i due avevano brindato.

Restava però un percorso articolato e con fisionomia familiare ed economica. Gli amici di famiglia facevano da sensali e mezzani, avviando le trattative, che spesso riguardavano semplicemente la dote e il corredo, che per molte famiglie era un impegno oneroso e al limite del tracollo economico.

La **scrittura di parentado** a volte era redatta dal prete locale, che nella campagne svolgeva anche la funzione notarile. Al termine anche qui ci si stringeva la mano e l'accordo era fatto!

I **gesti rituali** potevano essere il tocco della mano, il bacio, il bere insieme, tutti vissuti come impegno vincolanti per questo legame che spesso poco aveva a che fare con l'amore come lo intendiamo oggi. Il bacio non era un gesto di affetto (vedremo nella sezione dedicata alla psicologia il suo diverso significato), ma un segno di accordo libero e volontario, o comunque accettato dai protagonisti.. I rapporti sessuali avrebbero reso irrevocabile il patto nuziale.

Può essere interessante notare che i doni più diffusi tra il popolo troviamo le scarpe, o le pianelle, calzature di panno aperte dietro, considerate un simbolo del rito di vestizione e un regalo importante, in quanto raramente si indossavano, se non nei giorni di festa . Altro regalo simbolo, spesso fatto dalle donne, era il **fazzoletto da naso, la pezzuola**, segno di disponibilità della donna al matrimonio.

Far cadere o porgere una pezzuola al passare dell'uomo era un gesto femminile sensuale e carico di eccitazione!!

Nelle zone romagnole, toscane, nel bolognese e nell'Italia meridionale era però l'**anello** a rendere ufficiale il matrimonio. Nel **museo del Bargello di Firenze** troviamo un anello costituito da due mani legate insieme che tengono un cuore nel mezzo.

Nei ceti più poveri i riti nuziali erano vari, anche se si evince da documenti processuali che ci si poteva sposare ovunque: in casa, all'aperto, perfino a letto se la coppia era sorpresa in flagrante !

Non può non venire spontanea l'associazione con il **Claddang ring**, l'anello dei pescatori irlandesi! *(In Irlanda ancora oggi si trova questo tipo di anello, diffuso un tempo tra i pescatori, che era d'oro se si era sposati, d'argento se si era fidanzati. Lo si portava con la punta del cuore rivolta all'interno della mano se la relazione era vissuta con amore e soddisfazione, invece la punta del cuore era rivolta all'esterno se il soggetto era disponibile, in ricerca, non soddisfatto della propria relazione).*

La vita coniugale aveva inizio, anche tra i popolani, quando la sposa si trasferiva in casa dello sposo. Non c'erano invece tracce della ritornata alla casa del padre da parte della sposa.

#### UNA PARENTESI : L'AMORE LETTERARIO

**La scelta del partner**, da un punto di vista sociale e storico, era una affare tra famiglie, non un gesto di amore tra gli sposi, anche se abbiamo, fin dal trattato *De amore* di Andrea Cappellano, anche le testimonianze di una letteratura della passione amorosa, dei desideri, **dell'amore bruciante**, cercato e spesso sofferto. Lo ritroviamo nella storia della letteratura italiana nelle forme rigide e ripetitive della Scuola poetica siciliana, nelle rime del Dolce Stil Novo, in Dante, in Petrarca, in modo diverso e più borghese anche nel Boccaccio. Nell'*Orlando furioso* vediamo come si potesse impazzire di amore e per amore, così come il suo autore, **Ludovico Ariosto**, conduce una vita all'insegna della strenua difesa del suo legame amoroso, personale e riservato, con Alessandra.

Abbiamo dunque due universi paralleli, quello storico sociale e quello letterario? Quando si sono incrociati o sovrapposti?

L'incrocio è ben visibile in **Manzoni**, nei *Promessi sposi*: la storia della monaca di Monza ci riporta violentemente nella realtà sopra descritta, mentre i popolani Renzo e Lucia hanno problemi di natura diversa, ma sembrano volersi scegliere ostinatamente e liberamente. Ricordate il capitolo della notte degli imbrogli? Da lì si evince come il rito matrimoniale nel 1600 fosse dato dal semplice pronunciare la fatidica frase davanti ad un sacerdote, senza altre regole fisse. Quando le cose erano cambiate?

Ancora nel 1700 troviamo echi di questo tipo di matrimonio combinato nell'opera di **Ugo Foscolo**, *Le ultime lettere di Jacopo Ortis*, in cui Jacopo soffre perché il suo amore per Teresa è reso impossibile da quanto deciso dalle famiglie che l'hanno "assegnata" al ricco Odoardo senza scampo per i sentimenti spontanei..

#### LA SVOLTA DEL CONCILIO DI TRENTO

Già nel 1400 , nel testo di **Leon battista Alberti**, *i libri della famiglia*, troviamo l'affermazione che *si debba evitare di imporre ai figli scelte di vita in contrasto con la propria indole.*

**Erasmus da Rotterdam** rinforza questa posizione affermando che *"la felicità umana dipende soprattutto da questo, che ognuno si applichi interamente a ciò per cui è naturalmente portato".*

A partire dal **Concilio di Trento** il matrimonio assume una dimensione religiosa e di consenso più importante. **Il consenso era espresso davanti a Dio e alla propria coscienza**, poco cambia in questa visione che si fosse nella Chiesa protestante o in quella cattolica.

Ancora largo margine si lasciava alla convivenza, così come al disfarsi della coppia, quasi che la precarietà della vita, tanto evidente nel XVI secolo, influisse sul modo in cui si affrontava il matrimonio, alleggerendolo del peso di una scelta definitiva.

Nonostante esistesse l'indissolubilità del vincolo, i documenti storici dimostrano che si entrava e si usciva dalla dimensione coniugale con una certa facilità. Si conviveva, ci si separava, la famiglia di allora non era così stabile come a volte erroneamente si crede. Gli stessi preti spesso vivevano in concubinato, con modalità a volte simili ad un matrimonio legittimo. La posizione delle concubine, a patto che fossero fedeli, non era necessariamente macchiata dal disonore.

In area cattolica fu proprio il Concilio di Trento a compiere un'opera di moralizzazione dei costumi, tanto da fare assimilare le concubine dei preti alle prostitute!

Anche l'idea che una promessa privata, seguita da un rapporto sessuale, potesse essere la strada più breve al matrimonio venne combattuta dal Concilio, ma non ebbe grande successo, almeno stando al numero delle denunce di stupro fatte da giovani donne che chiedevano il matrimonio riparatore per convincere fidanzati recalcitranti.

L'aspetto più evidente del cambiamento tridentino fu **la necessità di validare il matrimonio alla presenza di un parroco e di due testimoni**. Conseguenza curiosa: un cospicuo numero di uomini chiese l'annullamento della propria unione, anche più che decennale, in nome di questa nuova legge; il loro non era un matrimonio valido in base alla nuova legge e si consideravano uomini liberi!

La rivoluzione francese introdusse il matrimonio civile celebrato davanti a un pubblico ufficiale e 4 testimoni ed approvò il divorzio a richiesta di uno dei coniugi..

#### LA RIVOLUZIONE FRANCESE E LA SECOLARIZZAZIONE DEL MATRIMONIO

**Il matrimonio civile** vero e proprio esiste solo a partire dal 1789, con la rivoluzione francese.

La costituzione del 1791 segna la vittoria dello Stato per affermare il controllo sull'istituto matrimoniale. Il matrimonio viene incoraggiato, valorizzato, riconosciuto come base dell'ordine sociale. I tassi di nuzialità aumentano.

**Il 20 settembre 1792** una nuova legge stabilì che il matrimonio doveva essere celebrato davanti ad un pubblico ufficiale alla presenza di 4 testimoni ed essere preceduta dalle pubblicazioni. Inizia qui un lungo processo di espropriazione dei poteri ecclesiastici. Venne ufficialmente approvato **il divorzio**, che fu poi abrogato nel 1816, in epoca di restaurazione.

L'idea del divorzio contribuì a modificare l'immagine tridentina e cattolica del matrimonio, indebolendo nell'immaginario e abolendo pian piano i concetti sia di patria potestà che di potestà maritale.. Ci fu una esplosione di divorzi, specie per istanza femminile.

Quei matrimoni interrotti così bruscamente a quale tipo di scelta amorosa avevano fatto riferimento?

La stessa legge del 1792 abolendo la potestà paterna, la sostituiva con la tutela esercitata da entrambi i genitori, nell'interesse dei figli, non più nell'interesse del padre.

**Nel 1793**, nella fase più estrema e giacobina della rivoluzione, **una nuova legge aboliva la distinzione tra i figli**: di nascita, di sesso e di età. Legittimi o illegittimi, maschi o femmine, primogeniti o cadetti, tutti dovevano godere degli stessi diritti e nessuno poteva rivendicare privilegi speciali. Solo i figli nati da adulterio non vennero equiparati agli altri. Oggi questi concetti possono sembrare assodati, ma storicamente sono molto recenti e sociologicamente originati dalla rivoluzione illuminista. Prima di essa erano impensabili.

**Napoleone** compì una svolta moderata e restauratrice per il diritto di famiglia, ripristinò forme di controllo sul matrimonio e sul divorzio, reinserì la patria potestà.

Queste evoluzioni o involuzioni marcarono una modifica anche nella definizione del matrimonio e nella scelta del partner e del legame amoroso.

DAL XIX SECOLO AD OGGI: IL MATRIMONIO BORGHESE

**La secolarizzazione del matrimonio** fu il mutamento più significativo del passaggio **tra 1700 e 1800**. Tale concetto non venne più messo in secondo piano, nonostante le forze cattoliche si siano in una prima fase duramente opposte. La famiglia dell'antico regime si andava sgretolando, ma il nuovo modello della famiglia coniugale continuava a basarsi sul principio di autorità.

Un testo simbolo della nuova concezione della nascita della coppia fu *“Dei doveri degli uomini. Discorsi ad un giovane”* di **Silvio Pellico**, pubblicato nel **1834**. Il capitolo dedicato al matrimonio venne letto in tutta Europa con echi profondi e duraturi. Pellico aderiva pienamente all'idea di un rapporto di coppia basato sul reciproco affetto e solidarietà. Tuttavia si concludeva con un suggerimento che ribadiva l'antico concetto di potere e autorità: *“Dato ad una donna il sacro titolo di sposa, tu devi consacrarti al suo bene, com'ella dee consacrarsi al tuo; ma l'obbligo che a te incombe è maggiore, perch'ella è creatura più debole, e tu, siccome forte, le sei maggiormente debitore d'ogni buon esempio e buon aiuto”*.

**Silenzio, remissività e obbedienza** continuano ad essere considerate le principali virtù femminili; in cambio di esse il partner assicura protezione, e, questa è la vera novità, **fedeltà**. L'infedeltà maschile è comunque considerata meno grave di quella femminile.

Ecco che la scelta matrimoniale inizia ad apparire come esito di riflessioni che, pur dando ancora ampio spazio agli aspetti materiali, partono dal **desiderio di felicità individuale**.

**L'iniziativa femminile continua però ad essere limitata**, tanto che abbiamo diversi documenti rappresentanti il senso di ineluttabilità vissuto da tante ragazze, in particolare delle aree rurali. *“Anche se non ci piaceva, lo si sposava lo stesso... ma perché? Perché con lui o con un altro era lo stesso”*.

Si faceva spazio però la speranza di costruire un rapporto d'amore dopo la conclusione delle nozze.

**Nel corso del 1800 gli incontri fra i promessi sposi** (*ancora non si trova il termine fidanzati, come si evince dal dizionario di Niccolò Tommaseo*) erano regolati e rigidamente controllati da parenti; avvenivano in casa della ragazza, mai del ragazzo, e sempre sotto gli occhi dei familiari.

La Chiesa tollerava situazioni anomale, tanto che si battezzavano i figli di coppie non sposate e si celebravano matrimoni di coppie già con figli. Tale tolleranza sembra testimoniare la capacità di adattamento del clero secolare a situazioni sociali e relazionali in continuo mutamento.

Sorge spontaneo il confronto con le situazioni attuali indicate nell'introduzione.

L'età in cui si arriva al matrimonio in Europa sale per tutto il 1800, rimane bassa solo nei paesi orientali.

Arrivando al **1900** abbiamo un dato: **le donne che arrivano incinta al matrimonio** nei principali centri abitati sono tra il 12 e il 16%; superano il 50% nelle comunità mezzadrili vicino Bologna e negli anni trenta si attestano sul **22,5% a livello nazionale**.

**Il Codice Rocco, nel 1930**, sull'onda dell'ideale di stato etico tipica del Fascismo, assimilava reati immorali e reati penali, riproponendo l'identificazione tra peccato e reato che affondava le radici nella Chiesa medievale. Tale identificazione scompare definitivamente nel 1996, con la legge di riforma dei delitti in materia di libertà sessuale.

**Fra il secondo dopo guerra e gli anni settanta** assistiamo al periodo d'oro del welfare state: aiuti alle famiglie e alle giovani coppie, maggiore stabilità del matrimonio. L'influenza di queste politiche sui modi di scelta e formazione della famiglia portano a ridefinire i rapporti tra i sessi e tra le generazioni

La Francia è il paese europeo che ha tenuto la più consistente politica di aiuto alle famiglie; Italia, Spagna, Portogallo e Grecia brillano invece per lo scarso sostegno sia economico che in termini di servizi erogati alle famiglie e hanno mantenuto l'immagine della cura in famiglia principalmente affidata alle donne.

**La fecondità** è più elevata in presenza di sostegni e politiche familiari efficaci, **non condizionata dal tasso di impiego femminile e nemmeno dall'instabilità coniugale** (percentuale delle separazioni): vale a dire nell'Europa del nord e in Francia nascono più figli anche in presenza di incremento del lavoro femminile e ad elevato numero di separazioni/divorzi. Negli anni sessanta fare pochi figli era segno di impegno alla crescita sociale ed economica, oggi invece, sempre per ciò che riguarda l'Europa, sono i paesi in crisi economica a fare meno figli.

Nell'immaginario sociale **i rapporti tra genitori e figli** sono passati dal porre l'accento sui diritti dei genitori ai doveri di cura e di educazione, dal concetto di patria potestà a quello di responsabilità genitoriale.

Le **convivenze**, prima chiamate convivenze *more uxorio*, e prima ancora *concupinati*, oggi tendono ad aumentare. Le tipologie più frequenti di esse sono correlate a difficoltà economiche, a precedenti matrimoni, a convivenze pre-matrimoniali. Queste ultime sembrano espressione del desiderio di sperimentare il rapporto prima di prendersi delle responsabilità che, nonostante il divorzio, vengono considerate molto impegnative e psicologicamente vincolanti.

Il lungo processo di avvicinamento al matrimonio dei nostri giorni può, per molti versi, essere paragonato a quello descritto per il periodo precedente al Concilio di Trento.

Nel 1989 la Danimarca ha riconosciuto le coppie omosessuali, attribuendo loro diritti e doveri di cura, assistenza, fedeltà reciproca, ecc. L'esempio è stato seguito in Europa del nord, in Francia, Germania, Catalogna, Aragona, Portogallo. Quali dinamiche sociali possiamo leggere in queste sollecitazioni del diritto?

IN SINTESI:

**Il matrimonio di amore è un “mito”** che ha conquistato rapidamente tutti i ceti sociali, rinforzato dalla letteratura, dalla canzone e dal mondo dello spettacolo. Esso però ha storicamente avuto vita breve, circa cinquanta anni, tra il 1920 e il 1968.

Nelle città la famiglia è diventata più piccola e più ricca, con più tempo libero, vive in un ambiente più sano, pulito, ordinato; i lavori di casa sono stati alleggeriti, ma la richiesta alla donna è divenuta più complessa e il ruolo maschile si sta evolvendo.

**Ci si sposa più tardi e si convive di più, nascono meno figli, ci si separa con maggiore frequenza.**

Considerare l'instabilità coniugale una minaccia alla sopravvivenza della famiglia non ha però senso in prospettiva storico sociologica. Non è molto diversa da quella di tanti altri periodi cui abbiamo accennato in questa breve ricognizione. La lunghezza della vita incide maggiormente di altri fattori sulla durata dei matrimoni. Nel 1700 la vita media era inferiore; negli ultimi venti anni del 1800 solo il 55% delle coppie arrivava a celebrare le nozze d'argento. La popolazione media è oggi molto invecchiata.

Ulteriori spunti di riflessione potrebbero andare verso il paradosso della **ritardata autonomia interiore, relazionale e sociale dei giovani** in tempi più ricchi e capaci di offrire molti più stimoli. Gli stimoli in risonanza oggi, sul piano intellettuale, emozionale e morale, sono in parte responsabili delle scelte o non scelte operate dai giovani in campo affettivo?

**Il desiderio di un progetto di vita** riveste qualche ruolo nella scelta del partner o essa è incentrata sull'istante presente e volta solo a sentirsi protetti dalla tristezza e dalla solitudine?

Un aiuto può venire dal cambiare prospettiva.

## **Parte Seconda**

### **LA NASCITA DELLA COPPIA FRA ETOLOGIA E STILI DI ATTACCAMENTO**

Per questa sezione le fonti principali sono:

- a) *Grazia Attili; “attaccamento e amore”; editrice il Mulino; 2004*
- b) *Christopher Clulow; “attaccamento adulto e psicoterapia di coppia” Borla editrice; 2003*
- c) *Patricia M. Crittenden; “Attaccamento in età adulta”; Raffaello Cortina editore; 1999*
- d) *Camillo Loriedo, Angelo Picardi; “Dalla teoria generale dei sistemi alla teoria dell'attaccamento; Franco Angeli editore; 2000*

**«L'amore è donare quello che non si ha a qualcuno che non lo vuole.» J.Lacan**



## DUE PASSI NELLA PSICOLOGIA EVOLUZIONISTICA

Le influenze ataviche che si attivano nella nascita di una relazione affettiva sono numerose e molto forti:

- 1) *la predilezione per i dolci e i grassi (malnutrizione)*
- 2) *Il modo e la quantità del bere, fumare, mangiare (difese e compensazioni orali)*
- 3) *La gelosia sessuale maschile (incertezza di paternità)*
- 4) *La gelosia relazionale femminile (ricerca del coinvolgimento emotivo del partner, confronto con altre donne)*

A partire dagli studi di Buss, Daly, Wilson (1988), Barkow (1992), Ridley, Wright fino ai recenti Miller e Kanazawa (2007) possiamo affermare che nelle mosse di avvicinamento e di scelta del partner la lunga e inconsapevole storia dell'evoluzione ha un ruolo abbastanza significativo. Ciò non deve indurci ad una sorta di determinismo affettivo e relazionale, ma tenere in considerazione come i diversi stili e concezioni amorose abbiano una impronta che viene da molto lontano ed è legata alla evoluzione nel tempo della nostra specie.

## IL LEGAME MADRE-BAMBINO COME PROTOTIPO DEL LEGAME DI COPPIA

Nelle fasi dell'amore **si distingue** in genere **l'innamoramento dall'amore**. E' importante non confondere queste fasi in quanto rispondono a bisogni diversi. **L'innamoramento** ha a che fare col senso di conquista, di avventura, con la passione, che fa vivere sensazioni di cambiamento a volte sconvolgenti; **l'amore** invece tende alla stabilità, alla cura reciproca, alla protezione proattiva, alla progettualità condivisa.

Se confondiamo l'innamoramento con l'amore potremmo, quando la relazione evolve, viverla come una fine, una affettività privata del desiderio, e magari considerare la relazione spenta e giunta al termine.

Gli studi e le osservazioni sulla nascita e il mantenimento del rapporto amoroso ci dimostrano che l'eccitazione e il desiderio non sono in contrasto con l'amore, ma si evolvono in esso. Il filo conduttore potrebbe essere nell'attaccamento all'altro/a. .

Lo stile di attaccamento fra adulti di sesso diverso riproduce, in buona sostanza, quello del **rapporto tra madre e bambino**.

A guidarci nella scelta del partner ci sarebbe un bisogno inconsapevole di immortalità attraverso la discendenza. Non però un legame biologico genetico di tipo evolucionistico in senso stretto; i bisogni di creare una coppia non possono essere limitati alla sopravvivenza e alla riproduzione.

Ci sono forme diverse di innamoramento e la ricerca di dare risposta a bisogni, sempre essenziali, ma di tipo diverso. **Ognuno di noi, comunque, si sente attratto dal partner con un forte senso di attaccamento e teme in qualche modo di essere abbandonato.**

Per questo tante forme di amore potrebbero essere frutto di difese, di compensazioni, di proiezioni, e portare alla costruzione di legami non sani.

Ciò che viviamo **nell'avvicinamento-attrazione verso un partner** si impernia sul senso di vicinanza, quindi la ricerca, il bisogno di mantenere il contatto, in particolare nei momenti di tensione, stress, insicurezza. E' anche **il bisogno del rifugio sicuro**, conseguente al primo, che quando manca o si teme di perdere, spinge a vivere forme di **ansia da separazione**. Se però il rapporto cresce e il partner viene "registrato" come

sicuro, affidabile, disponibile in caso di necessità, allora cresce e si esprime il bisogno di esplorazione, in quanto sentiamo di avere una base sicura.

**C. Hazan e D. Zefiman** hanno condotto una serie di interviste a 100 adulti tra i 18 e gli 82 anni. I soggetti erano raggruppati in base alla durata delle loro relazioni: il primo gruppo era costituito da persone con relazioni non sentimentali (solo sessuali) o della durata inferiore ad un anno. Del secondo gruppo facevano parte soggetti con relazioni sentimentali che duravano da meno di 2 anni. Il terzo gruppo vedeva al suo interno soggetti con relazioni che duravano da più di 2 anni.

**Due anni si è rivelato lo spartiacque cruciale per la qualità di un legame**, definendo in modo deciso la presenza o l'assenza di ansia da separazione e il senso di avere una base sicura. **Dopo i 2 anni il partner, in una relazione efficace, prende il posto delle precedenti figure di riferimento**, genitori o tutori o altri punti di riferimento essenziali. La figura di riferimento per eccellenza negli stili di attaccamento è la madre (cfr. gli studi di J. Bowlby). Essa viene percepita come disponibile, sicura, protettiva, agente di cure e di stimoli.

Freud riteneva la madre colei che poteva soddisfare i bisogni primari (alimentazione, pulizia, istinto sessuale e aggressività), con cui il bambino tende a scaricare le tensioni da accumuli di energia quando i bisogni stessi non vengano soddisfatti. Oggi si ritiene che le cose non stiano proprio così.

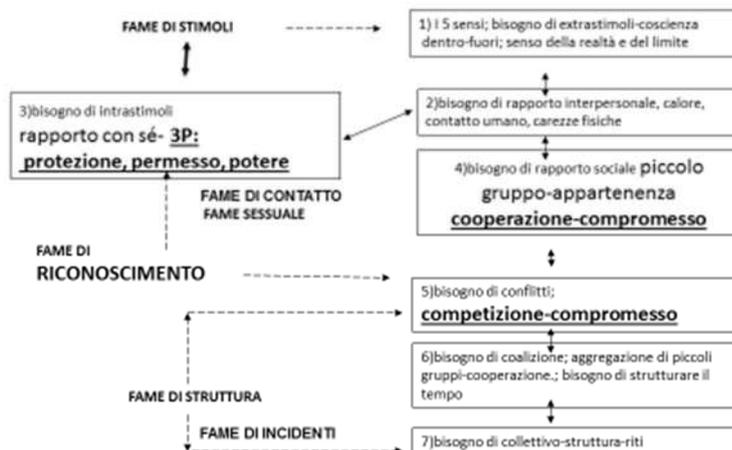
Gli studi condotti sui macachi da H. Harlow hanno mostrato che i piccoli non cercano la madre solo per i bisogni descritti da Freud, ma scelgono una figura di riferimento da cui trarre conforto. I macachi non cercavano una figura a caso, ma riconoscevano la figura incontrata nel loro primo periodo di vita e la prendevano come figura di accudimento, di protezione, di calore relazionale.

I BISOGNI PRIMARI e GLI STILI DI ATTACCAMENTO

Il **bisogno di contatto** emerge come bisogno primario rispetto al cibo. Cerchiamo protezione, conforto, accudimento.

Prima di addentrarci nell'universo dell'attaccamento, cerchiamo un riscontro in Eric Berne e nelle *FAMI ESISTENZIALI*, da lui delineate nel testo *"Fare l'amore"*. Berne ne elenca 6: **la fame di stimoli, quella di contatto, la fame sessuale, quella di riconoscimento, quella di struttura** e, nel caso queste non vengano appagate, si può incorrere nella **fame di incidenti**. Spesso gli studi successivi le hanno ridotte a 3 incorporando anche quelle che Berne aveva tenuto separate. Ma nel caso della scelta del partner mi sembra che la prima definizione del capostipite dell'Analisi Transazionale fosse la più chiara e quella più facilmente riscontrabile. Vedete come tornino, anche se con etichette parzialmente diverse, le stesse considerazioni degli studi sull'attaccamento e anche quelli ad orientamento psicoanalitico.

## FAMI ESISTENZIALI (Berne; «fare l'amore»)



prof. Raffaello Rossi Bologna

Dunque nell'avvicinarsi ad un partner cerchiamo stimoli, per appagare il bisogno di sentirci vivi e in movimento, per avvalorare il senso di identità e i nostri limiti o confini. Abbiamo però anche bisogno di contatto, di coccole, per ribadire o ri-generare le registrazioni di protezione, di permesso ad esistere essendo amati, e il potere di effettuare scelte, di esplorare, di muoverci nel mondo esterno, relazionale ed interiore. Anche il bisogno sessuale, fortemente legato al senso di riproduzione e mantenimento della specie, ha un suo ruolo specifico nella scelta del partner. La sessualità investe la sfera più ampia degli stili relazionali, in cui decidiamo come gestire la competizione, la cooperazione e in quale misura sapremo accettare il compromesso tra i bisogni, le aspettative e la realtà. Come vedete sono ancora le influenze atavico-evoluzionistiche che ci accompagnano.

Infine abbiamo bisogno di trovare nel partner una forma di struttura, di regole, di riti, di cornice, di sostegno in cui rifugiarsi e da utilizzare come base, come trampolino per compiere serenamente le nostre uscite esplorative e le nostre evoluzioni nel tempo. In pratica vorremmo essere assicurati che, pur allontanandoci e tornando, saremo ancora al sicuro e resteremmo noi stessi, con la nostra identità e con la nostra base-rifugio.

Nel caso le fami precedenti non ottengano soddisfazione potrebbe prendere spazio nella nostra vita, come occasionalmente forse vi è successo, la **fame di incidenti**. Incappiamo in distrazioni, incidenti automobilistici, infortuni apparentemente inspiegabili, che ci costringono a fermarci, forse a riflettere o a riprendere energie per ri-orientare la nostra vita.

Osserviamo ora uno schema riepilogativo dei **pattern di attaccamento**. Gli stili materni sono sintetizzati nella prima colonna, nella seconda abbiamo i comportamenti ad essi associati e nella terza i probabili sentimenti trasmessi al bambino. Tali sentimenti sembrano essere alla base della scelta del partner.

<b>STILE</b>	<b>COMPORAMENTO</b>	<b>SENTIMENTO</b>
<b>SICURO:</b> vivace, sorridente, socievole, disinibito	Agente di cure Disponibile Responsabile Vicino Attento e rispettoso	<b>Sicurezza</b> <b>Amore</b> <b>fiducia</b>
<b>EVITANTE:</b> non stabilisce contatti intimi, si difende, ma crea e mantiene dipendenze in base a ruoli stereotipati (Genitore eccessivo, pompiere, crocerossina, ecc.)	Chiusura Difesa Ricerca di compensazioni per alleggerire la tensione	<b>Scarsa coscienza dei sentimenti</b> <b>Ricerca di sicurezza «chiusa», separata dalle interazioni</b>
<b>ANSIOSO INSIURO:</b> forme di invischiamento dipendenze Preoccupazione Focalizzazione su aspetti specifici (bellezza, riconoscimento di livello, ecc.)	Si lamenta, piange Cerca contatto, si "aggrappa" Rabbia e risentimento inibizione al comportamento esplorativo Giudizi e sarcasmo	<b>Ansie diffuse</b> <b>Insicurezza</b> <b>Senso del pericolo</b> <b>Timore del nuovo e/o ricerca di esso in modo compulsivo</b> <b>Paure (spesso mascherate)</b>
<b>DISORGANIZZATO:</b> spaventato e spaventante imprevedibile	non porta a termine i tentativi di contatto e di cura forme di inibizione	<b>Paure</b> <b>Senso di impotenza</b> <b>Non vede soluzioni</b>

18

Se abbiamo introiettato uno stile di attaccamento sicuro ci apriremo ai sentimenti stessi e al partner con amore, fiducia, serenità. Se lo stile è invece evitante potremmo avere la tendenza a faticare nel riconoscere ed accogliere le emozioni nostre ed altrui, magari leggendole come debolezza. Cercheremo allora relazioni "chiusa", blindate, separate dal resto del mondo e che non chiedano il nostro coinvolgimento emozionale più di tanto; nel caso esso ci venisse richiesto potremmo sentirlo come soffocante e in breve cercare di allontanarcene. Lo stile ansioso insicuro ci rende tesi, insicuri, spesso in cerca di conferme e rassicurazioni, magari attraverso rituali che diano un senso di protezione dal pericolo, percepito come imminente. Ansia da controllo, forme di gelosia, paure varie potrebbero connotare la nostra relazione. Lo stile disorganizzato porta verso forme relazionali affettive a volte distruttive, molto instabili, difficilmente sostenibili nel tempo

**L'uomo cerca conforto e accudimento** in quanto la nostra specie non vive una autonomia a breve termine. Questo richiede il coinvolgimento parentale; la nostra autonomia è maggiormente legata all'intelligenza che non alla capacità di deambulare. Non bastano quindi al cucciolo di uomo i 3 mesi di altre specie, ma la sua autonomia /sicurezza ha una soglia di accettabilità intorno ai 12 anni! Questa peculiarità richiede un investimento relazionale affettivo, emotivo, di cura e di riferimento che da rifugio sicuro possano divenire base sicura, trampolino verso sperimentazioni progressive di autonomia. Le specie animali che, come i rettili o i pesci, si rendono indipendenti subito dopo la nascita, vivono un incontro affettivo breve, caratterizzato dalla dominanza e sottomissione, con atteggiamenti aggressivi e forme simili a violenza (confronta i riti di accoppiamento delle iguane marine delle Galapagos). Poiché anche tra gli umani assistiamo a forme di accoppiamento esclusivamente sessuale o connotate da violenza (ad esempio gli stupri),

esse potrebbero avere origine proprio dal cervello arcaico, detto appunto cervello rettile. Nel cervello rettile si concentra la dopamina, responsabile dell'eccitamento, mentre la tendenza alla cura e alla sessualità affettiva fa riferimento alla neo corteccia.

Che possa esserci una correlazione tra il nostro cervello rettile e il numero dei figli concepiti fuori del matrimonio? I dati fanno riflettere:

I figli con padre diverso da quello segnato sul certificato di nascita sono il 13-20% negli USA; il 9-17% in Germania; il 10-14% in Messico e il 10-27% in Gran Bretagna e Francia. Non ho trovato dati per la situazione italiana

Secondo gli **studi di etologia**, se gli esseri umani vogliono lasciare le loro caratteristiche in quante più generazioni possibile, hanno interesse a creare un legame affettivo di lunga durata e non solo incentrato sulla procreazione o la sopravvivenza fisica.

Per questo si è evoluto l'amore che nella forma umana tende a cercare e creare legami affettivi che durino il più a lungo possibile, anche quando i soggetti non se ne rendono conto. Questi bisogni ancestrali influenzerebbero le nostre scelte affettive e le nostre decisioni.

**Il comportamento affiliativo** si sarebbe esteso dalla relazione madre-bambino a quella tra partner, portandoci a **cercare in un rapporto amoroso protezione, cura, disponibilità, superamento del timore della solitudine..**

Anche il **bacio** è tipico delle specie in cui il piccolo ha bisogno della madre e anche del padre per un certo periodo. **Il trasferimento di cibo da bocca a bocca** è presente nelle specie con accudimento biparentale. Il bacio tra un uomo ed una donna ricrea simbolicamente il passaggio di cibo intercorso arcaicamente tra madre e figlio, mentre l'intrusione della lingua diventa un rito di intimità e di cura.

Molte ricerche affermano che assai difficilmente si baciano le prostitute e quando un rapporto si spegne la perdita dell'intimità viene segnata anche dallo sparire dei baci, pur se spesso il rapporto sessuale continua ancora.

**Il contatto e le coccole sono elementi cruciali per lo stabilirsi e i mantenersi di legami emozionali**

LA NATURALE ATTRAZIONE PER LA BELLEZZA E L'ARMONIA

L'attrazione verso un seno abbondante, per forme morbide e sinuose che molti uomini vivono nei confronti delle donne, così come l'attrazione per la prestanza fisica dell'uomo vissuta dalla donna, avrebbero ancora a che fare con il bisogno di sicurezza, di protezione, di riproduzione, ma anche di contatto, tenerezza, di accudimento e di essere rassicurati sulla possibile durata del rapporto stesso. La selezione naturale, provvedendo preventivamente ai possibili bisogni della specie, tende a far sì che le donne abbiano circa un 25% del peso in grasso, riserva essenziale nella storia evolutiva.

Il senso di armonia, già secondo i Greci, sarebbe dato da una serie di proporzioni che, se presenti in un corpo o in un viso, creerebbero attenzione, attrazione e tenerezza. Il rapporto di 0,666, misura indicata per la bellezza ideale e l'armonia perfetta, potrebbe spiegare la bellezza riconosciuta ad esempio a Marilyn Monroe (misure 90, 60, 90 per seno, vita e fianchi). Non sono le misure in sé, ma l'armonia che deriva da certe proporzioni.

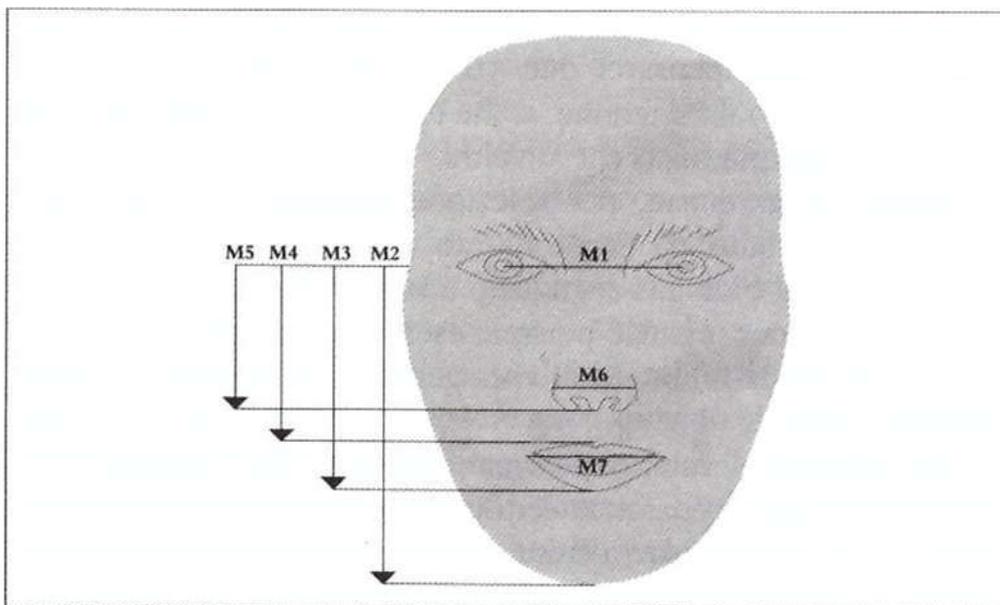
Anche nel viso, certe proporzioni che rievocano il viso del bambino, conferiscono fascino e attrattiva per il sesso opposto. Sarebbero tratti particolari, che richiamano vulnerabilità e il

bisogno di essere accuditi, uniti ad altri più adulti che segnalano la maturità sessuale a innescare in noi un senso di attrazione e di attenzione particolare per le persone che ne dispongono.

#### LA SEZIONE AUREA

Queste proporzioni, racchiuse nelle formule della sezione aurea, indicherebbero la perfezione e quindi la maggiore desiderabilità dei soggetti. Tale sezione corrisponde ad un numero irrazionale pari a 1,618; in modo che dividendo una linea in due parti, il rapporto tra la linea intera e la parte più lunga delle due metà sia uguale al rapporto tra la parte più lunga e quella più corta. La presenza di queste proporzioni viene percepita dall'occhio umano come particolarmente piacevole e vale tanto per i monumenti (ad esempio il Partenone) che per il volto umano.

**Cosa percepiamo dunque, al di là delle preferenze soggettive pur sempre presenti e possibili, quando diciamo: quanto sei bello/bella more mio?**



Il rapporto aureo entra anche nella definizione del «bel viso». Nello schema di volto umano sono stati individuati cinque rapporti aurei:  $M1/M2$ ,  $M6/M5$ ,  $M6/M1$ ,  $M7/M3$ ,  $M7/M4$ , dove M1 è la distanza tra le pupille, M2 la distanza tra la linea degli occhi e il mento, M3 la distanza tra la linea degli occhi e il labbro inferiore, M4 la distanza tra la linea degli occhi e il labbro superiore, M5 la lunghezza del naso, M6 l'ampiezza del naso nella sua parte più larga, M7 l'ampiezza della bocca nella sua parte più larga. Nel primo rapporto aureo,  $M1/M2$ , ad esempio, si può notare che, rispetto alla somma di M2 con M1, il tratto M2 è un po' meno dei due terzi, mentre il tratto M1 è un po' più di un terzo.

Fonte: G. Attili, *La bellezza assoluta*, in «Psicologia contemporanea», 156, 1999.

## ATTACCAMENTO E SCELTA DEL PARTNER

Nelle relazioni amorose possono manifestarsi sostanzialmente tre tipologie di attaccamento (Hazan e Shaver 1987).

- ✓ Oltre la metà delle persone (**55%**) manifestano una forma di **attaccamento sicuro**, caratterizzato dalla capacità di vivere esperienze intime, di porsi con il partner in una **relazione di reciprocità e di offrire e ricevere aiuto se necessario**.
- ✓ Un'altra parte, circa **un quarto (25%)**, presenta una forma di **attaccamento insicuro evitante**, cioè manifesta la tendenza a **minimizzare i propri bisogni, a distanziare i sentimenti negativi del sé** (rabbia, paura, vulnerabilità), **a non coinvolgersi nella vita intima della coppia e a non chiedere aiuto agli altri anche in caso di bisogno**.
- ✓ Nel **20%** circa è presente, invece, un **attaccamento insicuro preoccupato** (o *ansioso-ambivalente*), si tratta di persone **costantemente in tensione che si lamentano della affidabilità, della disponibilità e della capacità di amare del proprio partner**.

La scelta del partner, secondo gli studi di Carli 1995; e Baldoni 2003, 2004) avverrebbe come segue

**-Le persone che manifestano una forma di attaccamento sicuro solitamente si legano con persone altrettanto sicure.**

**-Le persone insicure possono legarsi ad una persona sicura, ma, più frequentemente, sviluppano una relazione con un'altra persona insicura di polarità opposta: le persone evitanti tendono a legarsi con soggetti preoccupati e quelle preoccupate con evitanti.**

**-Le relazioni tra persone insicure dello stesso tipo sono molto rare e di breve durata. Su questo punto i dati sono concordi.**

Per spiegare questa tendenza si può ipotizzare ancora una volta una ragione di carattere evolutivo. Probabilmente la nostra specie è dotata della capacità, attraverso il rapporto di coppia, di correggere aspetti sfavorevoli dei modelli individuali di attaccamento. La relazione con una persona di caratteristiche opposte può ampliare le possibilità di adattamento e la tenuta nel tempo della coppia, permettendole di esprimere al meglio le proprie potenzialità, compresa quella di avere figli.

## LE FASI DELL'AMORE

A determinare la scelta del partner non sono tanto gli indicatori che seguono; essi valgono da check list, da controllo, ciò che sembra contare è **la percezione dell'altro come disponibile alla cura, all'ascolto, ad assumere un ruolo speciale nei nostri confronti**, agendo a partire da quanto abbiamo registrato come efficace nel legame affettivo primario.

- a) **Il corteggiamento.** I caratteri del corteggiamento sono ritualizzati, anche se in modo inconsapevoli, e comuni a parecchie specie. L'uomo in genere si avvicina alla donna, si piega verso di lei, allarga le gambe, sorride, parla animatamente con tono assertivo, gioioso, si tocca i bordi della maglietta, gesticola, tocca un braccio o un ginocchio di lei, le dice che è bella, le offre da bere...Lei inizialmente sta a braccia conserte, lo guarda di sottocchi, ascolta, ride quasi per un nulla, la voce alza il tono, la postura si rilassa, la testa è un po' rovesciata all'indietro, si tocca i capelli, accavalla le gambe, a volte guarda per un attimo lontano, poi torna a sorridere a quel che lui dice.

- b) **L'innamoramento**: questa fase è in genere segnata da insonnia, eccitazione diffusa, riduzione dell'appetito, sensazione di grade energia. L'organismo secerne delle sostanze simili alle anfetamine, le *fenilamfetamine*. Il contatto fisico diventa tenerezza, in contrasto con i toni meno intimi e più eccitanti del corteggiamento o di rapporti puramente sessuali. Ecco che ritornano gesti, comportamenti, intonazioni identici alla relazione madre-bambino. L'altro diviene **rifugio emotivo, conforto**, cercato quasi in esclusiva e messo alla prova circa la sua disponibilità all'impegno e alla accoglienza/cura
- c) **L'amore**: l'attaccamento si struttura, la frequenza dell'attività sessuale diminuisce, aumenta invece il supporto emozionale; **dal prevalere della passione si passa al prevalere dell'intimità**; ci si cambia calore, affetto, fiducia. Se l'eccitamento produce fenilamfetamine, l'abitudine a queste sostanze produce *endorfine* che, come tutti gli oppiacei, inducono senso di benessere, appagamento e calma. Il partner viene ora associato al ben-essere e a produrre il senso di appagamento contribuisce *l'ossitocina*, la quale incrementa la possibilità che il legame si mantenga nel tempo. Il punto di svolta diviene **la gestione dell'ansia da separazione**. Se essa si evolve in fiducia la coppia cresce, se si innescano sfiducia, gelosie, giochi di potere, la coppia entra in un girone rischioso.
- d) **La vita quotidiana e il progetto generale**: questa fase è caratterizzata dalla **interdipendenza emotiva**; i partner evolvono ancora; dopo avere avuto il massimo della tensione sulla passione nell'innamoramento, sull'intimità nell'amore, **ora al centro c'è l'impegno**, come ha ben sottolineato R. Sternberg.

Prima di prendere in considerazione, come ultimo atto di questo breve studio sulla nascita della coppia, gli studi di Sternberg, vediamo quale tipo di amore tendiamo a vivere in base dello stile di attaccamento introiettato.

TIPOLOGIE AMOROSE SECONDO LO STILE DI ATTACCAMENTO

STILE DI ATTACAMENTO	AMORE LUDICO NARCISI STA	AMORE PRAG MATIC O UTILIT ARIST A	AMORE AMICA LE	AMORE INTIM O	AMORE ROMA NTICO	AMORE POSSE SSIVO / OSSES SIVO	AMORE NON VISSUT O Prevale critica, svalutazi one, insoddisf azione, ricerca idealizzat a
EVITANTE / INSICURO	NO	SI	SI	NO	NO	NO	A volte
AMBIVALENTE / ANSIOSO / INSICURO	SI	NO	NO	NO	SI	SI	A volte
DISORGANIZZATO	NO	NO	NO	NO	NO	NO	SI
SICURO	NO	NO	SI	SI	SI	NO	NO

23

**L'amore ludico-narcisista** è un legame fortemente autoreferenziale, incentrato sul gioco, il divertimento, la ricerca del piacere in se stessa, ma teme l'impegno e la proiezione nel futuro tramite progetti. Viene vissuto spesso da chi ha stile **ansioso ambivalente**.

**L'amore pragmatico utilitarista** è un calcolo, si basa appunto sui conti, le convenienze, segue universi più quantitativi che qualitativi e non coinvolge più di tanto la sfera emozionale. Viene vissuto in genere da chi ha lo stile **evitante**.

**L'amore amicale** è la capacità di vivere relazioni affettive nella sfera allargata, mantenendo i ruoli ed i confini e senza fare sovrapposizioni con le altre forme amorose. Può essere vissuto da chi ha lo stile **evitante**, fino ad un certo livello avere amici è rassicurante e non coinvolge in profondità, e da chi ha lo stile **sicuro**.

**L'amore intimo** è l'amore nella sua forma più profonda e completa, viene vissuto solo da chi ha uno stile **sicuro**.

**L'amore romantico**, che vedremo meglio in seguito, è proprio di chi vive lo stile **ansioso**, che cerca in esso rassicurazioni continue date dal senso di esclusività del rapporto e dalla sensazione di intesa senza bisogno di parole, e da chi ha lo stile **sicuro**, che lo vive in modo meno stretto e assolutizzante.

**L'amore possessivo e ossessivo**, fortemente presente nelle coppie in crisi, è proprio dello stile **ansioso**.

Infine **l'amore non vissuto**, o per rinuncia o per creazione di legami patologici, o per incapacità, po' ritrovarsi in modi e livelli diversi **in tutti gli stili, tranne che in quello sicuro**, che in genere non cade in forme di isolamento o di invischiamento.

### Parte terza

#### LA RICERCA E LA NASCITA DI UN AMORE COMPLETO

Le fonti principali di questa sezione sono:

*Francesca Morino Abbele, Paola Cavallero, Gabriella Ferrari; "Psicologia del rapporto amoroso. La teoria triangolare di Sternberg: un approccio cognitivo"; Guerini scientifica; 2005*  
*R. Sternberg; "Psicologia cognitiva"; Piccin editore; 2000*

Nel considerare le fasi dell'amore ho citato il lavoro di R. Sternberg.

E' un riferimento importante se vogliamo considerare quale tipo di amore risulti costruttivo, efficace, duraturo nel tempo in modo soddisfacente per i partner. Risaliamo a questa concezione d'amore con procedimento induttivo.

Una inchiesta ISTAT ha messo in luce che **in Italia circa il 20% delle coppie si sente soddisfatta e felice del proprio rapporto. Le caratteristiche comuni** a queste coppie sono risultate, per quanto riguarda **gli stili comunicativi**:

- Tengono chiare e separate le proprie identità
- Amano l'altro per ciò che è e lo considerano speciale
- Vedono le differenze come punti di forza
- Accettano di influenzarsi a vicenda (proiezione di fiducia reciproca)
- Hanno buon livello di autostima e auto efficacia
- Condividono verbalmente le proprie emozioni e i propri bisogni
- Hanno riti di coppia e momenti specifici esclusivi almeno ogni 15 giorni
- Sanno dirsi grazie e usano forme di riconoscimento
- Iniziano e terminano la giornata dedicandosi un momento (informazioni sulla giornata e piccolo rito rilassante di chiusura giornata)
- Si dicono frequenti parole dolci e comunque gli apprezzamenti sono nettamente superiori alle critiche
- Hanno quotidiani contatti fisici (non sessuali) e mantengono frequenti momenti di intimità sessuale
- Condividono numerosi progetti comuni e si sostengono per i sogni

Per quanto concerne la **gestione dei conflitti** e delle divergenze i tratti comuni alle coppie felici sono:

- Sanno che ogni lite dipende da entrambi (non vanno a caccia di colpevoli)
- Ognuno si assume la responsabilità delle proprie reazioni emotive e si mette in discussione
- Non cercano chi ha cominciato
- Trovano un modo per convivere accettando le divergenze e accolgono i limiti (difetti) dell'altro
- Usano strategie per riavvicinarsi dopo i litigi (senza competizioni e bilanci)
- Evitano le assolutizzazioni (in particolare i giudizi) e si aiutano ad uscirne velocemente .

Riflessione di auto ascolto:  
QUANTO CI RITROVIAMO IN QUESTA LISTA DI INDICATORI DI RELAZIONE FELICE? C'è qualcosa che vorremmo cambiare nella nostra relazione? Da dove potremmo cominciare? E come?

**Sternberg ci viene in aiuto per decodificare questo amore funzionale:**

**R. Sternberg**, docente di psicologia e pedagogia a Yale, ha definito il concetto di **amore completo** come triangolo. Io ho aggiunto al suo centro la **comunicazione**, che opera come collante e agente di consapevolezza dell'amore stesso



41

Quanto più la coppia nutre i tre elementi dell'amore, tenuti insieme da una sana comunicazione, tanto più la scelta del partner viene ri-confermata nel tempo. Abbiamo visto come i tre elementi siano in sé distintivi delle fasi essenziali dell'amore; ma pur con intensità diversa, devono permanere nella relazione per alimentarla e farla crescere nel tempo.

**Con quale intensità e con quale modalità viviamo le tre dimensioni del triangolo dell'amore?**

INDICAZIONI OPERATIVE

Vi propongo alcune schede che utilizzo con le coppie in consulenza, ma anche nei percorsi per fidanzati.

## IL MIO AMORE: QUALI POLI VIVO CON MAGGIORE INTENSITA'

	6-10	5	1-4	
<b>Passione</b>				<b>Indifferenza</b>
<b>intimità</b>				<b>Distanza</b>
<b>Impegno</b>				<b>Rinuncia</b>
<b>comunicazione</b>				<b>chiusura</b>
<b>Ingrediente segreto</b>				

**Assegnate un punteggio a voi e al vostro/a partner**

42

La compilazione viene fatta individualmente, con una auto valutazione numerica accompagnata da parole chiave; poi la si condivide e in genere emergono notevoli spunti di approfondimento

E' possibile anche che ogni partner ne compili 2: una per sé e una per come vede il partner. In questo caso occorrono almeno due incontri per la condivisione dei vissuti.

In alternativa si può utilizzare la scheda seguente

**ATTIVAZIONE amore completo 1:** sulla base dei punteggi assegnati, **pensa al tuo triangolo e disegna qui sotto.** Scegli **un colore per il cuore del triangolo, la comunicazione.** Quali riflessioni emergono nell'auto ascolto? Ci sono cose che vorresti modificare? Come mai? Fai la stessa operazione per come credi viva il rapporto il tuo partner e poi confrontate i triangoli disegnati e condividete i vostri vissuti. Cosa avete imparato dall'esercizio?

Il mio triangolo dell'amore



il triangolo dell'amore del/della mio/mia partner



43

Un altro fattore importante per la consapevolezza del proprio rapporto (e quindi l'emersione dei criteri di scelta e/o di criticità del rapporto stesso) è la comunicazione. IN questo caso si può fare ricorso alla scheda che segue:

### **ATTIVAZIONE amore completo 2 : LA COMUNICAZIONE**

Nel primo esercizio oggi ci siamo chiesti quanto siamo soddisfatti della quantità e della qualità delle cose che ci diciamo, ma **come possiamo raffigurare il nostro universo comunicativo?** Definisci 3 caratteristiche «belle» (che apprezzi) della vostra comunicazione di coppia e 2 caratteristiche «brutte» (che vivi con disagio).

Poi rifletti su quali conseguenze hanno sul vostro rapporto le 3 caratteristiche comunicative positive e le 2 caratteristiche negative.

<b>Caratteristica della comunicazione di coppia</b>	<b>Suoi effetti, conseguenze sulla coppia ed il suo «terreno»</b>
1 caratteristica positiva:	
2 caratteristica positiva:	
3 caratteristica positiva:	
4 caratteristica negativa:	
5 caratteristica negativa:	

44

Infine potrebbe essere interessante analizzare le tipologie di amore incompleto e ascoltarsi su quali e come vengono vissute da sé e dal partner.

**ATTIVAZIONE amore completo 3:** dopo aver letto lo schema che segue, segna nello schema stesso *gli elementi (con parole chiave) che vivi di ciascun tipo di amore e quando e come si manifestano. Cosa vorresti donare al tuo amore per renderlo più completo?* Da dove potresti iniziare e come? Confronta il tuo esercizio con quello del tuo partner: cosa potrebbe aiutare entrambi a vivere un amore più completo?

I miei doni per  
coltivare l'albero  
dell'amore



I doni del/della  
partner per  
coltivare l'albero  
dell'amore

Ecco lo schema degli amori incompleti

### Alcune Tipologie di coppie in base al concetto di amore completo

tipologie	Caratteristiche in base al triangolo	Elementi che vivo
<b>NON AMORE</b>	Sono assenti tutti e 3 gli elementi ( <i>passione, impegno, intimità</i> )	
<b>SIMPATIA</b> <i>Vicinanza che copre solitudini</i>	C'è <b>solo l'intimità</b> : si condividono argomenti, si è «amici», «fratelli», solidali. Manca un progetto ( <i>impegno</i> ) e la febbre ( <i>passione</i> )	
<b>INFATUAZIONE</b> <i>L'incendio</i>	È presente <b>solo la passione</b> . Le farfalle nella pancia, tipico di innamoramento, ma destinato a passare in questa forma. Mancano <i>impegno e intimità</i>	
<b>AMORE VUOTO</b> <i>Il dovere innanzitutto</i>	Si basa <b>solo su impegno</b> , mancano <i>passione e intimità</i> . Conta il dovere e i ruoli (ad es. genitoriali), spesso gli altri fattori si sono persi stando in «trincea»	
<b>AMORE ROMANTICO</b> <i>La magia adolescente</i>	Sono presenti <b>intimità e passione</b> , ma manca l' <i>impegno</i> e quindi si tende ad avere il centro fuori e sentirsi «presi», si vorrebbe fermare il tempo e ogni cambiamento o disaccordo	
<b>AMORE IDEALIZZATO</b> <i>Lo specchio delle mie brame</i>	Presenti <b>passione e impegno</b> , manca <i>intimità</i> . Assente il nucleo emozionale, si fanno grandi progetti, ma si è solo specchi reciproci, senza vera condivisione, la fiamma fisica e il senso del dovere non tengono nel tempo. Conta la forma più che la sostanza	
<b>SODALIZIO D'AMORE</b> <i>L'abitudine rassicurante</i>	Presenti <b>intimità e impegno</b> , manca la <i>passione</i> . Si resta insieme per abitudine e fedeltà al progetto	
<b>AMORE COMPLETO</b> <i>La coltivazione neghentropica</i>	Sono presenti e vivaci <b>intimità, impegno e passione</b> . Vengono «curati», alimentati, apprezzati nella loro evoluzione e cambiamento nel tempo	46

### Parte quarta

#### PUBBLICHIAMO DUE SIGNIFICATIVI CONTRIBUTI A QUESTO DOSSIER

#### LA NASCITA DELLA COPPIA di Mirella Cacco

Per affrontare il tema dell'**origine della coppia** penso sia opportuno riflettere sull'**origine dell'amore** nella sua accezione di innamoramento.

La lingua italiana utilizza il verbo innamorarsi, dal termine amore, con la proposizione in che ha la funzione di indicare un moto a luogo, entrare in un luogo, utilizzato nella sua forma intransitiva pronominale per indicare una azione senza consapevolezza e volontarietà. Questa breve introduzione linguista ha lo scopo di avviare una riflessione sul fatto che la nascita di una amore non ha origine in una intenzionalità programmata e razionale ma sorge spontanea al nostro interno come generata da eventi o casualità che ci sovrastano e ci dominano.

L'amore è quindi un andare verso l'altro con tutte le nostre energie con una forza così dirompente da abbattere la muraglia dell'ego, tipico dell'innamoramento infatti è vivere un magnetismo fisico e psichico nei confronti della persona amata e si distingue profondamente dalla seduzione, la quale induce qualcuno ad innamorarsi di lui/lei, atto supremo di narcisismo che si appoggia sulla sete di amore dell'altro.

**Nella tripartizione corpo, anima e spirito** l'amore viene vissuto diversamente in base all'elemento predominante che partecipa al sentimento amoroso. Con il corpo, dove

predominante è la dimensione fisica, si crea un amore basato sulle sensazioni, è la dimensione materiale dell'essere, ed è costitutivo di un amore infantile basato sul narcisismo e possesso, dove la comunicazione avviene tramite monologhi e dipende in toto dai rinforzi.

Con l'anima si costituisce un amore che partecipa alla dimensione psichica dell'essere, espressa a livello umano con emozioni e sentimenti, paure e passioni. In questo contesto il rapporto parte dalla relazione per cercare una identità, di solito si tratta di un amore che vive il presente e dipende da conferme, temendo i giudizi. L'amore legato all'anima è un amore di scambio, dove trova le sue basi in movimenti di possesso e dipendenza, e dove la comunicazione è legata ad un flusso di reciprocità io e tu.

**L'amore vissuto come dono è basato sullo spirito** e partecipa alla dimensione ideale dell'essere. Questo tipo di amore si fonda sulle risorse e sui progetti e costituisce un amore costante anche nei conflitti e nelle difficoltà. L'amore spirituale si basa sulla profondità dell'affetto e crea un rapporto dove si parte dall'identità per creare una relazione. In questa dimensione, sia l'attrazione del corpo sia l'attrazione del sentimento vengono governate da una dimensione superiore in grado di gestire la dipendenza insita nell'amore, costituendo una maturità dell'amore.

Se l'innamoramento viene vissuto senza la parte spirituale, non coltivata e non ricercata, sarà predominante l'azione degli ormoni, senza la possibilità della mediazione della consapevolezza e del senso di responsabilità.

Sulla base di questa tripartizione dell'essere umano si possono distinguere le relazioni in alcune tipologie:

- AMORE EROTICO: solo attrazione del corpo;
- AMORE SENTIMENTALE: attrazione del corpo e della psiche;
- AMORE COMPLETO O INTEGRALE: attrazione del corpo, della psiche e dello spirito;
- AMORE ROMANTICO O PLATONICO: attrazione della psiche;
- AMORE IDEALIZZATO: attrazione della psiche o dello spirito (grandi amicizie);
- AMORE UNIVERSALE: attrazione dello spirito (vita religiosa o impegno sociale);

Esiste un altro fattore, la cui presenza è fondamentale per la creazione di una coppia, ed è **l'amore per se stessi**. Gesù sul comandamento dell'amore, utilizzò l'amore verso di se come misura per amare il prossimo, dal quale si desume che non si può amare l'altro se prima non si ama se stessi.

L'amore per se stessi, in un sistema interno equilibrato della persona, è un grande atto di umiltà in quanto prevede una accettazione dei propri limiti, una accoglienza delle proprie paure, da coltivare con attenzione e costanza. In questo contesto è facile intuire come avvenga spontaneamente un **orientamento al positivo** verso se stessi, unica chiave di accesso ad un orientamento al positivo vero e profondo verso gli altri, fondamento per la creazione di relazioni positive e stabili.

Citando Mancuso: *"la coppia è qualcosa di più della somma di un atomo e un altro atomo: la coppia non è due atomi, è una molecola spirituale"*.

**SU 'AMORIS LAETITIA' di Alfredo Feretti**

## **Stralcio dell'articolo a commento di Amoris Laetitia, nella parte dedicata all'amore di coppia.**

*...sono passati ormai molti mesi da quando Amoris Laetitia è stata pubblicata; per questo non ne farò una sintesi che rischi di trascurare alcune parti interne che sono il "corpo" di tutta la sua presentazione. Piuttosto, in ragione del contesto attuale di servizio consultoriale alla famiglia, cercherò un approccio trasversale che sottolinei, nel testo di Francesco, gli elementi di sintonia con la nostra visione della persona, della coppia e della famiglia, con la nostra metodologia e accogliere i numerosi stimoli innovativi per un'azione sinergica tra noi operatori di consultorio e tutti coloro che hanno a cuore la famiglia in tutte le sue plurali manifestazioni...*

### **LA CURA DELL'AMORE.**

La vulnerabilità suscita la cura dell'altro. E la propensione alla cura attinge a ciò che abbiamo di costitutivo di noi stessi: siamo fatti per amare.

E' strano: quando si entra in questo campo, si avverte un certo fastidio, una certa voglia di camuffare o di cercare sinonimi. Quando invece ognuno di noi sa con certezza che, accanto alla preparazione professionale, è l'amore che permette uno sviluppo e una riparazione di tante situazioni di disagio.

Pare che parlare d'amore sia qualcosa di infantile, ridicolo, adolescenziale. Al limite che si deve chiedere permesso per poterne parlare senza farsi ridere in faccia. E' più facile coinvolgere una piazza, una platea televisiva, uno stadio in cori di sfottò, di presa in giro pesante piuttosto che elevarci ad un livello di umana e degna tolleranza che smorzi questa rabbia dilagante.

Ora per parlare d'amore è necessario accettare le differenze, tutte le differenze, e soprattutto accogliere ciò che non è perfetto, ciò che non corrisponde ai "principi", ciò che apparentemente non ci rassicura, ed entrare in situazioni che potrebbero anche sporcarci di fango. Comprendo coloro che preferiscono una pastorale più rigida che non dia luogo ad alcuna confusione. Ma credo sinceramente che Gesù vuole una Chiesa attenta al bene che lo Spirito sparge in mezzo alla fragilità: una Madre che, nel momento stesso in cui esprime chiaramente il suo insegnamento obiettivo, «non rinuncia al bene possibile, benché corra il rischio di sporcarsi con il fango della strada».

L'esperienza del consultorio fin dai suoi albori, si conferma come il luogo dell'accoglienza e della tolleranza, il luogo della custodia di ciò che non è perfetto e della promozione di tutto ciò che è presente magari in forma embrionale ma può diventare risorsa verso una maturazione e una chiarezza maggiore .

E' sempre rischioso immaginarci sulla sponda dei "salvati" che mandano "salvagenti", o arroccati sulla trincea di coloro che hanno la verità in attesa della resa di coloro riteniamo più deboli. Davvero siamo noi la nave per salvare i profughi? Uno dei nostri compiti specifici credo sia quello di individuare la forza delle relazioni anche le più ... deboli!

Siamo chiamati a formare le coscienze, non a pretendere di sostituirle.

La verità è una relazione! Tant'è vero che anche ciascuno di noi la coglie, la verità, e la esprime a partire da sé: dalla sua storia e cultura, dalla situazione in cui vive, ecc. Ciò non significa che la verità sia variabile e soggettiva, tutt'altro. Ma significa che essa si dà a noi sempre e solo come un cammino e una vita (Papa Francesco a E. Scalfari).

L'etica della cura domanda allora la presa in carico della capacità di amare delle persone che formano poi la coppia e la famiglia. Presa in carico prima di tutto come un mistero per evitare di ridurlo a un movimento di neuroni che se pur importante non esaurisce la "dicitura" dell'amore stesso. Ma anche la presa in carico dell'amore nelle sue declinazioni fenomenologiche.

E' qui che si inserisce il capitolo IV di *Amoris Laetitia* dedicato all'amore, quasi un libretto a parte, un piccolo manuale intessuto di spiritualità e di umanità, di concretezza e di stimoli. "Dacci oggi il nostro amore quotidiano" diceva ai fidanzati. Sull'amore infatti si gioca tutta la questione antropologica e orienta anche la nostra azione consenziale. Le declinazioni dell'amore coniugale e familiare sulla scorta del cosiddetto Inno alla carità di s. Paolo sono un vero programma di formazione. Questo capitolo costituisce un trattatello dentro la trattazione più ampia, pienamente consapevole della quotidianità dell'amore che è nemica di ogni idealismo: «non si deve gettare sopra due persone limitate il tremendo peso di dover riprodurre in maniera perfetta l'unione che esiste tra Cristo e la sua Chiesa, perché il matrimonio come segno implica "un processo dinamico, che avanza gradualmente con la progressiva integrazione dei doni di Dio"» (AL 122). Ma d'altra parte il Papa insiste in maniera forte e decisa sul fatto che «nella stessa natura dell'amore coniugale vi è l'apertura al definitivo», proprio all'interno di quella «combinazione di gioie e di fatiche, di tensioni e di riposo, di sofferenze e di liberazioni, di soddisfazioni e di ricerche, di fastidi e di piaceri» che è appunto il matrimonio.

Il capitolo si conclude con una riflessione molto importante sulla «trasformazione dell'amore» perché «il prolungarsi della vita fa sì che si verifichi qualcosa che non era comune in altri tempi: la relazione intima e la reciproca appartenenza devono conservarsi per quattro, cinque o sei decenni, e questo comporta la necessità di ritornare a scegliersi a più riprese». L'aspetto fisico muta e l'attrazione amorosa non viene meno ma cambia: il desiderio sessuale col tempo si può trasformare in desiderio di intimità e "complicità". «Non possiamo prometterci di avere gli stessi sentimenti per tutta la vita. Ma possiamo certamente avere un progetto comune stabile, impegnarci ad amarci e a vivere uniti finché la morte non ci separi, e vivere sempre una ricca intimità»

A.L. sa prendersi cura della gioia dell'amore e per questo spiega le regole della grammatica dell'amore:

I linguaggi dell'amore - Lo stupore e la contemplazione - I doni - Il tempo di qualità - Il riconoscimento reciproco - L'empatia - Il discernimento personale - Il linguaggio dei gesti - La ricchezza interiore - Costruzione di un linguaggio d'amore che attraversa tutte le tappe della sua evoluzione.

*Bisogno e scelta.*

Le nostre persone sono un «impasto» di bisogni e di scelte, che scandiscono le stagioni della nostra vita:\* da bambini avevamo bisogno - di sicurezza,- di attaccamento,- di identità....\* da adolescenti avevamo bisogno - di autonomia,- di contatto,- di riconoscimento....

Ma sempre è presente in noi il «bisogno» - di amare - di essere amati. Questo bisogno fondamentale è espresso in termini chiari in un testo divenuto slogan di S. Giovanni Paolo II: "L'uomo non può vivere senza amore. Egli rimane per se stesso un essere incomprensibile, la sua vita è priva di senso, se non gli viene rivelato l'amore, se non

s'incontra con l'amore, se non lo sperimenta e non lo fa proprio, se non vi partecipa vivamente".

Ogni relazione umana tende a concretizzare questo bisogno d'amare e di essere amati, sviluppandone i diversi volti:- la tenerezza nei legami familiari,- la fedeltà nell'amicizia,- la solidarietà nei rapporti sociali,- la comunione nella vita ecclesiale,- l'intimità nella vita coniugale.

L'amore allora è solo un «bisogno» da soddisfare?

L'amore è un «bisogno» più profondo che coinvolge tutta la persona (istinto-sentimento-intelligenza-volontà); che può essere soddisfatto solo nell'incontro di due persone che si scelgono nella loro diversità, per donarsi nella complementarietà-reciprocità.

Amare è un bisogno che diviene «scelta» consapevole che inizia nell'innamoramento, che si sviluppa fino alla decisione di unire le proprie vite nel matrimonio, che si approfondisce per tutta la vita.

"L'amore infantile segue il principio: «amo perché sono amato». L'amore adulto segue il principio: «sono amato perché amo». L'amore immaturo dice: «ti amo perché ho bisogno di te». L'amore maturo dice: «ho bisogno di te perché ti amo». (E.Fromm)

*Dono e responsabilità.*

Due persone che - si incontrano per un primo istinto d'amore, che si riveste di emozione-sentimento, in attesa di divenire scelta-decisione, sperimentano il proprio «limite» nella capacità di donarsi, di affidarsi, di amare e di lasciarsi amare, la propria aspirazione all'«infinito» nell'amore: il desiderio di amare e di essere amati non è mai totalmente esaurito; l'amore autentico ha un aspetto di mistero da rispettare.

E' il mistero di due persone che si scelgono reciprocamente nella piena gratuità del dono di se stesse, senza pretese di cambiare o di modellare l'altro/a secondo le proprie attese...; ma con l'impegno di riconoscersi l'un l'altro nella propria identità, con la propria storia e di aiutarsi a crescere insieme, ad esprimere il meglio delle rispettive potenzialità...

L'amore quindi è dono, ma è anche responsabilità:

- responsabilità di renderlo sempre più autentico, per liberarlo dalla tentazione quotidiana dei nostri egoismi;
- responsabilità di costruirlo progressivamente, secondo il progetto che Dio ha posto nell'uomo e nella donna;
- responsabilità nel crescere insieme: pensando insieme, progettando insieme, decidendo insieme;
- responsabilità di essere «segno» con il proprio amore dell'amore stesso di Dio...

E' Dio stesso, infatti, che ci ha donato gratuitamente la capacità di amare; che può rispondere al nostro bisogno di amore; che sostiene e fonda la nostra scelta di amare; che ci illumina sulle nostre responsabilità nell'amore.

A condizione che l'espressione delle nostre emozioni sia sempre sostenuto dal rispetto reciproco:

Nella vita di coppia si può — paradossalmente—fare a meno dell'amore ma non si può fare a meno del rispetto. Senza l'amore la vita di coppia è piatta, ma senza rispetto è sanguinante; senza l'amore la vita di relazione non cresce, ma senza il rispetto comincia a franare fino ad arrivare al crollo. L'amore vero, a ben vedere, è anche rispetto vero. Per sua natura l'amore ha una forte componente emozionale: per questo subisce oscillazioni e

non sempre è governabile con la ragione e con la volontà. Il rispetto, invece, si concretizza in un insieme di comportamenti che sono sotto il controllo della decisione della persona.

Il rispetto va comunque chiarito nel suo significato per evitare che venga sottovalutato o impoverito. Il rispetto non può infatti essere ridotto ad un formalismo, a superficiali "buone maniere", o ad un semplice tratto temperamentale. Non è nemmeno un gesto unilaterale che consente all'altra persona di sentirsi rispettata o non rispettata. Il rispetto è qualcosa di più e di più profondo: ha una doppia valenza ed è una costruzione "a due". (Montuschi).

In un percorso di consulenza familiare si può imparare il vero rispetto di sé che si prolunga nel rispetto verso l'altro. E' un compito educativo a cui più volte richiama A.L.

Prendersi cura dell'amore in una coppia è valorizzare ed equilibrare le componenti dell'amore stesso: la passione che ha radice nel senso di appartenenza e di "dipendenza" e che si vive attraverso l'attrazione fisica, la simpatia, la reciprocità.

E qui il discorso sulla dimensione erotica dell'amore si fa caldo, concreto, alto.

A coloro che temono che con l'educazione delle passioni e della sessualità si pregiudichi la spontaneità dell'amore sessuato, san Giovanni Paolo II rispondeva che l'essere umano è «chiamato alla piena e matura spontaneità dei rapporti», che «è il graduale frutto del discernimento degli impulsi del proprio cuore». È qualcosa che si conquista, dal momento che ogni essere umano «deve con perseveranza e coerenza imparare che cosa è il significato del corpo». La sessualità non è una risorsa per gratificare o intrattenere, dal momento che è un linguaggio interpersonale dove l'altro è preso sul serio, con il suo sacro e inviolabile valore. In tal modo «il cuore umano diviene partecipe, per così dire, di un'altra spontaneità». In questo contesto, l'erotismo appare come manifestazione specificamente umana della sessualità. In esso si può ritrovare «il significato sponsale del corpo e l'autentica dignità del dono». Nelle sue catechesi sulla teologia del corpo umano, san Giovanni Paolo II ha insegnato che la corporeità sessuata «è non soltanto sorgente di fecondità e di procreazione», ma possiede «la capacità di esprimere l'amore: quell'amore appunto nel quale l'uomo-persona diventa dono». L'erotismo più sano, sebbene sia unito a una ricerca di piacere, presuppone lo stupore, e perciò può umanizzare gli impulsi.

Pertanto, in nessun modo possiamo intendere la dimensione erotica dell'amore come un male permesso o come un peso da sopportare per il bene della famiglia, bensì come dono di Dio che abbellisce l'incontro tra gli sposi. Trattandosi di una passione sublimata dall'amore che ammira la dignità dell'altro, diventa una «piena e limpidissima affermazione d'amore» che ci mostra di quali meraviglie è capace il cuore umano, e così per un momento «si percepisce che l'esistenza umana è stata un successo».

L'intimità che si fonda sulla fedeltà e che si nutre di confidenza, affinità, complementarità, sostegno e reciprocità. L'impegno legato alla responsabilità che domanda decisione, scelta, impegno, progettualità.

## CONCLUSIONE

**La nascita della coppia dipende da diversi fattori.** Non esiste un solo tipo di amore e non scegliamo i partner tutti allo stesso modo.

Nel tempo e nello spazio esistono diversi stili relazionali e diversi riti di accoppiamento.

Abbiamo ripercorso molto sinteticamente **la storia del matrimonio in Europa** per comprendere meglio come la scelta del partner sia avvenuta nel corso del tempo e quali evoluzioni abbiamo caratterizzato questa dinamica.

L'idea odierna di amore è in realtà piuttosto recente e non assolutizzabile.

Alcuni elementi sembrano però costanti, o almeno ricorrenti. Abbiamo quindi considerato **la prospettiva etologica e gli stili di attaccamento**

Gli studi in materia risultano interessanti e da tenere in grande considerazione, ma non possono togliere il senso di mistero, di unicità, di imprevedibile magia che segna ogni amore che meriti questo nome.

Ci siamo in conclusione chiesti se fosse possibile **definire un amore completo** e se questo sia perseguibile, pur con diverse sfaccettature e livelli. In questa sezione del dossier ho ritenuto importante condividere con voi, secondo il mio stile, materiali utilizzabili sia in consulenza che in percorsi di formazione socio educativa. L'approfondimento tematico nel nostro settore non può mai essere disgiunto dalla pratica professionale.

Ho infine inserito **due contributi significativi**, in perfetta linea con quanto sviluppato nel dossier.

L'articolo di **Mirella Cacco** sulla nascita della coppia nella visione dell'uomo tripartita e lo stralcio di un intervento di **Padre Alfredo Feretti** che richiama le analisi e le conclusioni della presente ricerca.

L'instabilità del legame coniugale non deve e non può sorprenderci, visto che da sempre accompagna il rapporto di coppia.

E' urgente però un approfondimento socio educativo per progettare iniziative ed interventi che diano risposte concrete e costruttive ai bisogni della coppia e la supportino nelle sue fragilità attuali, in primis quelle derivanti dalla perdita di prospettive che i nostri giovani oggi soffrono.

La mancanza di obiettivi a medio e lungo termine tende a cristallizzare l'amore e a chiuderlo nella gabbia dell'eterno presente, svuotato di prospettive, di progettualità, di impegno verso una concreta autonomia e una vita orientata in base a valori di riferimento.

Strada impegnativa ma affascinante.

Continuiamo a lavorarci insieme!

