

La crisi di coppia



INCONTRI UNI-ATENEEO

9 DICEMBRE 2010

DR.SSA ANNA GALEOTTI



AREE DI CRISI

Violazione del contratto



La scelta del partner risponde a bisogni personali di cura e affiliazione, disponibilità all'accudimento e all'accoglienza dell'altro

→ si struttura un contratto implicito o esplicito che comprende cosa mi aspetto dall'altra persona (es. fedeltà, aiuto...), come intendo la nostra unione, cosa mi sento di dover fare per l'altro e, in generale, una visione del mondo.



I contratti impliciti tra membri della coppia possono svilupparsi verso modi evoluti di fornire risposta ai *bisogni di dare e ricevere*; ma possono anche diventare per un coniuge gabbie inadeguate, mentre continuano per l'altro a costituire presidi di sicurezza.

Es. c'è chi sta male perché come *salvatore* si è stancato di proteggere e soccorrere, magari perché, trovandosi nel bisogno, ha visto il *salvato* incapace di restituzione e si è tanto deluso da sconfessare il ruolo inizialmente scelto; il suo cambiamento può però essere visto dal partner come un tradimento.

Uscita non risolta



I comportamenti caratterizzanti il legame con i genitori (da parte di uno o di entrambe di componenti della coppia) minacciano o appesantiscono il rapporto a due oppure ne hanno impedito lo sviluppo (una carente o pessima qualità degli accudimenti e dei conseguenti vissuti primari inficia la capacità di intimità con l'altro).

Scelte di crescita personale



Uno dei partner, più spesso la donna, manifesta comportamenti diversi, a causa di una maturazione individuale, producendo turbativa nel rapporto (comportamenti di autonomia inattesi per il partner, da lui considerati estranei e impropri).



In generale, i forti stress rendono meno saldi e sicuri di sé i soggetti (malattie invalidanti, tracolli economici, perdita del lavoro, catastrofi naturali, gravi perturbative del consolidato ordine familiare quale ad esempio la nascita di un bambino disabile) e possono concorrere a creare una crisi.



ADULTERIO



Il termine “adulterio” (dal latino adulterare, corrompere) indica la violazione della fedeltà coniugale; il “delitto contro il matrimonio” era considerato atto lesivo della dignità del coniuge e della unità familiare sin da epoche remotissime.

Diritto romano

Gli adulteri potevano essere anche puniti con la morte.



Diritto greco

Il reato di adulterio si configurava quando un uomo sposato aveva un rapporto sessuale con una donna di una classe sociale elevata; la donna non era considerata soggetto di reato, ma solo oggetto, in quanto non considerata responsabile, anche se il marito aveva la facoltà di ripudiarla e di chiedere del denaro per compensare l'offesa subita.



L'articolo 559 del codice penale (secondo la codificazione del 1930) ha previsto la pena di reclusione per la moglie adultera e per il correo (cioè l'amante) e non per il marito adultero (che veniva punito solo nel caso di concubinato, ovvero del completo abbandono del tetto coniugale).

Solo nel 1968, il reato di adulterio fu riconosciuto come illegittimo.



Anni '40: Rapporto Kinsey

Un marito su due aveva cominciato una relazione extraconiugale prima dei 40 anni e il 26% delle donne faceva lo stesso.

Le donne associano la relazione extraconiugale ad un coinvolgimento emotivo, la collegano ad un'insoddisfazione nel matrimonio e hanno più difficoltà a viverla clandestinamente; gli uomini l'associano più al piacere sessuale, non la cominciano per insoddisfazione rispetto la coniuge, non hanno grandi difficoltà a viverla clandestinamente.

Il percorso del tradimento



Il tradimento parte da problemi non discussi o non risolti per cui i coniugi si sentono in rotta, poi si sviluppa la situazione in cui il coniuge insoddisfatto scivola nella relazione extraconiugale; inizialmente, l'infedele nega e l'altro cerca di ignorare i segni della relazione.

La rivelazione porta alla “crisi” (letteralmente, possibilità) del matrimonio.



La relazione extraconiugale è un rapporto protetto: non ha preoccupazioni quotidiane, né le pressioni di vivere sempre con un'altra persona.

La maggior parte dei tradimenti durano da pochi mesi ad un anno o due; oltre questo tempo, viene messa fine alla relazione oppure il matrimonio si rompe.

I "messaggi" nei tradimenti



Relazione che evita il conflitto

Il coniuge lamenta una mancante attenzione da parte del partner e la comunicazione è limitata per evitare conflitti: l'infedele spesso fa in modo di essere scoperto per far emergere le problematiche del matrimonio e per ottenere l'attenzione del coniuge.

Né il perdono, né la separazione servono se i coniugi non imparano a negoziare i conflitti.



Relazione che evita l'intimità

Avviene dopo anni di matrimonio quando i partner si conoscono bene: i coniugi hanno paura di diventare vulnerabili e cercano di proteggersi dalle ferite e dai disaccordi.

Spesso entrambi i coniugi sono coinvolti. Il coniuge è dipinto come incurante, in contrasto all'amante, che viene legato a fantasie romantiche.



La prognosi per il matrimonio è favorevole; la crisi provocata dalla relazione spesso aiuta i partner a vedere i loro sentimenti e i loro reciproci bisogni.



Fissazione sessuale

Questo tipo di tradimento è condotto da chi cerca il riconoscimento in pubblico (es. politica) e in privato (es. conquiste sessuali); capita più al marito che alla moglie. La persona può avere più relazioni nel tempo.

Questi matrimoni durano anni, perché il coniuge non tiene in conto la relazione e continua a soddisfare i bisogni dell'altro senza cambiamenti; in caso di rivelazione del tradimento, spesso il coniuge dell'infedele ci passerà sopra.



Relazione nido vuoto

Si tratta perlopiù di uomini sposati da molti anni, considerati amanti della casa e sposatisi per sicurezza; spesso focalizzano le risorse sui figli. Non dividono più la camera da letto con la moglie e la comunicazione si limita al quotidiano. Sono preoccupati dall'incapacità di agire bene sia nel matrimonio che con l'amante.



Vi sono due varianti della relazione extraconiugale.

La prima ha il valore di una bravata e si ha con una donna molto più giovane: la relazione eccita, fa sentire giovani e fa fare cose che si pensava non si potessero più fare.

L'altra tipologia è quella in cui i mariti desiderano lasciare la moglie, ma sembra loro difficile.



Relazione con uscita di casa

La motivazione al tradimento è duplice: ricercare una convalida di sé ed evitare di parlare di responsabilità per la fine del matrimonio (→ la relazione extraconiugale distrae dalle difficoltà della “fine coniugale”).

L'amante è qualcuno con cui parlare delle insoddisfazioni dei sentimenti e delle speranze per il futuro.



La passione e la ricerca del coniuge di un motivo di separazione rendono il segreto impossibile: la rivelazione avviene precocemente.

L'infedele può legalizzare la situazione sposando l'amante per evitare altre conseguenze; se accade vi è alta probabilità che il nuovo matrimonio finisca come è finito il primo.



COME NASCE LA CRISI



INNAMORAMENTO



IDEALIZZAZIONE dell'Altro



DELUSIONE



DISILLUSIONE



**CRISI DI COPPIA/
SEPARAZIONE**



Nella **DISILLUSIONE** si assiste al superamento positivo della delusione ed alla costruzione della coppia matura; nel caso della **CRISI** la delusione non viene superata in modo corretto.

Davanti alla crisi si possono osservare:

- **ELUSIONE**
- **DELUSIONE**
- **DISILLUSIONE**

Elusione



La coppia elude la crisi, fugge nell'idillio e nega i problemi.

Si crea uno stallo che porta ad uno pseudo-accordo; il disagio non è vissuto dalla coppia, ma soprattutto dai figli, perché viene dato loro un modello in cui non riescono ad integrare il padre e la madre, come membri di una coppia viva, in movimento.

Delusione



La coppia ammette di soffrire ed è in grado di riconoscere la realtà propria e dell'Altro, integrando i passaggi del ciclo di vita individuale con quelli del ciclo di vita della coppia (i cambiamenti a cui la coppia va incontro possono riguardare uno o entrambi i partner). La crisi non è superata quando i partner non sono più in grado di riformulare il proprio progetto di vita insieme.

Disillusione



Si assiste al superamento positivo della crisi, con un conseguente “ripatteggiamento” dell’obiettivo di coppia e la reciproca accettazione delle singole diversità.



LA TERAPIA

Indicazioni



1. entrambi i coniugi/conviventi sono motivati a migliorare la situazione relazionale.
2. il conflitto e' distruttivo e logorante ed è manifesto il disagio di uno o entrambi i coniugi/conviventi.
3. il rischio di coinvolgere i figli nel conflitto di coppia e' elevato oppure è già presente un disagio psicologico nei figli, conseguente ai problemi di coppia.



Coppia



**sistema relazionale distinto e
specifico, che necessita di interventi
terapeutici mirati.**

Obiettivi



Una terapia di coppia non deve mirare a mantenere unita la coppia, ma cercare di capire quale è la situazione migliore, più serena ed equilibrata, per quella coppia o famiglia: in alcuni casi la separazione può essere riconosciuta come il male minore.

Passaggi topici



- Ricerca delle ragioni relazionali della crisi;
- Utilizzo di una metodica perturbativa di idee, attribuzioni e costrutti diventati inutili e fondanti il malessere di coppia;
- Mobilizzazione di risorse accantonate attraverso la ricerca di pensieri e racconti non esplorati, di riletture e connessioni non considerate, di sperimentazioni alternative.

Livelli di intervento



- **SULLA COMUNICAZIONE:** il terapeuta è un mediatore, che tenta di riaprire il dialogo tra i due componenti della coppia.
- **SULL'IMMAGINE CHE HO DELL'ALTRO:** il terapeuta aiuta a far esplicitare le immagini interne che ognuno dei due si è costruito dell'Altro in base all'insieme dei suoi comportamenti, favorendo lo scambio delle reciproche immagini interne.

Livelli di intervento



- **SULLE COMPONENTI PROFONDE:** è possibile nelle coppie con maggiori capacità di introspezione. Si entra nella storia di ciascun membro della coppia per far emergere in che modo si sono costruiti i bisogni, lo stile di vita e le modalità relazionali di ognuno; questo passaggio aiuta a comprendere l'apporto di ciascuno dei partner nella costruzione delle problematiche di coppia.

Pillole di saggezza ...



- Non pretendete di dividere tutto con il partner. "Separarsi" ogni tanto ci ricorda che oltre all'amore c'è il resto del mondo.
- Fate sì che i vostri corpi diventino e restino "amici": coltivate il piacere di dormire abbracciati, di toccarvi ...
- Trovate un amico con il quale sfogare le eventuali insoddisfazioni: il compagno non può assorbire sempre il vostro malcontento.

Pillole di saggezza ...



- Festeggiate i vostri anniversari. I rituali creano uno stacco dalla routine e sono il pretesto per "fare il punto" della situazione.
- Non cercate di cambiare il partner. Si può chiedergli di modificare un atteggiamento che vi dà fastidio, ma se non vi accontenta forse è perché non può cambiare.

Pillole di saggezza ...



- Giocate con il partner. Non vergognatevi di mostrare il vostro lato più infantile e spontaneo: questo dà la misura di quanto potete affidarvi l'una all'altro.
- Ricordate di dire spesso vostro compagno quello provate per lui.

Ballata dell'amore cieco



*Un uomo onesto, un uomo probo,
tralalalalla tralallaleru
s'innamorò perdutamente
d'una che non lo amava niente.*

*Gli disse portami domani,
tralalalalla tralallaleru
gli disse portami domani
il cuore di tua madre per i miei cani. (*)*



*Lui dalla madre andò e l'uccise,
tralalalalla tralallaleru
dal petto il cuore le strappò
e dal suo amore ritornò.*

*Non era il cuore, non era il cuore,
tralalalalla tralallaleru
non le bastava quell'orrore,
voleva un'altra prova del suo cieco amore.*



*Gli disse amor se mi vuoi bene,
tralalalalla tralallaleru
gli disse amor se mi vuoi bene,
tagliati dei polsi le quattro vene (*).
Le vene ai polsi lui si tagliò,
tralalalalla tralallaleru
e come il sangue ne sgorgò,
correndo come un pazzo da lei tornò.*



*Gli disse lei ridendo forte,
tralalalalla tralallaleru
gli disse lei ridendo forte,
l'ultima tua prova sarà la morte.
E mentre il sangue lento usciva,
e ormai cambiava il suo colore,
la vanità fredda gioiva,
un uomo s'era ucciso per il suo amore.*



*Fuori soffiava dolce il vento
tralalalalla tralallaleru
ma lei fu presa da sgomento,
quando lo vide morir contento.
Morir contento e innamorato, (**)
quando a lei niente era restato,
non il suo amore, non il suo bene,
ma solo il sangue secco delle sue vene.*



(*)

Richieste della vita di coppia e dell'amore:

- separazione dalla famiglia di origine (“portami domani il cuore di tua madre”)
- definizione di una nuova identità personale che includa il partner (“amor se mi vuoi bene, tagliati dei polsi le quattro vene”)



()**

- Forza dell'attrazione e della passione nella definizione di una storia amorosa
- Equilibrio basato su “giochi di potere” nella coppia
- Pericolosità della mancanza di confini tra i partner (movimenti proiettivi in cui ciascuno affida all'altro il proprio equilibrio emotivo: “sono felice, se sei felice”)