

ROSELLA DE LEONIBUS

psicologia
del quotidiano

cittadella editrice-assisi

uno più uno uguale tre

Se osserviamo il rapporto coppia/figli possiamo metterci ad osservarlo secondo almeno tre prospettive: la coppia, e cioè i due partners che inventano e generano la coppia, la coppia stessa che genera e si pone in rapporto coi figli, e i figli come soggetti della relazione con la coppia genitoriale.

E sono livelli inestricabilmente connessi, perché la coppia cambia la sua prospettiva, cambia il suo essere, molte volte nel corso della sua esistenza, e proprio come qualunque organismo complesso è in continua ridefinizione.

Ecco, una delle ridefinizioni più sostanziose della sua storia la coppia, e i partners che la compongono, la affronta proprio durante il percorso che va dall'attesa, alla nascita, alla crescita e alla autonomizzazione dei figli.

un "focus" sulla coppia

Essere coppia, formare una coppia, a partire da due identità personali, da due storie di vita, da due schemi di riferimento personali, da due linguaggi comunicativi, da due percorsi esistenziali con esperienze e percezioni diverse, è un lavoro. Un lavoro lento, paziente, entusiasmante certo, ma estenuante, a volte, un lavoro fatto di una strutturazione iniziale e poi, mano a mano, fatto di un continuo processo di rifinitura, limatura, aggiunta e trasformazione, perché la coppia, una volta fatta, non resta là ferma a farsi contemplare come una scultura o un quadro, ma diventa una creatura viva, che interagisce giorno dopo giorno con un contesto ambientale, col tempo e con lo spazio esterni alla coppia stessa. E i due partners che la compongono non sono a loro volta elementi statici, ma identità in evoluzione, e una parte della vita di ciascuno di essi continua a svolgersi anche individualmente, a latere, per così dire, rispetto alla realtà della coppia.

Quindi abbiamo tre ambiti di cambiamento potenziale, tre zone di possibile trasformazione e interazione col mondo:

l'uno e l'altro partner separatamente, e la coppia che essi costituiscono.

Se non partiamo da questa osservazione, dal lento e graduale costruirsi della "coppia" attraverso un lungo e paziente cammino quotidiano, potrebbe forse ancora trovare spazio una illusione, quella secondo cui quando si sarà finalmente trovata la persona giusta, quando si sarà finalmente messa su famiglia, tutto il resto potrà filare da sé, automaticamente, come se la coppia fosse un dato di fatto.

La coppia non esiste, può solo essere vissuta.

Non esiste cioè niente di già dato, di tangibile, di oggettivo, e soprattutto, per tutto il tempo in cui dura una unione tra due partners, non esiste niente che possa essere dato per scontato, e che possa essere archiviato una volta per tutte sotto il nome di "la coppia". Ecco, ci siamo conosciuti, ci siamo sposati, o comunque abbiamo deciso di stare a lungo insieme, siamo finalmente una coppia, e ora la coppia c'è, non ci dobbiamo pensare più. Questa è una illusione.

È un errore, anzi, perché stamattina davanti al lavabo, e poi in garage alle sette e mezzo, stasera a casa degli amici, domani davanti all'estratto conto della banca, tra un mese al capezzale di un parente, non c'è la coppia, ci sono due persone, due esseri umani quanto mai diversi, che momento per momento, giorno dopo giorno, tentano di capirsi, di inventare una continuità di incontri, di fare delle cose insieme.

E queste stesse due persone, proprio in quell'allenamento quotidiano, attraverso piccoli gesti, parole e silenzi, azioni e attese, rituali e banalità, generosità e opportunismo, attraverso momenti di esaltazione o di faticoso adattamento, acquisiscono quella speciale abilità che ci vuole per fare insieme le cose, per tener conto l'uno dell'altro nelle decisioni e nelle scelte, quella capacità di camminare insieme senza sbarcarsi il passo e senza trascinare l'altro o fargli da freno.

I due partners sono ogni giorno all'opera per fare "la coppia": costruiscono pian piano una convenzione lessicale, un doppio filtro percettivo (a volte sincronizzato, a volte molto meno), e una serie di regole per dare significato alle cose, una abilità a leggere l'uno la faccia dell'altro, e da qui ancora disegnano insieme un modello di vita, con le sue azioni, i suoi confini, le sue regole, organizzano il loro ambiente, lo proteggono dagli attacchi esterni, respingono le minacce, fanno manutenzione ordinaria e straordinaria al progetto.

"La coppia" quindi sono due persone che hanno deciso di riplasmare la propria individuale esistenza a partire da, e facendo riferimento a, una dall'altra, e con questo, mettendo insieme le loro vite private e le loro esistenze sociali, defini-

scono una identità duale.

Le strutture portanti di questo nuovo soggetto che è la coppia sono la passione, certo, l'attrazione amorosa, ma anche una sorta di amicizia, uno speciale tipo di intimità che non è solo fisica, ma è anche emotiva, un'intimità fatta di intuizioni reciproche, di disponibilità ad essere scoperti e vulnerabili davanti all'altro, e deve pur esserci, da qualche parte, anche un consapevole e rinnovabile impegno, una definita direzione di percorso per scegliere, anche nei momenti difficili, di conservare in vita questa creatura comune che è la coppia, inscrivendola in uno spazio e in un tempo reali, con tutte le potenzialità e le sfide, i rischi, di un contatto pieno con il contesto ambientale.

quando arriva un figlio

Dicevamo che uno degli eventi più complessi e ricchi nella vita di questo soggetto duale che è la coppia è proprio l'attesa, la nascita, la crescita e la separazione dei figli.

Ogni volta che in una coppia nasce il primo figlio, nasce (o dovrebbe nascere) un padre e nasce (o dovrebbe nascere) una madre. Ecco allora che i soggetti in gioco non sono più tre, cioè i due partner e la coppia a cui essi hanno danno vita, ma i due partners, la coppia, le due nuove identità di ruolo di padre e di madre, e il figlio. Se contiamo, siamo a sei. Arriviamo a sette soggetti se calcoliamo che, dopo poco, il padre e la madre dovrebbero, almeno si auspica, dar vita ad un nuovo soggetto duale, che è "i genitori". Quanta gente! Quanti ruoli, quanti possibili livelli di relazione tra i soggetti, sia in termini di relazione tra due soggetti, che in termini di relazioni tra i diversi ruoli che uno stesso soggetto di trova a vivere nello stesso momento.

Quando dico una cosa, faccio un gesto, indirizzo un pensiero a mio marito, la dico come donna, come madre, come membro della coppia di cui anch'io sono parte, come genitore della coppia genitoriale? E quella cosa, la dico a lui come uomo, come padre, come membro della coppia, come genitore? E se (complichiamo ancora un pochino, perché no?) lui mi risponde da una posizione di ruolo o da una sua zona esistenziale diversa da quella cui io mi ero rivolta?

Gli intrecci sono tanti, come possiamo vedere: solo il figlio ha, per ora, un solo ruolo e una sola posizione esistenziale. Ma ben presto sarà anche "Altro": la sua identità personale irriducibile e sostanzialmente inconoscibile non tarderà a manifestarsi, forse si sarà già manifestata.

In uno specifico ritmo sonno-veglia, in un particolare rapporto col latte che lo nutre, in un modo tutto suo di irrigidirsi o rilassarsi quando lo prendiamo in braccio. E allora tra poco dovremo fare i conti anche con questo.

A chi mi sto rivolgendo, quando chiamo il suo nome? Al figlio di noi come coppia? Al figlio di noi come genitori? A questo bambino che sta davanti a me donna, a me uomo? A “mio” figlio, a “tuo” figlio? E magari, si spera, ogni tanto, anche a questa persona sconosciuta e molto intrigante che sta crescendo a casa nostra a nostre spese, nella quale talvolta ci rispecchiamo, ma più spesso ci interroga, ci stimola, ci sfida, tutto orgoglioso/a dal suo bel trono d’oro di irriducibile individualità di persona nuova, diversa dai nostri sogni di coppia?

Ma torniamo indietro un momento e percorriamo passo passo le tappe dall’attesa, alla gravidanza, alla nascita, alla crescita del figlio.

È qui, con l’arrivo del figlio, che si gioca uno dei momenti “clou” della vita della coppia.

C’è la sensazione, per ogni coppia che ha intrapreso questa avventura, di “inventare” la nascita del proprio figlio, come se la via da percorrere fosse nuova, sconosciuta, e come se l’esperienza delle altre generazioni non fosse poi d’aiuto più di tanto. Si tratta di inventare ex novo una serie di profonde emozioni, e la sfida è nella capacità di contenerle fino a quando sono pronte ad essere nominate ed espresse.

L’attesa, la gravidanza, il corpo della donna che cambia, le trasformazioni lente, ma molto visibili che trasformano una donna in una madre: il padre ha un modo meno “fisico” di nascere come padre, di partecipare a questa incredibile metamorfosi. Ma negli ultimi decenni sta diventando più consapevole e più partecipe, e vuole esserci di più, in tutte le tappe. All’accoglimento “organico” del bambino da parte della madre nel proprio corpo, corrisponde un accoglimento emotivo, immaginativo, di pensieri e fantasie e sentimenti e progetti che entrambi i genitori (ecco la prima volta in cui compare questa nuova identità duale) fanno per il bambino, nutrendolo e formandolo non solo con il sangue e il respiro, ma anche con il desiderio e l’attesa.

Il figlio comincia ad esistere per la coppia ben prima della nascita: esiste nell’opera di decentramento da se stessi che un uomo e una donna fanno per accoglierlo, esiste nella costruzione di questa nuova realtà che sono “i genitori”, esiste nel cambiamento che il figlio opera nello spazio e nel tempo della vita della coppia, prima ancora di occupare uno spazio fisico e prima ancora di richiedere un investimento di tempo

specifico per sé.

È il momento in cui il “noi” della coppia si esalta, si esprime, nella capacità di generare il figlio.

Dice un antichissimo indovinello dell’area del Magreb: “*uno più uno, è uguale a uno, ma uno meno uno, è uguale a due*”. La metafora è chiara: fino a prima di nascere, (uno più uno uguale uno è la donna incinta) ancora il bambino non si è presentato al mondo come individuo, e soprattutto non si è presentato alla coppia come individuo; (l’indovinello magrebino fa riferimento solo alla donna per ragioni di tipo culturale, ma possiamo fare un passaggio logico, e riferire questo quesito alla coppia).

È dopo la nascita (uno meno uno uguale due) che il bambino si propone come “Altro” alla coppia, come nuovo individuo, che chiede una collocazione e impone una ricollocazione alla coppia stessa.

Se cioè durante la gravidanza il figlio era nella coppia, o tra i due partners, che creavano insieme fantasie su di lui/lei, dopo la nascita è necessaria per la coppia una fase di rimessa in equilibrio, o meglio una fase di ricerca di un equilibrio nuovo, dove il figlio deve cominciare a trovare spazio e tempo nella gerarchia degli affetti, dei doveri, dei compiti da svolgere.

Quello che sto riaffermando è che, dopo la gravidanza e la nascita, la coppia esiste ancora, non deve essere riassorbita o metamorfizzata completamente nei “i genitori”, e meno che mai dovrebbe scomparire per lasciare in vita solo un padre e una madre.

È la coppia *quell’uno meno uno uguale due* dell’indovinello. È la coppia l’uno, e il figlio è l’altro, quella alterità nuova a cui la coppia dovrà rapportarsi senza sparire, senza scindersi in un triangolo.

Trovo che questo tema del triangolo letto all’interno del rapporto genitori-figli sia particolarmente illuminante per permettere di comprendere una delle situazioni più ricorrenti nella patologia (ma anche semplicemente nelle zone disfunzionali, non patologiche, ma neppure nutrienti) di tale rapporto. Prendo spunto da un libro di Carlo e Rita Brutti, *La coppia come noità*, Assisi, 1998.

Se il figlio non è il figlio della coppia, ma è mio figlio, o tuo figlio, perché la coppia si è eclissata e sono entrati in campo al suo posto solo un padre e una madre, allora il rapporto col figlio perde totalmente il suo carattere originario di asimmetria rispetto agli adulti che di lui si devono prender cura, e il figlio diventa una sorta di terzo polo tra due individui, che a quel punto molto probabilmente faranno leva su un sacco

di cose per ricostruire, senza saperlo, una percezione di coppia che comprenda non i due adulti, ma uno di essi e il figlio/a. E il percorso del figlio, da questo punto in poi, si complica notevolmente.

Ogni tappa della sua autonomia, ogni suo passaggio verso la separazione dai genitori, potrebbe essere contrassegnato da una bella dose di senso di colpa, perché, visto dalla parte del figlio, si tratterebbe appunto, allontanandosi dalla dipendenza, di "lasciar solo" o tradire quel genitore col quale implicitamente era stata instaurata la relazione privilegiata.

Ogni separazione potrebbe diventare traumatica, perché, vista dalla parte dei genitori, potrebbe far percepire ad essi o ad uno di essi un senso profondo di vuoto e di abbandono, come se dopo la separazione del figlio restassero gli involucri vuoti dei ruoli genitoriali, senza più il protagonista della rappresentazione.

L'unione della coppia, il riequilibrio della coppia come soggetto duale dopo la nascita del figlio, risparmia a quest'ultimo un bel po' di fatica inutile, perché un padre e una madre che esistono come coppia sono da un lato la base sicura da cui spiccare il salto verso l'autonomia, e dall'altro sono il luogo che resta in vita, che permane, anche dopo la separazione. La separazione non sarà più allora accompagnata da fantasmi di tradimento e distruzione, da sensi di colpa per aver agito l'abbandono del genitore di cui si era "figlio/a".

Sarà un fatto di avventura, di espansione del proprio orizzonte, con il consenso senza remore e gli auguri sinceri della coppia.

Viceversa, quando la coppia non esiste o è troppo fragile, non solo impedisce che il naturale distacco del figlio possa svolgersi senza strascichi, ma accende una pesante ipoteca sulle scelte affettive e sulla vita di coppia che in futuro il figlio realizzerà.

La rottura della naturale asimmetria della relazione genitori/figli, che è la conseguenza di una fragilità o inconsistenza della coppia, costringe in modo implicito il figlio a scegliere tra i due genitori, costringe il figlio a fissarsi, giorno dopo giorno, nel ruolo di partner sostitutivo, a stabilire quindi un legame affettivo endogamico, che ostacolerà molto, in seguito, il naturale volgersi della sua affettività adulta verso l'esterno della famiglia.

L'equazione diventa impossibile da risolvere, perché non si può essere nello stesso tempo figli e supporto affettivo dei propri genitori. I sentimenti in gioco diventano ambivalenti, e il contrasto interno alla relazione diventa freno per l'uscita dalla famiglia.

Guardiamo un po' adesso dal lato dei genitori questa situazione di rottura della naturale asimmetria, e collochiamoci nella fase in cui i figli dovrebbero, normalmente, cominciare ad allontanarsi.

Rispetto all'epoca della nascita, siamo dalla parte opposta della storia.

Mentre a parole ci si augura al più presto che finalmente questo figlio se ne vada, le emozioni più profonde sono di vuoto, di lutto e di perdita, e più sotto ancora di tradimento e di rabbia.

Ma se in sostanza questa ambivalenza è naturale davanti ai cambiamenti, che nello stesso tempo sono perdita e novità, in queste situazioni la fine di un certo tipo di ruolo genitoriale viene vissuta come un dramma, e non solo i sentimenti, come è naturale in questi casi, sono ambivalenti, ma diventano ambivalenti anche i comportamenti, e l'ambiguità diventa vincolo, colla vischiosa, minaccia di chissà quali disastri e pericoli, là fuori.

La paura dei genitori di trovarsi col "nido vuoto", con un ruolo senza più commedia, va allora a colludere con la paura del distacco dei figli, e allora può diventare comune il fatto di restare con mamma e papà fino a trentacinque anni.

Altre volte ancora i genitori inconsapevolmente svolgono un fine lavoro di prevenzione sui naturali processi di separazione: il cucciolo può essere mantenuto a lungo in uno stato artificiale di minorità, basta allontanare con cura da lui ogni possibile responsabilità, ogni contatto diretto con il mondo esterno. Salvo poi nascondersi sotto la denuncia quotidiana delle incapacità del figlio ad affrontare la vita. Un capolavoro: si costruisce nello stesso tempo una razionalizzazione, un alibi e una profezia che si autoavvera.

Le difficoltà di entrambi, genitori e figli, a vivere questo distacco sono, affermiamolo pure, direttamente proporzionali alla fragilità del soggetto duale "coppia". Certo, un contesto sociale ed economico che favorisce per altre vie l'allungamento della fase adolescenziale non dà certo una mano ai padri e alle madri.

E spesso è molto difficile non scivolare nel fango delle ambiguità di una relazione dove il figlio fa da puntello alla coppia pericolante.

In tutti i casi in cui c'è poca "coppia", dilazionare il distacco dei figli assicura ai genitori un vantaggio certo: quello di riuscire a procrastinare *sine die* il momento in cui si troveranno la sera a tavola da soli, e dovranno affrontare il vuoto vero, reale, ormai non più eludibile, della loro relazione di coppia.

un “focus” sui figli

Quando non c'è coppia, dicevamo, il figlio scoppia. Ma cosa diventa allora il figlio, che ruolo gioca, in queste situazioni? Fare un figlio forse è l'unica scelta veramente irreversibile che si può compiere nella vita.

Un figlio è per sempre, crea un legame assoluto, ineliminabile, una responsabilità che è ben complicato eludere. Una grande avventura che proietta due persone oltre i propri limiti personali di spazio e di tempo.

Un figlio nasce qui, in questa famiglia, in questo posto, ma dove porterà i suoi passi, a chi dirà le sue parole, di quali idee si nutrirà e sarà creatore a sua volta? Un figlio è la massima incognita possibile, a cominciare dal mix assolutamente unico di geni dei nonni e bisnonni e trisavoli che ciascun genitore gli trasmette.

Ma questo senso di sorpresa continua, di imprevedibilità assoluta che la relazione col figlio pone alla coppia, è sostenibile proprio se, e solo se, la coppia esiste come fondamento, come punto di riferimento nella indomabilità del futuro.

Al di fuori di questo, diventa il figlio il punto di riferimento, diventa la base, il supporto e il nutrimento, il paravento e l'alibi di una coppia che non esiste.

Può diventare colui che riempie il vuoto, vuoto di senso, vuoto di affetti, vuoto di prospettive.

Può diventare il partner sostitutivo, perché “noi sì che ci capiamo, tu sì che mi vuoi bene, vero?”

E anche può essere, col suo successo, le sue doti personali presunte o ingrandite dal desiderio, il proprio riscatto, il compenso per tutto ciò che non si è saputo, voluto o potuto diventare.

Può essere, il figlio, qualcosa da esibire, come un ornamento, o come una realizzazione.

Una assicurazione contro la morte, un modo (o comunque l'illusione di) per perpetuare le proprie idee, il proprio stile, le proprie proprietà o progetti.

Quando sarà diventato adulto potrà magari anche diventare il prolungamento di sé nel mondo, la *longa manus* attraverso cui agire, fare e disfare, in modo da non dover più rischiare direttamente di esporsi nel mondo. Così, quando non avrà successo, potremo sempre dirgli che non ha rispettato le istruzioni ricevute.

Ovviamente può essere un magnifico schermo di proiezione delle proprie parti sconosciute o negate. Si presta molto bene per questo, un figlio, perché qualcosa che ci assomiglia ce l'ha comunque, e quindi la proiezione può scattare, ma ha

anche di certo qualcosa di diverso da noi, e allora potrò dire comodamente: “quando fai così sembri tutto tuo padre (o tua nonna)”.

Può essere una proprietà di cui disporre (ti mando mio figlio, oppure no, non te lo do), ma può essere anche una sorta di passaporto sociale per la normalità, tanto per dare un'idea di persona perbene, con tanto di famiglia e figli.

Può essere il segno tangibile, da ostentare davanti al mondo, dei più inenarrabili sacrifici di sé, che se non li facessi vedere, allora che li avrei fatti a fare, e allora dovrebbe portare sulle spalle, povero figlio, una eredità pesante come una croce, perché se lui non riuscirà ad essere bravo, perfetto, felice, ecc. sarebbe come se buttasse ai pesci i sacrifici terribili di lacrime e sangue dei suoi genitori.

Può essere anche un oggetto su cui esercitare un potere, su cui scaricare la frustrazione, ma anche su cui operare le manipolazioni più incredibili, naturalmente per il suo bene.

Può essere il premio sperato e tanto ambito, o la consolazione per una delusione personale, una perdita affettiva, un fallimento da qualche altra parte.

Può essere addirittura l'alibi di ferro dietro cui nascondersi per non fare altre cose (vivere pienamente, per esempio, separarsi, talvolta, o semplicemente impegnare le proprie energie in qualcosa fuori dalla famiglia).

Può essere un peso da sopportare, e allora non si mancherà di farlo notare all'interessato, il quale poi si domanderà per quale mai ragione qualcuno dovrebbe trovarlo gradevole e interessante, visto che perfino mamma sua lo considera un peso...

Può essere, quando per esempio i genitori si separano, l'oggetto transizionale di uno dei due, la posta in gioco di entrambi, il premio della vittoria della battaglia legale, il capro espiatorio, la vittima sacrificale, e anche può diventare un'arma contro l'altro partner, una spia segreta, un emissario per eventuali trattative, oppure può diventare lo schermo, l'immagine vivente del proprio senso di colpa.

Certo, tutte queste funzioni, o almeno parecchie di esse, ogni figlio di ogni coppia normale le svolge almeno qualche volta nella sua vita.

È abbastanza normale, tra esseri umani, non riuscire a rispettarci come persone, non riuscire a tollerare la difficile sfida della alterità, che mi pone davanti al mistero fittissimo di un altro essere umano che rende umano me in quanto mi metto in sua presenza.

È normale quindi, in una famiglia normale, fare lo slalom ogni tanto tra queste faccende.

Il guaio è quando non c'è spazio per niente altro, quando l'essere figlio, punto e basta, non riesce a trovare spazio perché la coppia non c'è.

un piccolo pezzetto di caos

Accogliere il figlio come avventura nel cambiamento: questa potrebbe essere una buona sfida per una coppia che ha imparato a tessere una propria trama abbastanza solida.

Allora il figlio potrebbe essere l'occasione per una sorta di apprendimento a posteriori, dove il progetto non lo faccio più in anticipo, ma lo faccio e lo aggiusto man mano che si realizza, anzi, un passetto dopo che è avvenuto là sotto i miei occhi. Non perderò d'occhio neanche un passaggio, perché mi piacerà molto scoprire cosa accade a noi coppia con "questo" figlio.

Sentirò ogni giorno quella sottile vertigine che si prova quando non si può tornare indietro, e ogni dado è tratto, ogni parola detta lascia il suo segno, ogni gesto non dato non avrà più spazio e tempo per darsi ancora.

Sentirò il rischio dell'esistenza allo stato puro, perché non lo avrò assunto solo per me stesso, ma lo avrò proiettato fuori di me, come uno slancio di me stesso verso ciò che non conosco ancora.

Il figlio è un piccolo frammento di caos nella vita dei suoi genitori.

Come davanti al caos, posso averne molta paura e tentare di metterlo in qualche forma ordinata e prevedibile, oppure tenere un atteggiamento più aperto, più possibilista, senza per forza cercare di capire tutto, senza pensare di essere adeguati sempre e in ogni caso.

Come un piccolo frammento di caos, un figlio non vuole essere circoscritto e ordinato, vuole essere accolto e osservato con attenzione, con mente umile, lasciato esistere, lasciato svilupparsi in qualcosa che sarà comprensibile, ahimè, solo a posteriori e mai del tutto.

Un figlio per la coppia è un salto verso quasi tutte le possibilità, quasi tutta la gamma degli eventi, quasi tutto il campionario delle emozioni.