

PATRIZIA RAMINGHI

IL DIFFICILE PERCORSO DELLA COPPIA

Estratto

Partendo dall'infelicità nelle relazioni di coppia e dal conseguente aumento della richiesta di aiuto su questo disagio, si vuole mostrare come il problema della soddisfazione/insoddisfazione nelle relazioni intime si colloca a livello inconscio e pertanto necessita di linguaggi e comprensioni diverse. L'intimità deriverebbe dal narcisismo primario e rappresenterebbe la sintesi delle vicende pulsionali giocate intorno alla prima diade, cioè al rapporto madre-bambino. Su questo punto si articolerebbe il perenne inseguimento del paradiso perduto. Rivolgendosi poi alla ricerca in psicologia sociale, sulle interazioni nelle relazioni intime, nella produzione di resoconti, attribuzioni causali di responsabilità e di colpa, si mettono in evidenza le implicazioni e le ricadute di queste ricerche sulla clinica psicologica e viceversa.

Introduzione

L'insoddisfazione, l'infelicità nelle relazioni di coppia sembra essere una costante, il frutto più rapidamente portato a maturazione dalla società contemporanea. Il venire meno di steccati normativi, di valori intrapsichici e morali che avevano fondato i ruoli di moglie e marito o di partner in un rapporto, introduce nel percorso di coppia dosi sempre crescenti di incertezza. Sono sempre di più le coppie che si rivolgono a psicoterapeuti per capire se sono "compatibili" o "incompatibili"; per comprendere come mai dopo anni d'amore, si ritrovano privi d'interesse o di stimoli, e sentono una irritazione di fondo nel rapporto. Solitamente il partner spiega i propri malumori con una serie di osservazioni sui "difetti" e le "mancanze" dell'altro e sostiene implicitamente che "basterebbe che... l'altro cambiasse...", ma questo non accade mai, o se accade non è mai abbastanza! Altre volte è una perdita della funzione del desiderio nei confronti del compagno, o un disagio diffuso, di cui non si riesce a trovare una spiegazione obiettivabile, che solleva il dubbio se il rapporto può avere un futuro oppure no. (Balduino, 1992). In queste occasioni i soggetti tendono a pensare in maniera concreta, usano cioè un pensiero pragmatico: pensano alle colpe proprie e a quelle dell'altro e per quanto ci si possa attardare intorno alle reciproche responsabilità, vere o presunte che siano, il disagio continua, con un forte senso di delusione. Viene, così portato negli studi clinici il dilemma se rompere il rapporto e/o rivolgersi verso nuove relazioni, oppure mantenere il rapporto... ma con una persona nei confronti della quale non si prova più veramente il piacere di viverle al fianco. Diventa sempre più evidente che i conflitti non sono risolvibili "ragionando", cercando colpe o spiegazioni concrete, poiché il problema si colloca ad un altro livello, che è inconscio, ed in quanto tale necessita di un linguaggio diverso e di comprensioni diverse. Quando si passa da un livello di relazione superficiale che per quanto emotivamente possa apparire intenso, è in realtà di superficie, d'impatto, legato allo stato nascente, alle "proiezioni" e "identificazioni", ad un livello di relazione più intima, di maggior conoscenza, possiamo ben vedere che il conoscersi tende a spostarsi dai tratti esterni (quali: l'estetica o il comportamento) a quelli più interni, più profondi, più psichici, trasformandosi sempre più nell'incontro/scontro di "nuclei fantasmatici", in una comunicazione tra i "due" inconsci. Per comprendere la vera natura del malessere nella coppia occorre spostarsi dal pensiero concreto al pensiero simbolico, usando il linguaggio del mondo interno, quindi non logico, ma analogico, meta-comunicando, sui

vissuti, sulle aspettative, sui sogni, dando spazio alle immagini alle sensazioni e alle associazioni, non per "ragionarci sopra", ma per farle esprimere ed incontrare fra loro.

1. La coppia, l'intimità e la differenziazione

La coppia costituisce di per sé un sistema dentro il quale i partner interagiscono continuamente e si organizzano secondo fini comuni. Il sistema, come è noto, costituisce qualcosa di più della somma delle sue parti e funziona secondo il principio di causalità circolare e non lineare, per cui una modificazione della comunicazione e quindi della relazione di uno dei due partner comporta il cambiamento dell'altro.

Non c'è dubbio che la coppia oggi stia strutturando una nuova identità, differenziandosi dal concetto di famiglia che prima la inglobava. La incontriamo sempre più intenta alla costruzione di un "noi" e alla ricerca di una propria autonomia, nella lotta e nel superamento dell'"io" e del "tu" che continuamente la confligge.

A questo tentativo di costruzione concorrono le affinità, la comunanza d'interessi, obiettivi di realizzazione comuni, la condivisione di una progettualità e una acquisita capacità di comunicare a livelli emozionali intensi.

In una parola occorre essere "intimi", l'intimità rappresenta uno degli elementi essenziali per dare continuità, sviluppo e crescita al rapporto. L'intimità è frutto dell'insieme di numerosi componenti ed implica la capacità di entrare in contatto con le parti strutturanti la personalità. Sul piano personale occorre prima essere in grado di entrare in contatto con sé stessi, "conoscersi" raggiungere il proprio nucleo profondo, sede del pudore, della vergogna delle fantasie; comporta l'acquisizione di stima e fiducia in sé, il raggiungimento di un proprio equilibrio personale che consenta di "mettersi nella pelle dell'altro senza perdersi e ricevere l'altro senza sentirsi invaso" (Pasini, 1990).

È molto importante il livello di differenziazione raggiunto, cioè la capacità di mantenere una chiara percezione di sé, di sentirsi separati dall'altro, di mantenere il proprio spazio e la propria distanza, senza fondersi e confondersi nell'altro; solo se c'è una distanza dentro la coppia è possibile un dialogo.

I partner alimentano la relazione con le loro forze, piuttosto che con le loro debolezze: l'eccessiva richiesta di conferme da parte dell'altro rappresenta il giubbotto di salvataggio per i partner più disturbati, ma al tempo stesso la zavorra che fa affondare la relazione.

Winnicott (1974) nel sottolineare l'importanza della relazione tra l'individuo e l'ambiente nello strutturarsi della personalità, individua nell'area intermedia o transizionale, o dell'illusione, lo spazio dell'intimità, come quello spazio che corrisponde alla propria capacità di creare ed in cui la realtà interna ed esterna confluiscono e si integrano. Colui che vive nella relazione oggettuale di coppia la differenziazione come una minaccia, continua l'autore, tenderà ad avvolgersi in una corazza per proteggere il proprio sé.

2. Il concetto d'intimità

Si intende per "intima" una relazione nella quale due partner vivono un rapporto caratterizzato da scambi emotivi intensi e positivi; ne consegue che ad un alto livello d'intimità corrisponde il benessere della relazione. Il termine intimità deriva dalla parola latina "intimus" inteso come parte interna o principio essenziale e la forma inglese "to intimate", esprime il concetto del mettere dentro, spingere dentro, rendere noto. Tale significato riflette un senso di profonda interiorità e riferito all'individuo richiama la componente più segreta del sé, gelosamente custodita in termini di pensieri, emozioni, fantasie, e al tempo stesso rimanda all'idea di coppia, nonché alla relazione tra due persone e a quello spazio tra sé e l'altro che si desidera fortemente condividere.

Definita l'intimità come la capacità che le persone hanno di mostrarsi reciprocamente le proprie parti nascoste (sé fisico e sé psichico), ne consegue che ciascun individuo possiede una propria soglia d'intimità. Alcuni soggetti sono disposti a mostrare ed esprimere parti molto nascoste di sé, altri invece rivelano una estrema ritrosia o riservatezza. L'incontro di persone portatrici di vissuti così diversi crea una relazione fortemente asimmetrica, la possibilità che nonostante ciò si realizzi una comunicazione soddisfacente è legata alla capacità che le persone possiedono di "modulare" il proprio atteggiamento in relazione alla soglia d'intimità dell'altro. Il rapporto con l'altro, dunque, si sviluppa in modo soddisfacente quando coincide il significato che i partner attribuiscono all'intimità psichica, oppure quando entrambi sono in grado di rispettare la distanza ottimale dell'altro. Si può avanzare l'ipotesi che nella determinazione della soglia dell'intimità di ciascun individuo, concorrono diversi fattori, non ultimi dal punto di vista dinamico quelli connessi con le fantasie fusionali associabili ai primi rapporti diadici. Possiamo pensare che il vissuto relativo all'intimità di ciascuno sia il derivato del narcisismo primario e che esso rappresenti la sintesi delle vicende pulsionali giocate intorno al rapporto madre-bambino, Io-Non-Io. Ciò implica un eterno inseguimento di quella parte di narcisismo che la defusione primaria impone ad ognuno di noi. Da un punto di vista intrapsichico la variabilità della soglia dell'intimità sembra attribuibile a differenze qualitative e quantitative nei meccanismi di difesa messi in atto in tempi precoci della vita. (Raminghi, 1989)

3. L'ideale dell'Io, lo scarto tra la realtà ed il tempo perduto

Secondo Chasseguet Smirgel (1975), a proposito dell'incesto (nel senso etimologico del termine che proviene dalla forma negativa del participio passato del verbo latino "cedere" = colui che non è stato separato) lo descrive al tempo stesso come un miraggio ed il motore del comportamento umano, spinta trascendentale della pulsione libidica che trova nell'Edipo null'altro che un'effimera incarnazione. Secondo l'autrice, l'uomo è continuamente spinto a ricercare una completezza ed una perfezione che risale ad un tempo lontano: un tempo che non comportava né desiderio, né soddisfazione, né bisogno, né perdita, un tempo che rimane per tutto il resto della vita in noi, come l'immagine dell'assoluta felicità. L'Ideale dell'Io è la testimonianza dello scarto tra la nostra attuale realtà e quel tempo perduto, scarto che l'uomo cercherà inutilmente di colmare dibattendosi nell'insopprimibile desiderio, per altro mai realizzabile. Questa impossibilità è legata alla perdita del rapporto simbiotico con la madre, alla "perdita del seno" e non si potrà mai estinguere nell'uomo il desiderio di ritrovare l'onnipotenza perduta, di soddisfare quell'antico bisogno che dannatamente torna a riproporsi. All'innamoramento dice (Carlo e Rita Brutti, 1998) ci spinge il sentimento di una intollerabile mancanza che si colloca fra la nostalgia di una originaria ideale completezza e il desiderio di una sua nuova edizione nella coppia.

L'innamoramento, dunque, questo "mal d'amore", ci stringe il cuore - per dirla con (Chiozza, 1998) - tra "nostalgia e anelito" ... e dalla possibilità che l'anelito assuma creativamente la nostalgia, dipenderà l'avventura dell'innamoramento e il suo possibile riconoscersi nell'amore. La forza dell'innamoramento diventa accecante affermano Carlo e Rita Brutti se "l'affetto pien di desir" non va a ricercare il bene, ma si limita a sovrapporsi a un qualsiasi oggetto d'amore, illusoriamente, rivestendolo di quel desiderio che lo fa credere il bene cercato. Qualunque sia la configurazione esteriore del far coppia, gli autori ritengono che essa si avvicini allo specifico di quanto designato come "ideale di coppia", quando tale configurazione rappresenta la risposta al radicale "sentimento di incompiutezza" che ognuno vive in profondità e che costituisce la spinta concreta a uscire fuori di sé, dalla propria solitudine per incontrare l'altro. È questo processo ad avviare, la storicizzazione dell'incontro con l'altro, immettendoci nelle

vicissitudini di un'interazione, che solo se fedele alla sua ispirazione primigenia, realizza autenticamente l'ideale.

4. Psicologia sociale delle relazioni intime

Spostandoci dal significato intrapsichico e dinamico della relazione amorosa, alla psicologia sociale contemporanea (Brehm, 1989) e alle ricerche da essa condotte in questi ultimi anni, sollecitata anche dalla psicologia clinica, (Fincham, 1989) sullo studio delle attribuzioni di responsabilità o di colpa, che i partner pongono in essere per spiegare gli eventi e gli accadimenti che si verificano all'interno della relazione, ciò che appare è che l'analisi dei processi di attribuzione (la percezione e l'imputazione delle cause dei comportamenti) porti notevoli contributi alla comprensione delle relazioni matrimoniali, costituendo, inoltre i processi attributivi, pattern relazionali in grado di differenziare le coppie soddisfatte da quelle insoddisfatte.

Ciò che emerge, in una relazione affettiva, è che le ricompense sono rappresentate dall'adeguata saturazione dei desideri e dei bisogni autopercepiti e la continuità del rapporto dipende dalla soddisfazione reciproca.

Recenti di ricerche Orvis (1976) evidenziano come i processi attributivi entrano fortemente in gioco nella formazione di una coppia, poiché giocano il ruolo funzionale di ridurre l'ambiguità e l'incertezza e di facilitare la conoscenza dei partner.

Secondo Weiss (1980) nei resoconti dei partner coinvolti nella separazione sono frequentemente presenti "spiegazioni divergenti", dove eventi significativi portati nei colloqui e nelle interviste dal marito, non trovano asilo nei resoconti della moglie, o viceversa.

5. Conclusioni

Sull'evidenza del ruolo che le attribuzioni giocano nelle relazioni, insieme ai resoconti divergenti, si potrebbe associare qualche correlazione col contenuto psicodinamico di questa comunicazione. Nel presente contesto, all'interno di un percorso conflittuale di coppia, ciò su cui occorre lavorare sono: le proiezioni, le identificazioni, i vissuti, le emozioni, ma soprattutto le fantasie investite inconsciamente sull'altro senza che il partner ne possieda spesso alcun barlume, ma che determinano questi difficili e tormentati percorsi. Se da una parte l'interesse sempre maggiore verso la storia delle relazioni matrimoniali è un dato di fatto nel panorama della psicologia sociale contemporanea, specialmente per quanto riguarda il panorama anglosassone. Dall'altra, il crescente interesse per la storia delle emozioni e degli affetti in psicologia crea una convergenza d'interessi e di tendenze che trova uno dei suoi precipitati nella ricerca sui resoconti e sui processi di attribuzione nel matrimonio. Se è vero che la ricerca tradizionale sui processi di attribuzione ha privilegiato il conteso di laboratorio enfatizzando rapporti causa-effetto e un'analisi quantitativa, l'approccio incentrato sui resoconti nei rapporti interpersonali (in modo particolare per quelli problematici) e sull'elemento "narrativo", tende invece a privilegiare metodi non sperimentali e un'analisi qualitativa, restituendoci l'assunzione della impossibilità della spiegazione delle relazioni umane esclusivamente all'interno di cornici "strettamente scientifiche". La complessità delle relazioni intime impone alla ricerca la necessità di "integrare" queste due diverse, (ma per molti versi simili) prospettive, se si vuole giungere ad una comprensione esaustiva del fenomeno.

Bibliografia

Baldaro Verde J. [1992], *Illusioni d'amore. Le motivazioni inconscie della scelta del partner*, Raffaello Cortina Editore, Milano.

Brehm S.S. [1989], *Le relazioni intime*. In S. Moscovici (a cura di), *Psicologia sociale*, trad. it. Borla, Roma.

Brutti C. e Brutti R. [1998], *La coppia come noità*, 37, 40, 53, Cittadella editrice, Città di Castello, Perugia.

Chasseguet S. [1975], *L'ideal du moi*, Tchou, Paris.

Fincham F.D. [1989], *Applicazioni cliniche della teoria dell'attribuzione: problemi e prospettive*. In Hewstone, M. (a cura di), *Teoria dell'attribuzione*, trad. it. Il Mulino, Bologna.

Orvis B.R., Kelley, H.H., Butler D. [1976], *Attributional conflict in young couples*. In J. H. Harvey, W. Ickes, Kidd R.D. (eds), *New directions in attributions research*, vol.1, Erlbaum, Hillsdale NJ, 353-86.

Pasini W.[1990], *Intimità*, Mondadori, Milano.

Raminghi P.[1989], La differenza del vissuto dell'intimità nella genesi della patologia sessuale di coppia. Atti del XI Congresso Nazionale SISC e X Congresso Nazionale dell'*American Association of Sex Educators, Counselors and Therapists*, Perugia 5-7 Maggio.

Weiss B.L. [1980], *Strategic behavioral marital Therapy: Toward a model for assessment and intervention*. In Vincent J.P. (ed) *Advances in family intervention, assessment and theory* vol.1, Jai Press, Greenwich, 229-271.

Winnicott D. [1974], *Gioco e realtà*, Armando, Roma.

PATRIZIA RAMINGHI

Psicologa, Sessuologa, Psicoterapeuta, Livorno