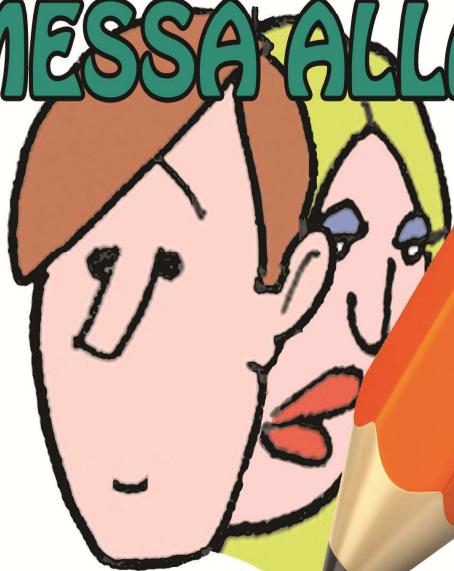


LA VITA DI COPPIA MESSA ALLA PROVA



Quali sono le cause
di tante separazioni?
...riconoscersi e prevenire...

*Tutte le famiglie felici si assomigliano ...
Ogni famiglia infelice, è infelice a modo suo ...
Lev Tolstoj*



Liebe Leserin, lieber Leser,
eine erfüllte Partnerschaft ist ein wichtiger Bestandteil für ein befriedigendes Leben. Sie gibt Halt und Geborgenheit und ermöglicht viele gemeinsame Erlebnisse.

Gleichzeitig ist sie ein bisschen wie eine Pflanze: Sie gedeiht am besten, wenn sie gehegt und gepflegt wird, mit liebevollen Worten und Gesten gewässert und gedüngt.

In dieser Broschüre schöpfen die Experten und Expertinnen des Vereins A.S.D.I. aus ihrem langjährigen Erfahrungsschatz: Sie zeigen die häufigsten Gründe auf, die zu einem Auseinanderleben von Paare führen können. Und sie machen darauf aufmerksam, worauf diese achten können, um die wichtigsten Fallstricke zu umgehen und ihre Beziehung lebendig und befriedigend zu erhalten.

Damit ist diese Broschüre ein wichtiger Beitrag für alle Paare und für all jene, die in den verschiedensten Bereichen Paare unterstützen und zum Gelingen ihrer Beziehung beitragen.

Dr. Waltraud Deeg
Landesrätin für Familie und Verwaltung



La complessità del contesto socio relazionale del nostro tempo, si palesa in diverse forme, tra le quali vi è la crisi della famiglia, che con sempre maggiore frequenza, si manifesta attraverso un alto numero di separazioni e divorzi.

Siamo portati a dire, di fronte a questi eventi, a me non capiterà mai, spesso non accorgendoci che già alcuni segnali premonitori si stanno insinuando nella quotidianità delle nostre famiglie.

Studiare questi segnali, renderli riconoscibili, individuare strumenti e modalità per accompagnare le famiglie coinvolte da queste situazioni è sicuramente un passaggio importante e significativo.

Asdi, assieme alle persone che hanno vissuto questo momento difficile e doloroso, che segna per tutta la vita, non solo i coniugi, ma che coinvolge quando ci sono i figli, ha voluto metterci a disposizione uno strumento importante che dovrebbe essere letto da tutti e forse illustrato a quanti hanno deciso di costruire una famiglia.

E' sicuramente una forma di prevenzione, nella convinzione che nessuno è esente da questo rischio.

A quanti hanno collaborato a questa pubblicazione, grazie di cuore.

Mauro Randi
Assessore Politiche Sociali
Comune di Bolzano



Non basta descrivere il dramma della separazione: bisogna comprenderlo. Così forse lo si può evitare più facilmente, o si possono almeno mitigare le conseguenze. Separarsi non significa soltanto la concreta perdita del partner, ma

anche la rinuncia a tutte le cose in comune, compresi gli ideali che prima hanno sostenuto la vita e hanno permesso di restare uniti. Ci si sente piantati in asso, imbrogliati: tutto va in rovina.

Il dramma della separazione, come esperienza esistenziale sconvolge gli strati più profondi dell'individuo. Solo se conosciamo le cause e l'eziologia di una malattia possiamo curarla o prevenirla, lo stesso vale per la separazione.

Da una società all'altra e da un'epoca all'altra cambia il grado di legittimazione della separazione rispetto ad altre soluzioni delle tensioni.

Cambia il tipo di tensioni riconosciute e di conseguenza le motivazioni ritenute valide per chiedere la separazione.

Attualmente la destabilizzazione del rapporto coniugale sembra diffondersi senza tener conto della diversa durata dei matrimoni e della diversa età dei coniugi.

Negli ultimi anni il matrimonio è cambiato in maniera radicale al punto tale che i paradigmi rispetto ad un matrimonio sano e soddisfacente sono diventati obsoleti e non si adattano più alla complessità della vita. La rottura del legame coniugale ha molte cause ed ogni storia è una storia a sé, ma ci sono degli scenari che si assomigliano e motivazioni che si ripetono.

Non ci sono ricette per salvare un'unione, anche se ci sono due presupposti che possono garantire maggiori possibilità di successo:

- volontà di stare insieme
- disponibilità a modificare le regole dello stare insieme

In questo percorso ciascuno dei partner deve saper rinunciare a parti di sé per costruire un nuovo "noi", quel noi che la crisi di coppia ha messo in discussione. La crisi, se colta nel suo intero significato, può comportare la ripresa della crescita e costituire l'inizio di una nuova fase. Intesa in questo modo, perde la sua connotazione negativa e smette di essere considerata come possibile agente distruttivo. E' comunque vero che le diverse possibilità di scelta che nascono dalla crisi possono andare sia in senso evolutivo, sia in senso regressivo.

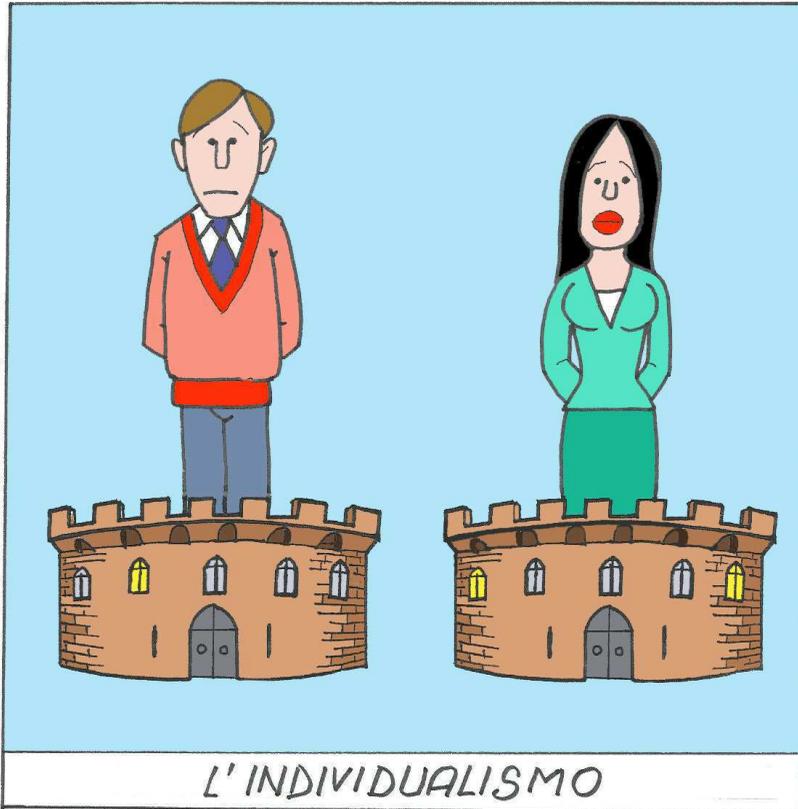
In questo contesto evidenziamo quelle che, in base alla nostra esperienza, sono le problematiche più frequenti che possono determinare la crisi della coppia durante il cammino impervio del vivere insieme.

Elio Cirimbelli
Direttore e Fondatore del Centro Asdi

QUALI SONO LE CAUSE DI TANTE SEPARAZIONI?

Per coloro che sono più intenzionati a rompere il matrimonio anziché farlo funzionare propongo i 4 comandamenti (Dr. Menghi Paolo) per rovinare il rapporto:

1. Usa tua moglie o tuo marito come pattumiera di tutte le funzioni in cui non gradisci riconoscerti e continua a pensare che guardino solo lui/lei.
2. Usa la persona che ti sei scelto/a per confermare la tua personalità
3. Non cercare mai di conoscere l'altro, perché altrimenti ti avvicineresti alla tua identità
4. Continua a confondere la personalità con l'identità



Viviamo in una società in cui l'individualismo la fa da padrone. Siamo poco propensi a rinunciare a qualcosa a favore dell'altro. Nel matrimonio spesso si evidenzia la presenza di "io+io" anziché la costruzione di un "noi". Il "noi" implica un lavoro complesso di ricerca di aree di condivisione ma anche di aspetti di differenziazione, il passaggio successivo è l'accettazione.

Questa ricerca non è priva di fatica e a volte anche di sofferenza. E' molto più semplice lasciare le cose come stanno anche se l'io-io sulla distanza determina una frattura perché

ognuno dei partner percorre un cammino personale da cui l'altro è escluso.

E' comunque vero che questo è frutto di un retaggio culturale che ha sempre stigmatizzato le differenze sessuali uomo-donna e ha sempre proposto l'immagine di due mondi separati e attraverso stereotipi culturali sempre in contrapposizione che portano le persone ad immaginare che una volta soddisfatti i propri bisogni, siano soddisfatti anche quelli del partner.



La coppia che non litiga mai è quella in cui un partner decide e all'altro va sempre bene. Non è comunque una coppia "sana" ma è quella che rimane ferma, non cresce. Importante è invece che marito e moglie siano disponibili a dirsi quello che pensano, provano, ciò che fa piacere o che fa soffrire ma anche ciò che desiderano. Se non c'è questa apertura il dialogo è compromesso.

"Chi tace acconsente" è un proverbio inventato da chi non voleva essere smentito. Chi tace può dissentire molto più di chi esprime apertamente il proprio disaccordo, ma per ragioni

personali preferisce non manifestarlo. Il silenzio è assenza di parole ma non di comunicazione: è un mezzo per determinare un potere sull'altro.

La parola dialogo significa discutere, affrontare insieme un problema. Gli interlocutori assumono un ruolo attivo nel prestare ascolto e nell'offrire chiarezza di contenuti e di espressività.

Essere attivi nel dialogo implica la capacità di lasciarsi coinvolgere a livello profondo e ciò è possibile solo quando non si ha il timore e l'ansia di perdere la propria identità. In quest'ottica il punto di vista dell'altro è arricchente perché ci fa vedere aspetti che, da soli, non avremmo preso in considerazione.

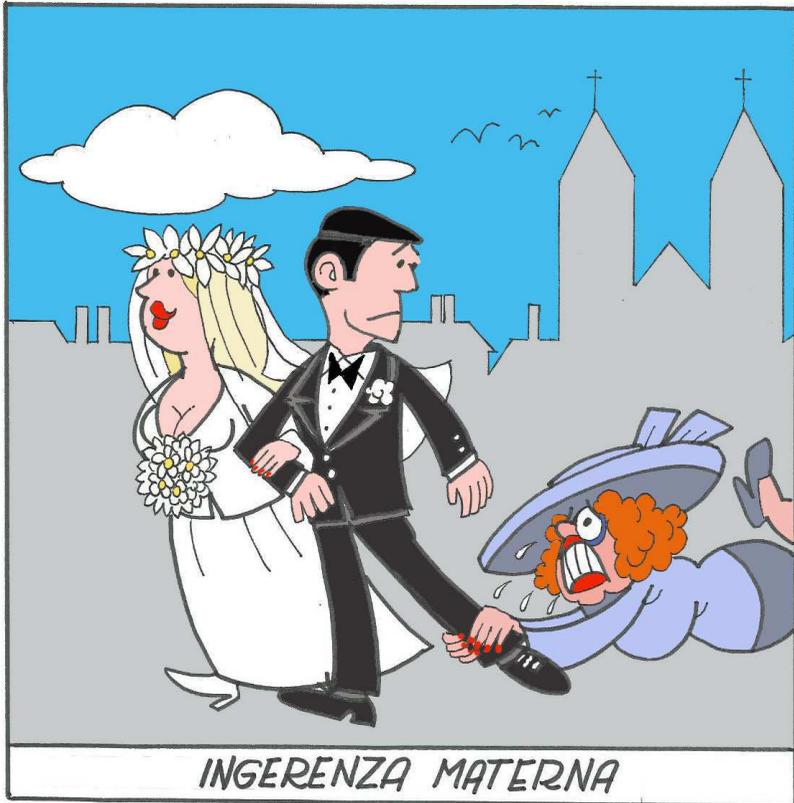
Educarsi al dialogo è un mezzo per migliorare la propria emotività ed affettività ed indirizzarle verso l'altro in modo che anch'egli sia in grado di fare altrettanto. Questo passaggio offre la possibilità di formare un "noi".

Perché questo sia possibile è necessaria la capacità di saper stare "nel conflitto".

Il conflitto inteso come incontro, ed anche scontro, favorisce l'unione tra due mondi di ricchezze diverse.

Il rapporto in cui ciascuno rimane chiuso in sé si fonda su basi difensive: dove c'è difesa c'è paura, non c'è dialogo e neppure conflitto.

Le coppie disfunzionali di solito hanno difficoltà ad esprimere le differenze ed i propri disagi per una paura catastrofica che il conflitto aumenterà e ne sortirà una violenza o rottura del matrimonio. Le coppie con bassa tolleranza al conflitto tendono ad "accordarsi sull'essere d' accordo" e premono per una prematura chiusura dei problemi.



In alcune situazioni il figlio, ormai adulto, non riesce a separarsi dalla propria famiglia d'origine e rimane bloccato nella posizione di figlio. La famiglia, dal canto suo, senza averne consapevolezza e per problematiche sue interne, chiede al figlio di mantenere questo ruolo, mandando spesso un messaggio ambiguo "vai ma resta qui". Questo messaggio paradossale crea l'impossibilità di svincolo e quindi la costruzione di una famiglia propria porta il figlio in una tale posizione di ambiguità da farlo sentire "bigamo/a". Perennemente sistemato tra l'incudine e il martello.

Il non distaccarsi può essere confuso con l'appartenenza, il solo modo per mostrare "lealtà" nei confronti dei propri genitori. Questa "lealtà" è dettata dalla percezione di essere in debito con loro che tanto hanno fatto e tanto si sono sacrificati per farli crescere cercando di dar loro tutto ciò di cui avevano bisogno. I figli così vincolati non possono assumersi la responsabilità della propria vita e si sentono in colpa al solo pensiero di abbandonare i genitori. In questo modo non si può mai stabilire un rapporto "adulto-adulto".

Di conseguenza l'uscita di casa del figlio viene vissuta dai genitori come un tradimento e un abbandono. Il figlio, nel ruolo di traditore, tende a colpevolizzarsi e nel rapporto con il partner gioca la stessa ambiguità che può essere vissuta da un "bigamo". Nella confusione di non saper decidere quale può essere la vera moglie, rompe il rapporto con entrambe. La rottura del rapporto con il partner è come una "autorizzazione" che ci si dà a staccarsi anche dalla famiglia d'origine.



L'appartenenza alla propria famiglia d'origine è un valore che si porta all'interno del matrimonio. Questo valore deve essere bilanciato con il distacco dalla stessa. Ci sono tante persone che hanno molta difficoltà a sentirsi adulti rispetto ai propri genitori. Si conquista l'autonomia personale quando avviene effettivamente lo svincolo dalla famiglia d'origine, superando il processo di intimidazione intergenerazionale.

Se entrambi i partner non hanno raggiunto questo equilibrio la loro unione darà vita inevitabilmente ad una coppia "sbilanciata" all'interno della quale poi si cerca il

riconoscimento e la soddisfazione dei bisogni a cui i propri genitori non hanno risposto.

Molte persone non riescono a staccarsi dalla famiglia d'origine e scappano auto-convincendosi di avere "preso le giuste distanze". In realtà scappano perché non sono in grado di esaudire le richieste che arrivano dai genitori, ma contemporaneamente non sentono che i loro bisogni sono stati accolti. Non fuggono solo dai legami precedenti, ma purtroppo non riescono a stare all'interno di un rapporto, perché troppo impegnati a fuggire.

Il problema, come ricorda Witacker, è che due insicurezze a braccetto non fanno l'intero.

La sicurezza che non si riesce ad ottenere né nella famiglia d'origine né tanto meno nel rapporto di coppia, la si va a cercare dai figli.



Quando il bambino nasce si diventa genitori, questo avvenimento è diverso da tutti gli altri perché è irreversibile, senza possibilità di ritorno. Genitori non si nasce, si diventa e ... si dovrebbe rimanere anche dopo la rottura di un'unione.

Non sempre il desiderio di avere un figlio è sentito con uguale intensità da entrambi i coniugi. Più frequentemente il desiderio di maternità non incontra un analogo desiderio di paternità, perché gli uomini non sono "educati" in questo senso, ma ciò non esclude che possano comunque essere buoni padri. Capita però a volte anche il contrario.

Nella maggior parte dei matrimoni, solo dopo avere vissuto alcuni anni senza figli, i partner avvertono come insufficiente la loro condizione.

In alcuni casi, la decisione di avere un figlio, è una rivoluzione silenziosa che, nel caso migliore, esprime il desiderio di espandere la propria ricchezza personale, ma può essere anche il tentativo di rivitalizzare un rapporto che si sta spegnendo, di ricostruire la coppia in crisi su un progetto comune.

A seconda della storia della famiglia, della situazione di coppia, il figlio, non per suo volere, può tanto unire quanto separare. Nella coppia in crisi, il bambino, che a tutti sembrerebbe essere la cosa più innocua, può diventare, a sua insaputa, una bomba ad orologeria e l'amante più amante che ci sia.

Alla nascita del primo figlio l'equilibrio di una coppia deve, seppur con fatica, modificarsi e di conseguenza le sue regole di funzionamento devono essere ridefinite anche in modo radicale. Nella coppia, infatti, si inserisce un terzo, il che presuppone che i due partner debbano ridefinire le proprie modalità di comunicazione ed aprire i confini per fare spazio al figlio.

Quando la coppia si divide anche i figli soffrono. Nella fasi tumultuose della separazione è difficile per i partner mantenere una lucida percezione del loro ruolo genitoriale. Negli ultimi anni, molti bambini hanno sperimentato in modo più o meno doloroso la separazione dei loro genitori. Hanno avuto minori difficoltà quei bambini che sono stati correttamente fatti partecipi dai genitori, delle loro difficoltà e rassicurati sulla garanzia della presenza, dell'amore e della protezione di entrambi.



La differenza culturale può essere intesa in vari modi a seconda dell'ottica con cui si guarda. Può essere la differenza di retaggio ambientale in cui uno è cresciuto, la differenza culturale legata al percorso di studio, la differenza di estrazione sociale, la differenza di origine, la differenza religiosa.

Il modo con cui ciascuno sceglie ed è scelto per certi versi è una conseguenza di remote vicende. La ricerca di una persona che proponga modalità di vita diverse da quelle sperimentate comporta una serie di problemi. Questo non è fattibile perché per poter stare in questa relazione si deve negare tutta

l'esperienza precedente e rinunciare alla propria identità e diventare altro da sé.

Quando nella coppia i due partner possiedono due bagagli culturali differenti è inevitabile che prima o poi ciò emerga e spesso è proprio questo che innesca il conflitto.

Quando le differenze sono troppo marcate ed uno dei due partner deve sforzarsi di entrare in un tipo di società che non gli appartiene è costretto a sottomettersi alle esigenze di questo nuovo ambiente.

Il lavoro di integrazione comporta una fatica notevole perché il presente vissuto da queste persone viene costantemente accompagnato dalle emozioni legate al passato, dal dubbio e dall'incertezza.

Un rigido attaccamento alle proprie radici determina forti discrepanze all'interno della coppia e non è da escludere che entrambi i partner cerchino di portare l'altro nel proprio mondo svalutando in qualche modo la storia personale dell'altro.

In realtà per evitare il conflitto è necessario un costante lavoro di rinegoziazione delle istanze. Le differenze culturali teoricamente offrono la possibilità di muoversi da un mondo all'altro: quello di provenienza e quello dell'altro. Questa posizione di vantaggio esiste soltanto quando ci si può facilmente "spostare da una sedia all'altra" senza avvertire il pericolo del non ritorno nella posizione originaria.

Al contrario possono emergere delle difficoltà quando viene assunto un atteggiamento di assimilazione adeguandosi acriticamente e attuando un taglio con la cultura d'origine, o ancora, quando si rimane fortemente ancorati alle proprie radici con un atteggiamento di chiusura e di rifiuto.

La paura di perdere le proprie radici, la diversità percepita come minaccia e la difesa, talora esasperata, delle proprie tradizioni, sono situazioni affettive che rendono lo stare fra due realtà culturali un malessere esistenziale fra i più gravi.



Con il passare del tempo nel rapporto subentra l'inclinazione a trascurarsi a vicenda cedendo alla routine. Quando da anni due persone vivono l'una accanto all'altra, non è infrequente che la novità venga sostituita dall'ovvio e dal prevedibile, conosciamo tutti gli aspetti del nostro viverci, le nostre attese, gioie e delusioni; prevediamo in anticipo lo svolgersi degli eventi. L'altro non ci riserva più sorprese. Può essere una relazione poco appagante, ma la conosciamo. Il pericolo che si corre nel cadere nella trappola della routine è

quello di "morire", non avere stimoli, interessi, passioni, curiosità, desideri.

In queste coppie facilmente si scatena il litigio quando l'altro ha un atteggiamento o comportamento diverso da quello atteso. Spesso viene obbligato agli stessi stili di comportamento per anni. Il peggior nemico del matrimonio è dunque l'abitudine, il sempre uguale, il sapere in anticipo tutto e il non aspettarsi più nulla.

Alcune persone vivono prevalentemente di presente e nel presente, la loro fantasia le tiene occupate nel "fare" e impegnano talmente tanto le loro energie in questo gioco da non averne a disposizione per altre idee future. Potrebbero realizzare molte cose ma si arrestano su quanto è già stato fatto. Altre persone vivono prevalentemente di futuro e nel futuro e possono essere perennemente in attesa di quell'evento decisivo che può cambiare la loro vita. Possono vivere un presente frustrante, non sereno, di poche gioie e la fantasia le aiuta ad allentare la tensione e suggerire un sogno di cambiamento.

Nei migliori dei casi un pizzico di coraggio e la voglia di vivere possono darci una spinta nel desiderare di essere felici, non solo nella fantasia ma nella ricerca reale di questa serenità, giorno per giorno, con le persone reali che amiamo. Nel peggiore dei casi la spinta può essere quella di mollare tutto per andare alla ricerca della realizzazione di un sogno, senza tenere conto che noi siamo gli artefici della nostra realtà.



Se ho una relazione soddisfacente è alquanto improbabile che vada a cercare qualcos'altro, ciò può accadere quando si trova all'esterno qualcuno che, volontariamente o no, solleva quel coperchio della pentola in cui sono state nascoste speranze, desideri, sogni. La relazione extraconiugale prospetta la realizzazione del sogno celato tra le pieghe della vita quotidiana. Quando si inizia una relazione extraconiugale si tradisce non solo il patto di fedeltà ma anche la fiducia che

l'altro aveva posto in noi. Questa nuova realtà induce a credere di poter avere finalmente quella vita tanto desiderata nel momento del matrimonio e che poi non si è concretizzata, anzi è stata uccisa dalla routine quotidiana. Permette di pensare di poter sconfiggere la vecchiaia e di inseguire il mito dell'eterna bellezza e di sentirsi liberi dalla responsabilità che "la famiglia" ha imposto. Contemporaneamente però si ripropongono, anche nella nuova relazione, quelle dinamiche relazionali che hanno caratterizzato il matrimonio e si può vivere un disagio nel fare i conti con ciò che non funziona o non ha funzionato nella propria unione.

Nelle dinamiche familiari il partner tradito può essere distratto e non rendersi conto di ciò che succede intorno a sé. Questa distrazione, non di rado involontaria, sottende la volontà di non vedere. I successivi passaggi emotivi che caratterizzano il tradito possono essere il dolore, il rancore e/o il desiderio di vendetta. Il traditore a sua volta ha a disposizione due alternative: il pentimento o la negazione.

Spesso si attribuiscono le responsabilità al partner dimenticando che nella relazione entrambi hanno giocato il proprio ruolo, entrambi hanno danzato lo stesso ballo ed entrambi hanno taciuto la propria frustrazione.



DIFFICOLTA' ECONOMICHE, CRISI LAVORATIVA E PRECARIETA'

Non sono i soldi a fare la felicità ... ma la loro mancanza può distruggerla.

E' vero che non si dovrebbe attribuire al denaro una così grande importanza ma, purtroppo nella nostra società, averne o non averne produce una grande differenza.

Soprattutto le nuove generazioni sono poco abituate ai sacrifici, nella maggioranza dei casi, sono più propense a seguire la regola del "tutto e subito" e questa regola viene riportata anche nella nuova famiglia.

I soldi svolgono funzioni emotive e simboliche che vanno ben oltre la semplice soddisfazione dei bisogni più impellenti. Tre di queste funzioni sono di particolare rilevanza per quanto riguarda la vita di coppia:

- La funzione di rassicurazione. L'insicurezza economica produce stress.
- La funzione di potere. Il denaro è uno strumento di potere, neanche troppo camuffato.
- La funzione ostentativa. L'identità sociale si basa sulla ricchezza.

Per avere ciò che si desidera spesso non si fanno i conti con le reali possibilità.

All'interno della coppia assume particolare rilevanza il significato che ognuno dei due partner attribuisce al denaro e la sua particolare idea di gestione economica della famiglia (ad esempio avaro/sprecone).

Gli atteggiamenti nel confronto del denaro provengono dall'educazione familiare.

La precarietà in cui si vive in questo momento storico rende difficile progettare una vita a due e ancor più realizzare il desiderio di una famiglia, creando non pochi attriti tra i partner che si trovano costretti a fare scelte non sentite. A volte, la coppia si trova per necessità, costretta a fare ancora affidamento sulle figure genitoriali, senza mai riuscire a raggiungere l'autonomia economica. A questo punto bisogna valutare l'ingerenza che la famiglia d'origine può avere sulla coppia.

La precarietà economica rende anche difficile vedersi in un futuro e ridefinire la propria identità come uomo e come donna. Questo stato può generare stress, e in alcuni casi anche ansia e depressione.

Questo particolare periodo di crisi ha contribuito a rendere le cose ancora più difficili. Quando in una famiglia ci si ritrova senza un reddito fisso, con un lavoro precario e con la

conseguente difficoltà di arrivare alla fine del mese, la tensione sale alla stelle.

INDEBITAMENTO

Come si diceva sopra il denaro spesso ha una funzione ostentativa e per essere alla pari nel gruppo sociale si cerca di avere cose che non sono strettamente necessarie. Non è infrequente seguire la regola del "prima il superfluo e poi l'utile" anche a costo di enormi sacrifici.

L'usanza di pagare a rate (compra oggi paghi domani) ha aiutato/illuso molte famiglie, il problema si presenta quando non si è più in grado di onorare i debiti.

Se penso che io non mi troverò mai in una condizione di difficoltà economica agisco in modo impulsivo e non tengo conto delle eventualità che mi si possono presentare nella vita. Queste considerazioni non devono essere un blocco che mi portano a non agire ma dovrebbero portare ad uscire dal meccanismo per il quale "posso permettermi tutto tanto questo a me non accadrà mai".

In altre epoche realtà e fantasia avevano limiti e contorni molto netti e inequivocabili. Oggi, la realtà è filtrata dai mass media. I limiti e i contorni appaiono più sfumati, a ciascuno spetta la fatica e la responsabilità di trovare il punto di contatto e l'equilibrio tra quanto realisticamente si può desiderare e ciò che è solamente frutto di fantasia o di immagini mediatiche. La non realizzazione delle aspettative può generare un senso di frustrazione ... e quanto si è disposti o si è capaci di tollerarla?

Diverse sono le situazioni se a causare l'indebitamento è stato uno dei due partner o se è stata una decisione condivisa. Nel primo caso questo genera un conflitto anche acceso con toni accusatori, nel secondo caso il conflitto assume caratteristiche diverse in quanto vi è più la ricerca di chi ha dato l'avvio all'azione che poi è diventata problematica. Non è infrequente che invece di attribuirsi le responsabilità si vada a

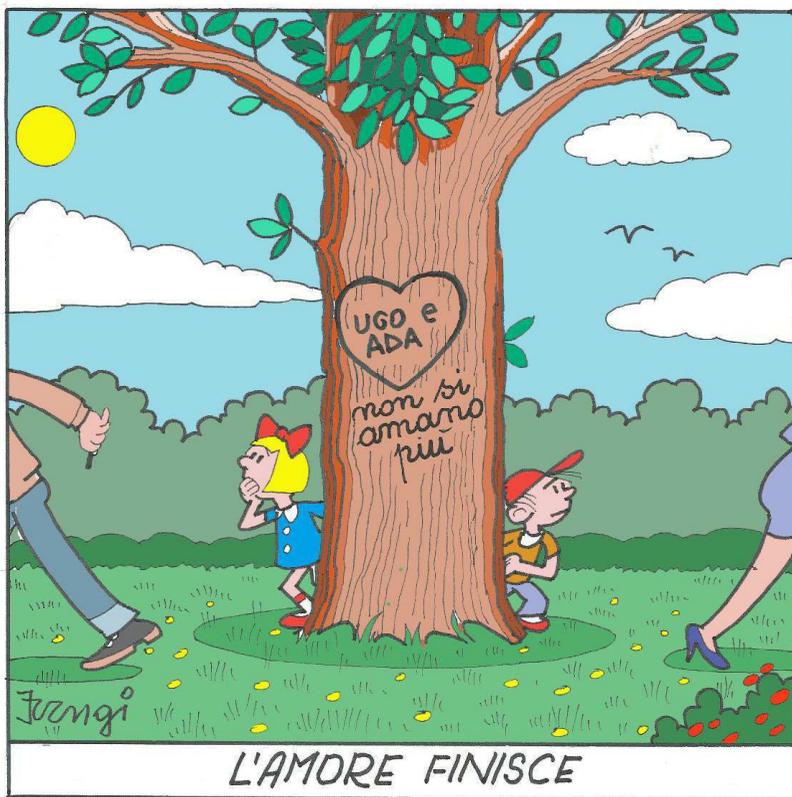
cercare un colpevole che può essere esterno rispetto alla coppia, allargando così il raggio della conflittualità.

Le cose si complicano quando l'indebitamento si collega a situazioni patologiche come la dipendenza da alcol, droghe o gioco d'azzardo. In queste coppie il partner, che non vive una condizione di dipendenza, in un primo momento cerca di aiutare l'altro ad uscire da questo stato, successivamente, non essendoci riuscito, utilizza la separazione come arma di ricatto ma solo quanto ha esaurito le energie decide di compiere questo passo. Non bisogna dimenticare però che nelle famiglie in cui è presente una dipendenza si è messa in atto una dinamica inconsapevole per cui il partner "sano" esplica una funzione di potere che altrimenti non avrebbe potuto avere.



La sindrome del nido nuovo corrisponde a quell'insieme di emozioni vissute dai genitori quando i figli, diventati adulti escono di casa e costruiscono una nuova famiglia. Il figlio che se ne va lascia il nido ma in quel nido rimane la coppia genitoriale orfana di un membro che per tanti anni ha fatto parte del nucleo familiare. Il suo allontanamento lascia un vuoto e i genitori si ritrovano dopo anni a dover fare i conti di nuovo con la loro coppia. La difficoltà nasce nel momento in cui i due partner si ritrovano soli a doversi riscoprire come coppia senza che ci sia qualcuno fra/con loro. Negli anni precedenti se si sono concentrati prevalentemente sull'aspetto

genitoriale si posso ritrovare a guardarsi in faccia senza più conoscersi. Si tratta allora di ridefinire il patto all'interno della coppia e affrontare la crisi, cogliendone gli aspetti di possibile crescita ed evoluzione. Affrontare questa fase diventa importante per poter poi gestire insieme le emozioni e i vissuti legati alla vecchiaia e a quello che rimane della loro vita insieme. Al giorno d'oggi spesso la coppia rimane schiacciata fra le due generazioni, quella dei figli che richiedono costantemente il loro aiuto e sempre più tardi se ne vanno di casa e la generazione precedente, quella dei genitori, che vivono sempre più a lungo impegnando i figli nelle cure e nell'accudimento. In questo modo la coppia si ritrova a fare i conti con un nido pieno che non si svuota mai, perdendo così la possibilità di riscoprirsi.



“Quando siamo alla fine di un amore, piangerà soltanto un cuore, mentre l’altro se ne andrà...”

L’amore non muore mai di una morte naturale, ma quando entrambi i partner l’hanno trascurato e non hanno saputo nutrirlo e coltivarlo. Parlare d’amore è difficile e su questi argomenti sono stati versati fiumi d’inchiostro. Ognuno ha una personale definizione: alcuni sono convinti che sia qualcosa di dovuto per il semplice fatto di essere creature umane. Nella maggioranza dei casi non si vuol capire che l’amore si impara e occorre un notevole sforzo per mantenerlo in vita. L’amore è come una una pianta ha bisogno di cure e attenzioni per poter

crescere e muore quando si smette di "innaffiarlo" correttamente.

Innamorarsi è facile, più difficile è trasformare questo sentimento in qualcosa di profondo, stabile e duraturo.

L'amore è quel sentimento che nasce dal cuore ma per poter sopravvivere necessita di tre elementi fondamentali: stima, fiducia e rispetto.

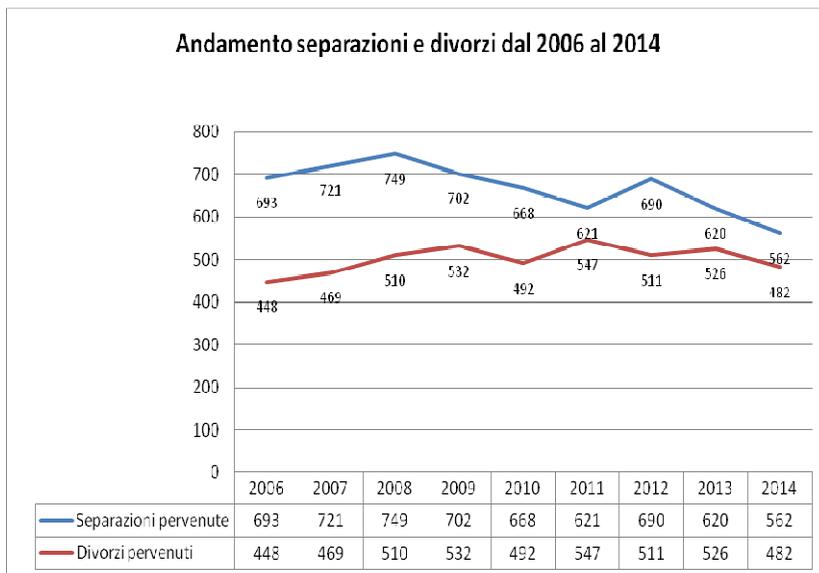
Quando anche uno solo di questi aspetti viene a mancare, la relazione amorosa inevitabilmente si incrina. Non esiste l'amore perfetto ma esiste l'amore umano. Spesso presi dal sentimento amoroso vediamo solo ciò che vogliamo vedere. Anche in amore vi possono essere delle distorsioni: scambiarlo per possessività, non esprimere i sentimenti e dare per scontato che l'altro/a capisca, usare l'altro per appagare se stessi, amare solo chi ci ama come vogliamo noi, continuare a chiedere amore con suppliche, ricatti, promesse, dimenticando che esso ci viene dato solo quando ce lo siamo guadagnati.

Ognuno vorrebbe sentirsi garantito che il suo amore durerà per sempre, ma l'amore non offre alcuna assicurazione. La sicurezza nasce nell'accettazione della mutevole natura dell'amore stesso. Quando da anni due persone vivono l'una accanto all'altra, è frequente che la novità venga sostituita dall'ovvio e dal prevedibile. Con il passare del tempo subentra l'inclinazione a trascurarsi a vicenda, cedendo così alla routine.

La perdita di un amore è sempre devastante ma può diventare un momento per ricominciare. E' altrettanto vero che l'amore quasi mai muore con la fine di un rapporto e nella maggior parte dei casi gli amori non finiscono mai in contemporanea.

Spesso si crede che il fatto di amare renda automaticamente creditori di amore, o che l'amore di chi è stato abbandonato sia più forte e la separazione suscita nella persona abbandonata tali e tanti sentimenti che vengono confusi con l'amore stesso.

ANDAMENTO SEPARAZIONI E DIVORZI IN ALTOADIGE NEGLI ULTIMI ANNI.



Nel corso del 2014 vi è stata una diminuzione quasi del 10% delle separazioni pervenute al Tribunale di Bolzano; calo fisiologico in quanto cala anche il numero dei matrimoni. Calano altresì anche i divorzi di circa il 9,5%.

Dal momento che per separarsi consensualmente non è indispensabile l'assistenza da parte di un legale, sarebbe auspicabile che tali coppie affrontassero prima un percorso di mediazione familiare al fine di raggiungere accordi condivisi prima di intraprendere l'iter.



ASDI

CENTRO PER L'ASSISTENZA
SEPARATI - DIVORZIATI
E CENTRO DI MEDIAZIONE FAMILIARE

Il Centro A.S.D.I. è un servizio che aiuta coloro che si trovano a vivere l'esperienza della separazione o del divorzio. L'A.S.D.I., costituitosi ufficialmente a Bolzano nel 1986, attualmente ha la propria sede in via A. Diaz 57 ed è regolato da uno Statuto Sociale, dal Codice Civile e dalle Leggi Speciali sulle libere Associazioni. Tale Centro mette a disposizione di chiunque lo necessiti una serie di interessanti servizi:

- a. Servizio giornaliero di prima informazione ed ascolto
- b. Servizio di mediazione familiare
- c. Gruppi di auto mutuo aiuto
- d. Un servizio psicologico
- e. Un servizio legale
- f. Un servizio di prevenzione
- g. Un servizio di promozione di attività di studio, formazione ed aggiornamento
- h. Gruppi di incontro per genitori separati
- i. Gruppi di incontro per Patchwork family
- j. Gruppi per bambini ed adolescenti
- k. Servizio mail per adolescenti i cui genitori si trovano in una situazione di separazione o divorzio.

Impressum:

Centro Assistenza Separati Divorziati e Centro di Mediazione Familiare ASDI

Via A. Diaz 57 – Bolzano

Tel. 0471-266110

Fax 0471-266250

asdi.bolzano@micso.net

asdi@quipo.it

www.asdibz.it

Idee e concetti:

Elio Cirimbelli – Direttore del Centro Asdi

Redazione:

Elio Cirimbelli – Direttore Centro Asdi

Sonja Prinoth – Assistente Sociale e Psicoterapeuta Familiare

Alessandra Negro – Assistente Sociale e Mediatrice Familiare

Helga Tomasini – Segreteria Centro Asdi

Ettore Frangipane – Vignettista

Roberta Cirimbelli – Progetto grafico

Elaborazione Concetti:

Serena Dalla Pozza – Psicologa Psicoterapeuta Familiare

Alessia Motta – Psicologa Psicoterapeuta Familiare

Elaborazione e Traduzione:

Sonja Prinoth - Assistente Sociale e Psicoterapeuta Familiare

Stampa:

Pollock Art