

Commento del caso di Zaccaria e Balestra

*Romina Coin**

Zaccaria e Balestra hanno presentato un caso che pone al centro dell'attenzione il tema del conflitto e della sua gestione all'interno di una terapia di coppia. Lo fanno con riferimento all'approccio sistemico, ma mettendo in evidenza alcuni aspetti che possiamo ritenere comuni ai differenti modelli di intervento con la coppia.

Partirei proprio da questi ultimi, quali ambiti di interesse trasversale, per poi proporre una riflessione sul conflitto di coppia nella prospettiva di Psicoanalisi della Relazione.

Un primo punto, che si percepisce nella cura e nella scrupolosità con cui il caso è condotto, e che merita sempre una particolare attenzione da parte nostra, è rappresentato dal valore e dal significato impliciti in una domanda di aiuto in coppia.

Non è mai da sottovalutare il fatto che due persone scelgano di rivolgersi a uno psicoterapeuta per occuparsi insieme di problematiche che li hanno gettati in uno stato di crisi e conflittualità tra loro. Per quanto drammatica e difficile possa mostrarsi la situazione in cui versano, è nella domanda stessa che possiamo scorgere il segnale della rilevanza che quel legame ha, e continua ad avere, per entrambi, nonostante tutto. È pur vero, tuttavia, che la scelta di fare una terapia di coppia può essere (e quasi sempre è) veicolo di letture che attribuiscono al partner le responsabilità per una sofferenza di cui ciascuno si sente fatalmente vittima ('il problema sei tu!').

Dipanare questo nodo, restituendo ai due sia l'importanza che il legame riveste per ciascuno, sia la necessità che ciascuno si disponga a mettersi in gioco in prima persona, è un passaggio cruciale per l'avvio di una terapia di coppia.

Nell'accogliere la coppia è poi indispensabile dotarsi di criteri di lettura che orientino la comprensione dei processi sottostanti, senza farsi fuorviare da ciò che appare, ossia dalle modalità e dalle forme delle interazioni attraverso cui il legame si esprime.

È sempre in agguato il rischio di confondere i piani, quello del legame, che

*Area Progetto Coppia Milano; SIPRe Società Italiana di Psicoanalisi della Relazione.
E-mail: romina.coin@fastwebnet.it

coinvolge due individualità, e quello delle modalità attraverso cui esso si manifesta, perché le dinamiche che vengono riportate, e talora anche agite in seduta, investono il terapeuta attivando un senso di urgenza e, al tempo stesso, di impotenza tali da poter far dubitare della validità della relazione stessa.

Così, per esempio, il terapeuta potrebbe reagire con interventi di natura correttiva o riparativa che, seppur animati dalle migliori intenzioni, avrebbero l'effetto di minare, nei due partner, la fiducia nelle loro risorse e nella qualità del loro rapporto.

Il legame può trovare svariate espressioni, che si modificano nel tempo e si esasperano nei momenti di crisi, ma prima di tutto dà evidenza di un reciproco investimento affettivo che non va mai messo in questione, poiché la scelta d'amore, la rilevanza di quella persona nella propria realtà e il mondo costruito insieme, diventano degli assi portanti nelle geometrie esistenziali di ciascuno.

Come ricordano le colleghe con le parole di Ghezzi e di Boscolo, ogni relazione è unica e ogni coppia è funzionale a modo suo.

L'unicità dell'interazione consiste nell'attuazione unica e peculiare di ciascun soggetto, alle condizioni che assicurino per entrambi una sorta di *safety zone* continuamente rimodulata in funzione di un equilibrio che sia ottimale per ciascuno e per la tenuta delle loro proprie realtà.

Nel riflettere sulla delicatezza dell'intervento con le coppie conflittuali, Zaccaria e Balestra mettono in luce anche quanto la posizione del terapeuta di coppia possa diventare scomoda, il che dà ragione della riluttanza di tanti colleghi a lavorare in un setting di questo tipo.

Certamente negli scenari conflittuali, ma di fondo potremmo dire sempre, si può rimanere irretiti nel rimbalzo sterile tra l'uno e l'altro dove, senza una chiave che aiuti a leggere la logica che organizza l'interazione, è inevitabile cadere nella posizione di arbitri o di giudici, oppure agire sull'onda di identificazioni e alleanze con quello fra i partner che sentiamo più affine a noi.

Nelle situazioni in cui il conflitto è centrale, il terapeuta può comprensibilmente farsi prendere dalla priorità di placare gli animi e di garantire una equità negli scambi, con la sgradevole sensazione, a volte, di trovarsi a dare un colpo al cerchio e uno alla botte, dispiacendo ora l'uno e ora l'altro, e così accentuare ulteriormente il solco che già divide i due, paralizzandoli.

Come uscire da questa impasse? Con questo interrogativo arriviamo dritto al cuore della questione relazionale e possiamo addentrarci in una lettura del conflitto che, nella sua forma 'ostruttiva', appare come l'espressione radicale della polarizzazione io-tu, che impedisce di trasformare la contrapposizione in una dialettica evolutiva.

Il dispositivo di coppia rappresenta un osservatorio di straordinario interesse per l'esplorazione della dimensione intersoggettiva e dà un contributo essenziale per lavorare a una visione relazionale dell'essere umano. È su questo che ora vorrei proporre un'ipotesi come contributo alla discussione.

Se assumiamo l'interazione come costitutiva del vivente e interfaccia di processi complessi che organizzano i mondi soggettivi nelle loro connessioni con gli altri, possiamo allargare il focus dalla relazione ai due soggetti che si

auto-eco-organizzano, in una idea di interazione come campo espressivo di attuazione/regolazione di sé viventi. Il soggetto, allora, 'è' la sua relazione, non 'ha' una relazione.

Ognuno si pone affermandosi con le proprie istanze vitali nell'attesa che l'altro vi si conformi, attesa che si fa tanto più pregnante quanto più significativo e intimo è il rapporto con l'altro: come ben sappiamo, è nelle relazioni d'amore che si ripongono le più profonde attese di conferma di sé.

Per il 'fisiologico' effetto del proprio divenire e dell'incedere della vita, che impongono sempre nuove sollecitazioni e nuove richieste (come dicono le colleghe, la vita è cambiamento), l'essere umano, come ogni vivente, è in un continuo processo di rimaneggiamento dei propri assetti soggettivi, ed è inevitabile che questo lavoro si riverberi nell'interazione.

Il conflitto dà la misura dell'intensità dell'incidenza dell'affermazione di sé di ciascuno, con caratteri di urgenza che davvero sembrano diventare questione di vita o di morte nella relazione con l'altro che, anziché assicurare una presenza confermate e di sollievo, contrappone la sua pretesa.

È la processualità della vita a muovere la crisi, che destabilizza e genera sofferenze non sempre e non immediatamente identificabili come radicate nella soggettività di ognuno ma, semmai, in genere, significate in riferimento alla realtà esterna, alla relazione, al partner.

Concepire e intercettare il processo elaborativo che sottostà all'esperienza soggettiva di sé, e quindi del proprio essere in relazione con l'altro, può aiutare i due a 'ricollocarsi' e dare profondità di campo alla comprensione della sofferenza vissuta in coppia, sugli scenari processuali del divenire soggettivo con cui, intanto, accanto all'altro, si stanno cimentando.

Possiamo chiederci dunque perché Clara e Paride entrano in cortocircuito con modalità che tanto li fanno soffrire. Un perché che rimanda alla singolarità di ciascuno nell'attualità del reciproco investimento sull'altro, mentre è alle prese col proprio vivere.

Clara e Paride sono una coppia sulla trentina che da poco convive ma che, mentre è immersa nella sua attualità, appare ancora molto incentrata su esperienze e rappresentazioni di sé 'in assetto di figli'. Poca voce è data, per esempio, a dimensioni soggettive che non siano direttamente correlate alle famiglie di origine, o a progetti, desideri, ambizioni che li proiettino in una realizzazione di sé nel futuro.

Litigano molto e questa è la ragione per cui chiedono aiuto. I motivi dei litigi non sono precisati, ma è immaginabile che si tratti delle comuni divergenze nella gestione di una quotidianità condivisa, che confronta con le incombenze, le responsabilità, le scelte su cui si intesse il vivere.

È nel disbrigo, solo all'apparenza banale, della quotidianità che prende concretezza la costruzione progressiva di una nuova disposizione alla realtà, dove l'esperienza di sé, oramai soli da un referente genitoriale cui affidarsi, si intreccia con le suggestioni di un bisogno di 'casa' (reso più intenso dall'elaborazione del lutto di un genitore), che è quel sentimento familiare di sé che l'altro, così diverso e straniero, non accoglie ma anzi minaccia e invade, opponendo il suo personale e definitivo approccio alla realtà.

Come affronta Clara, nella convivenza con Paride, l'acrobazia complicatissima tra aggrapparsi e lasciar andare un modo di stare al mondo, di amare e di essere amata che aveva costruito nella relazione coi genitori e, dopo la perdita della madre, nella lunga convivenza col padre?

E che cosa significa per Paride spostarsi dalle consuetudini che ancora puntellano, anche attraverso i lunghi viaggi settimanali, il suo legame coi genitori?

Paride chiede una relazione serena, senza litigi, e vorrebbe sentirsi ascoltato e rispettato da Clara. Clara desidera che i litigi siano meno accesi e che lei possa sentirsi accettata nel suo modo di essere.

Forse entrambi traducono con queste parole il bisogno che l'altro si omologhi, dia sponda, sostenga i loro mondi e li protegga dalla necessità di trasformarli.

Se il bisogno di conferma all'affermazione di sé non viene riconosciuto ma dato per scontato, esso agisce come una misura 'oggettiva' delle cose, impostando un approccio autoreferenziale alla realtà e condizionando la percezione e l'esperienza che si fa dell'altro, che risulterà sempre fatalmente insufficiente, inadatto, ostile.

Quando invece il bisogno è assunto come un bisogno proprio, correlato alle emergenze del proprio divenire, la radicalità del conflitto può attenuarsi, per rifocalizzare entrambi sulla possibilità di occuparsi della loro esperienza di sé 'in posizione di figli', posizione che perpetua quella logica di dipendenza e di delega di sé all'altro su cui si è costruita buona parte dell'immaginario idealizzato dell'amore.

E forse, attraverso questa appropriazione, il vissuto di orfani potrà evolvere in un'assunzione creativa della propria vita e l'attesa passiva di essere riconosciuti e amati potrà trasformarsi in una capacità attiva di riconoscere e amare l'altro insieme al quale continuare a crescere.

Conflitto di interessi: l'autore dichiara che non vi sono potenziali conflitti di interessi.

Approvazione etica e consenso a partecipare: non necessario.

Ricevuto: 26 novembre 2023.

Accettato: 1 dicembre 2023.

Nota dell'editore: tutte le affermazioni espresse in questo articolo sono esclusivamente quelle degli autori e non rappresentano necessariamente quelle delle loro organizzazioni affiliate, né quelle dell'editore, dei redattori e dei revisori o di qualsiasi terza parte menzionata. Tutti i materiali (e la loro fonte originale) utilizzati a sostegno delle opinioni degli autori non sono garantiti o avallati dall'editore.

©Copyright: the Author(s), 2023

Licensee PAGEPress, Italy

Ricerca Psicoanalitica 2023; XXXIV:862

doi:10.4081/rp.2023.862

This article is distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-NonCommercial International License (CC BY-NC 4.0) which permits any noncommercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original author(s) and source are credited.