

La terapia *in* coppia. La coppia come occasione del divenire reciproco

Silvia Bozzeda,* Elena Gatto**

SOMMARIO. – L'intento di fondo del nostro contributo è quello di approfondire alcuni aspetti di clinica nel lavoro con le coppie, all'interno della cornice della Psicoanalisi della Relazione e più precisamente a partire dalla teoria dell'Io-Soggetto di Michele Minoli. L'intervento psicoanalitico con le coppie mostra oggi una rilevanza particolare dal momento che la relazione amorosa viene sempre più investita dell'aspettativa di cura delle fragilità individuali, di sostegno, di comprensione, tanto da diventare con sempre più frequenza il detonatore della crisi esistenziale individuale. "Tu mi fai stare male", una delle accuse che con forme diverse sentiamo spesso pronunciare dalle coppie in terapia, riassume simbolicamente tutta la portata di delega all'altro della responsabilità del proprio vissuto emotivo; tale configurazione relazionale – di pretesa e, insieme, dipendenza dall'altro – viene intesa come uno degli esiti umani dell'iper-individualismo della società moderna, in cui l'affermazione di sé sembra condizione indispensabile del proprio esistere in relazione al resto del mondo, condannando il soggetto ad un'inconsistenza radicale. Preferiamo chiamare il lavoro clinico con le coppie 'terapia *in* coppia' anziché 'terapia *di* coppia' proprio perché improntiamo la teoria e la tecnica nella direzione di una riappropriazione del proprio investimento (in questo caso amoroso) sull'altro, come occasione di crescita individuale e di emancipazione che da soli non sarebbe possibile realizzare. In questa prospettiva il terapeuta riveste un ruolo fondamentale nel sostenere tale riappropriazione, poiché, nel momento dell'ingaggio, i componenti della coppia in terapia possono facilmente spostare la richiesta di soluzioni di immunità dai travagli del vivere al terapeuta stesso. Bisogna, invece, tornare ai veri protagonisti della crisi, agli individui che compongono la coppia: in questo modo si restituisce centralità all'Io-Soggetto che ama, si lega ed entra in crisi; l'Io-Soggetto non subisce tutto questo, ma lo vive e lo esperisce, anche quando diventa difficile e doloroso, e per questo lo trova più complicato da riconoscere come proprio. Il fare clinico si coniuga con il senso etico della cura quando poggia sul riconoscimento della simmetria umana con il paziente, quando insieme a lui, e non al suo posto o nel modo più giusto, cerca di cogliere dove sta il nucleo della rinuncia, del vuoto e dell'inconsistenza dell'essere umano. Con questa 'postura' e consapevolezza il terapeuta potrà sostenere le coppie in un processo di graduale rinuncia di delega all'altro visto come condizione del proprio esistere, aiutandole a vivere la relazione non come completamento romantico e idealizzato ma come occasione del divenire reciproco. Nel lavoro proposto tali aspetti verranno approfonditi anche attraverso l'uso di materiale clinico.

Parole chiave: psicoterapia di coppia, psicoanalisi della relazione, Io-Soggetto, crisi, etica del terapeuta.

*Psicologa, Psicoterapeuta, aggregata SIPRe, Italia. E-mail: silvia.bozzeda@gmail.com.

**Psicologa, Psicoterapeuta, aggregata SIPRe, Italia. E-mail: elena.gatto@icloud.com

La trattazione dei temi teorici e clinici oggetto di questa riflessione trae le sue origini nel lavoro di Michele Minolli: la teoria sull'Io-Soggetto ed in particolare la sua applicazione nello studio dell'investimento di coppia rappresenta una visione positiva dell'essere umano, non inteso come organismo mancante alla perenne ricerca dell'altro che lo completi o lo convalidi, bensì come un individuo autonomo e completo, dotato di tutti gli strumenti necessari per farsi carico di sé in prima persona, pur all'interno dei vincoli posti da genetica e ambiente. L'investimento sull'altro come partner affettivo e sessuale rappresenta una forma particolare tra i molteplici investimenti che l'essere umano fa nel corso della propria vita, e quando questo investimento è reciproco si chiama amore di coppia. È interessante l'analogia con l'accezione economica del termine 'investimento': "attività finanziaria atta all'incremento di beni o acquisizione di nuove risorse al fine ultimo di ottenere un maggiore profitto o incrementare la propria soddisfazione personale". In quest'ottica intendiamo l'investimento anche nel nostro lavoro clinico con le coppie, come straordinaria opportunità per conoscere se stessi e per prendere possesso della propria vita; insomma per 'arricchirsi'. Dall'economia alla sociologia, ci sembra importante delineare alcuni aspetti che aiutino a leggere il fenomeno coppia nella cornice del tempo presente, in linea con le intenzioni di questo forum, che indaga le forme di applicazione della psicoanalisi alla società postmoderna.

Da tempo osserviamo come la psicoanalisi faccia i conti con patologie riconducibili ad un malessere esistenziale tipico dell'era del benessere e del consumismo e che allo stesso tempo si trovi ad essere recettore di bisogni di identità, appartenenza, connessione sociale, accolti in passato da diverse agenzie sociali. La sfida è quindi quella di fornire strumenti che allevino il vuoto di senso senza scivolare nell'esaltazione della gratificazione narcisistica e nel primato dei bisogni individuali. Il passaggio da una società normativa ad una narcisistica paga il prezzo dell'anomia e del vuoto di identità e ha quindi forti ricadute sulla sfera delle relazioni intime che spesso diventano catalizzatore della richiesta di una ragione di vita, di una conferma di sé, di un bisogno impellente di sentirsi 'riconosciuti'.

Diversamente dal passato in cui il legame matrimoniale aveva una funzione strumentale alla conservazione del patrimonio e alla garanzia di una discendenza, sempre più oggi la coppia ha lo scopo di rispondere ai bisogni affettivi del singolo individuo. Tale cambiamento ha connotato la coppia come una scelta sempre più consapevole, dove idealizzazione e disillusione convivono in un delicatissimo equilibrio non più garantito da norme sociali che fungevano da stabilizzatori dei legami. È quindi lecito affermare che le evoluzioni sociali hanno trasformato la coppia, così come la crescente consapevolezza dell'importanza della qualità relazionale della coppia ha aumentato gli strumenti psicologici a disposizione delle coppie che richiedono un aiuto terapeutico nei momenti di crisi.

La psicoanalisi storicamente si affaccia con ritrosia alla relazione di coppia

rispetto ad altri approcci clinici (pensiamo per esempio alla scuola sistemica): nasce come intervento individuale e da sempre dà centralità alla vita intrapsichica dell'individuo, mentre l'altro (l'«Oggetto») è elemento contingente e secondario, perlopiù indagato nella sua funzione di appoggio alla vita psichica individuale.

Nella teoria sull'Io-Soggetto a cui facciamo riferimento nella clinica con le coppie intendiamo ampliare questa visione, seguendo una prospettiva relazionale/interazionista che permetta di intendere l'essere umano come un soggetto attivo, spinto da motivazioni come l'attrazione genitale e l'attuazione di sé. Tali spinte vitali collocano i partner della coppia in una dimensione reale, attuale: le dinamiche intrapsichiche del narcisismo o del transfert che riporta alla relazione con i genitori, per esempio, sono certamente elementi che partecipano alla relazione di coppia, ma non rappresentano gli aspetti costitutivi né esplicativi dello strutturarsi del legame. Laddove così fosse, essi inquinerebbero ed ostacolerebbero l'amore, perché condannerebbero l'individuo ad una mera ripetizione degli schemi relazionali dell'infanzia, quella che chiamiamo *configurazione*.

Intendiamo invece la relazione di coppia come il contesto potenziale per la crescita e l'emancipazione individuale; è una relazione adulta in cui ciascun individuo continua a divenire. Non è quindi un traguardo, ma l'occasione propizia per il processo evolutivo individuale dei suoi componenti.

Qualche cenno sull'innamoramento, «blocco di partenza» della storia di coppia. L'esperienza straordinaria dell'innamoramento consiste nel fatto che fino a quel momento ci si sente amabili nella misura in cui si corrisponde alle attese dell'altro, generalmente i genitori, ma anche gli insegnanti o gli amici. Per una vita intera il rapporto con l'altro è mediato dal giudizio sul proprio comportamento o modo di essere; è molto probabile quindi che prevalga un vissuto di non amabilità, dal momento che è così difficile soddisfare le aspettative. Innamorarsi è come mettersi in proprio, uscire dalle attese, toccare con mano che l'altro è dalla nostra parte, ci accoglie per come siamo. Ad accompagnare questa sensazione troviamo una caratteristica paradossale dell'innamoramento che porta in sé il seme della crisi: l'innamoramento è uno spostarsi fuori di sé, un dislocamento nell'altro.

L'Io-Soggetto di certo continua ad esistere, ma è messo in sordina perché l'altro diventa il sale della vita, Io valgo perché Tu mi convalidi, Io esisto perché Tu mi fai esistere. Facile comprendere come questa strumentalizzazione dell'altro come garante della propria esistenza non possa essere retta molto a lungo, una volta superato lo stato alterato di coscienza noto con il nome di innamoramento.

Proviamo ad applicare quanto esposto ad una situazione clinica.

P. accede a un servizio di salute mentale all'età di 17 anni, accompagnato dal padre, per insorgenza di attacchi di panico durante il consumo di THC.

Dopo un breve percorso terapeutico i sintomi si attenuano e P. interrompe il percorso mosso dal bisogno di riappropriarsi del proprio 'controllo'.

Dopo dodici anni, ricontatta la stessa terapeuta presso il suo studio privato perché avvolto da un malessere che lo attanaglia da circa un anno, a suo dire generato da una crisi di coppia con A. Durante il percorso individuale di P. si apre la possibilità di un lavoro terapeutico in coppia di P. ed A. (entrambi quasi trentenni) con un'altra terapeuta.

Dall'intreccio dei due lavori nascono riflessioni sull'investimento amoroso e sulla sofferenza esistenziale.

P. e A. provengono entrambi da un paese della penisola balcanica, entrambi condividono un trascorso migratorio avviato dalle proprie famiglie d'origine. Il padre di P. è un ingegnere, la madre una casalinga. P. trascorre la propria infanzia tra l'Italia e il paese d'origine, i genitori conservano con tenacia le proprie tradizioni, attenti a non investire in termini relazionali nel paese 'ospitante', con uno stile di acculturazione che Berry potrebbe definire di 'separazione'.

P. si muove sempre alla ricerca del fare e del riempire, compiace gli amici nel tentativo di essere scelto. La madre attraversa diverse e profonde depressioni, manifesta crisi isteriche, esercita controllo attraverso vissuti di colpa; il padre mantiene una corazza rigida ma rassicurante. P. si diploma con fatica come ragioniere e inizia diversi lavori mosso dal bisogno di dimostrare di potercela fare da solo; parallelamente coltiva la sua più grande passione, la musica. Dopo anni di studio, attese e frustrazioni riesce ad ottenere prima un lavoro come tecnico del suono poi come produttore fino a conquistare collaborazioni con esponenti musicali di rilievo ma senza riuscire ancora ad ottenere una stabilità economica.

A. ha una sorella e due fratelli che durante l'infanzia e l'adolescenza a causa della loro irrequietezza occupano e preoccupano i genitori, a lei rimane la possibilità di essere vista nel suo accudire e compiacere l'altro. A. è alla disperata ricerca di attenzione ed amore e durante l'adolescenza soffre di disturbi del comportamento alimentare. Termina con determinazione la scuola di parrucchiera, per diversi anni lavora come dipendente, nell'ultimo anno apre un'attività in proprio con ottimi risultati.

P. e A. si conoscono all'età di 18 anni attraverso amicizie in comune; entrambi ricordano quell'incontro con dovizia di particolari, denso di emozioni, curiosità, passione, certezza che l'altro avrebbe dato un senso alla propria vita.

All'inizio della loro relazione P. si mostra molto geloso, ossessionato dalla possibilità che altri uomini possano godere anche solo con lo sguardo della bellezza di A., vedendo in ciò un possibile danno alla sua virilità; A. riesce ad offrire a P. una prevedibilità rassicurante, sentendosi protetta e desiderata: questo equilibrio rende possibili anni di armonia, complicità, intimità appagante e stabilità.

Di certo questa straordinaria fase di follia transitoria che ogni individuo si trova presto o tardi ad attraversare non occupa un ruolo centrale nel lavoro clinico con le coppie: è improbabile che ci si rivolga ad un terapeuta quando si è immersi in un tale stato di beatitudine, tranne nei casi in cui ce ne si difenda massicciamente. Proprio perché rappresenta un'esperienza che sconvolge i propri equilibri, non è scontato che chiunque sia disponibile ad accedervi. Non è detto che l'equilibrio interno ed esterno raggiunto da un individuo in un dato momento della vita riesca a reggere un investimento globale e coinvolgente come quello dell'amore e, quindi, a sostenere l'apertura verso nuovi equilibri e nuove prospettive. Si tratta degli amori impossibili, dove la rigidità della configurazione non permette di vivere l'esperienza di essere amati in modo disinteressato, per esempio, o non lascia la libertà di accedere al proprio amare, magari per questioni di lealtà transgenerazionale (si pensi a genitori che per esperienze dolorose personali abbiano trasmesso l'idea che la relazione amorosa porti con sé rischi da cui occorre tenersi alla larga). In casi come questi l'esistenza stessa del desiderio amoroso non trova spazio di espressione: se prevale la necessità di preservare l'equilibrio raggiunto, verrà privilegiata la mutua regolazione con buona pace del desiderio. A nostro parere il punto di forza di questa chiave di lettura è il fatto di relativizzare il peso delle variabili esterne: indipendentemente dalla storia individuale, quello che sembra determinante è lo stato della coerenza attuale, il grado di intoccabilità e di rigidità. Gli amori impossibili testimoniano l'esistenza del desiderio e l'inconciliabilità di questo con l'equilibrio del sistema. Nel nostro lavoro incontriamo solo amori possibili, per il fatto stesso che, sorpresi dalla crisi mentre sono alle prese con il proprio divenire, i partner della coppia decidono di chiedere aiuto, ammettendo così la dinamicità del duale di coppia: l'amore possibile è frutto di un processo e dà luogo ad un processo.

È fondamentale a questo punto comprendere le caratteristiche del rapporto tra l'unitarietà del singolo individuo e la relazione di cui fa parte, i rapporti tra l'Io-Soggetto e la coppia. È evidente a tutti che la coppia è composta da due individui, ma tende ad essere concepita come un'entità a sé stante. Per una comprensione più approfondita è utile tenere a mente tre dimensioni del funzionamento del sistema coppia, che possiamo riassumere in obiettivi reali, chiusure e autocoscienza.

Sul piano degli obiettivi reali nella coppia c'è interazione: si lavora insieme per la realizzazione congiunta di un equilibrio ottimale per entrambi, fatto di auto e mutua regolazione ed in cambiamento/riaggiustamento continuo. Sugli obiettivi della genitalità ed attuazione di sé i partner interagiscono tra loro, propongono se stessi e si adeguano all'altro in una ricorsività circolare. Vi sono poi le chiusure del sistema, in cui non può esserci interazione o co-costruzione: con chiusure facciamo riferimento a tutto il bagaglio di ferite che non possono essere medicate, di nuclei rimasti intoc-

cabili, di stanze dove non è prudente avventurarsi, con cui ognuno affronta la vita di tutti i giorni. Sono spazi propri di ogni individuo ma che l'individuo stesso non vede e di cui nemmeno sospetta l'esistenza, ma che dall'esterno, specialmente nel duale di coppia, è facile cogliere, seppur in modo intuitivo e non esplicito, avvertendone l'inaccessibilità. Si tratta di soluzioni storiche che presentano un tale gradiente di stabilità da non poter essere messe in gioco o contrattate: trovano nella coppia il luogo elettivo di conferma e la possibilità di una corrispondenza funzionale. Al di là della fatica e della sofferenza che i componenti della coppia dichiarano di vivere rispetto alle reciproche chiusure, è facile cogliere, dal vertice osservativo del terapeuta, una funzione fondante l'equilibrio di coppia, che accomuna e crea alleanza.

Nella relazione tra P. e A. è possibile intuire un incastro tra chiusure in concomitanza con l'emergere della crisi: A. ama P. incondizionatamente ma sotto sotto si aspetta qualcosa in cambio, il fatto di essere considerata unica e speciale come non lo è stata dai suoi genitori; P. allo stesso tempo si sente travolto e schiacciato da questo bisogno di rassicurazione, obbligato a farsi carico di bisogni di accudimento come già ha sperimentato con la depressione della madre. Entrambi dichiarano di non sopportare l'atteggiamento dell'altro ma da un punto di vista esterno è molto chiaro il gradiente di stabilità garantito da questa dinamica.

Tale funzionalità sulle rispettive chiusure – ciò che Kaës chiama 'alleanza inconscia' – generalmente non dura nel tempo. Prima o poi nell'Io-Soggetto emerge il disagio per gli spazi non disponibili, per le limitazioni paralizzanti. A questo punto si delinea la possibilità dell'intervento dell'autocoscienza, che apre la possibilità di una relazione dialettica. Sappiamo infatti, come specialisti interpellati proprio quando emerge la sofferenza, che dall'insoddisfazione e dal disagio può nascere l'esigenza di occuparsi di sé, la spinta a ricercare un senso e le parole mai pronunciate prima. La funzione dell'autocoscienza si offre quindi come strumento per affrontare la sofferenza e quindi per accorgersi delle 'porte chiuse'; apre una dimensione dialettica nella coppia che non significa assegnare torti e ragioni, distinguere il vero dal falso, bensì darsi lo spazio interiore necessario alla relativizzazione dei propri criteri personali per costruirne di nuovi che si arricchiscano dell'incontro con l'altro. In altre parole, raggiungere una sintesi che sia diversa dalla propria tesi e dall'antitesi dell'altro perché le trascende entrambe.

Ogni storia inizia con l'innamoramento, prosegue con la vita di coppia ed è abitata dalla crisi. Il concetto di crisi racchiude in sé il senso profondo del cambiamento: senza crisi non ci sarebbe cambiamento né, dunque, vita. La mentalità odierna tende a vedere la crisi come un fallimento, uno scacco,

una deviazione imprevista dalle attese: è molto improbabile che una coppia in crisi si senta prossima ad una svolta positiva e utile per la crescita degli individui che la compongono. Tale considerazione è strettamente legata alla visione moderna della coppia: in essa ci si aspetta di trovare il partner in grado di appagarci. In tale istituzione fondata sulla 'scelta' reciproca e condivisa viene naturalmente a trovare spazio l'evoluzione individuale dei singoli: è la vita stessa che pone ad ognuno la richiesta di progredire verso una maggiore definizione di sé, una progressiva auto-individuazione. La nostra ipotesi rispetto al nascere della crisi nella coppia è che, una volta superata la fase dell'innamoramento, sopraggiunga inevitabile il bisogno di un tempo e di uno spazio più 'individualizzato', che risponda all'esigenza, connaturata all'essere umano, di proseguire nel proprio divenire personale. Ed è proprio l'esperienza di amare e di sentirsi amati che produce in ciascun partner l'effetto di rinforzo e di legittimazione a procedere su tale strada. Se per un primo periodo sono certamente prevalsi l'accomodamento, il dialogo, la concertazione, arriva successivamente un momento in cui l'affermazione di sé irrompe, in forma spesso rivendicativa: cresce l'insofferenza per dover sempre tener conto del punto di vista dell'altro, il senso di schiacciamento del non poter mai fare di testa propria. A questo si aggiunge il fatto che l'innamoramento smette di nascondere l'alterità dell'altro. I dati di realtà da cui la crisi sembra prendere vita, infatti, sono solo occasioni o pretesti: la crisi dipende proprio dalla scoperta della realtà dell'altro, una scoperta che lavora a lungo dentro di noi e che richiede molti riscontri prima di potersi affacciare alla coscienza. Ci sono diversi modi di far fronte all'irruzione della realtà dell'altro: il più delle volte si cerca di distorcere l'immagine dell'altro cercando di adattarla ai propri bisogni; in altri casi l'alterità viene connotata di un significato persecutorio, come se il solo essere altro rappresentasse un pericolo.

Il significato profondo della crisi comporta proprio la possibilità di coniugare l'essere autenticamente se stessi e l'amare l'altro in quanto altro da sé. È un significato propositivo, una possibilità di sviluppo: ma non può che passare da un momento depressivo, in cui occorre un'elaborazione della propria posizione 'orfana' della presenza confermate dell'altro, e quanto più forte era stata la 'delega', tanto più faticoso sarà questo momento.

I primi anni di coppia vengono descritti da P. e A. come luogo di armonia, complicità, intimità appagante e stabilità.

Le famiglie di origine di A. e P. spingono per affrettare il matrimonio, che si svolge circa un anno e mezzo prima dell'arrivo in terapia, nel rispetto delle tradizioni familiari. Da quel momento P. sente un malessere preponderante che si manifesta con rimuginio insistente, pensieri confusi, dubbi e incertezze, accompagnati da un senso di estraneità, vissuti di colpa e angoscia. È lui il portavoce della crisi, lui che con più evidenza inizia a non sop-

portare l'equilibrio precedentemente raggiunto. In quel periodo P. conosce M., una giovane musicista italiana, che rompe la staticità e insinua dubbi sulla progettualità della coppia. P. vede con lei la possibilità di una relazione priva di doveri e aspettative, fatta di leggerezza e sintonia. A. si sente smarrita, spaventata, sente P. allontanarsi, improvvisamente disinteressato al suo accudimento e al suo amore incondizionato.

“Non puoi dirmi che non sai più se mi ami”, dice disperatamente A., resasi conto della nuova attrazione del suo giovane marito, quasi temendo di non poter esistere senza l'amore di P., avvertendo di colpo un vuoto sconvolgente e profondo che solo l'investimento dell'altro sembra poter colmare.

“Non puoi pretendere da me delle risposte che non ho, e poi devi staccarti, fare le tue cose, la tua vita, anche senza di me” spiega P. in seduta, come se non riuscisse a reggere di essere risposta a un bisogno così basilare di A., di esistere. Ma P. è davvero capace di 'esistere' senza sentirsi amato e validato in modo incondizionato da A.? Quanto davvero A. fatica ad accettare l'affermazione di P. o quanto piuttosto non sia P. a non trovare consistenza nel suo percorso evolutivo?

L'affermazione di se stessi non è facile. Non funzionare più, come per tanto tempo si è fatto, in ordine ai genitori, alla cultura e alla società, per prendere invece in considerazione i propri desideri e partire da questi è un capovolgimento di prospettiva, un cambiamento che chiede coraggio. Più spontaneo e quindi più automatico è delegare l'autorizzazione al partner: forse per P. l'amore è anche uno strumento per alleviare la fatica di autorizzarsi a crescere. Eppure, essere se stessi, prendere in mano la propria vita, diventare consistenti non può trovare realizzazione attraverso una delega all'altro.

P. ha spesso l'esigenza di parlare con A. del proprio malessere, ricerca dialoghi notturni densi di interpretazioni; alle volte sembra voler litigare per avere conferma della propria affermazione/esistenza, ricerca il consenso dell'altro e l'approvazione del proprio punto di vista.

“Appena la canzone ha ottenuto il riconoscimento di disco d'oro, ho stampato l'etichetta e sono andato a casa dei miei genitori ad appenderla, volevo rendere orgoglioso mio padre” riferisce P. “Avevo bisogno di sentirmi dire 'bravo, allora il tuo è un vero lavoro, allora vali davvero', come quando da bambino mi rivolgevo a loro per compiacerli dei miei valori tradizionali e mi rivolgevo ai miei amici per mostrare il mio essere italiano”.

Così la litigata giunge come grido disperato di essere accettato.

A. sembra essere meno coinvolta dal bisogno di litigare, eppure per litigare bisogna essere in due. Cosa nascondono i silenzi di A.? Nella cultura d'origine di A. e P. si dà per scontato che essere una 'buona' moglie signi-

fica fare anche da madre al marito. Una madre ideale che dice sempre sì e che è sempre disponibile a corrispondere ai desideri altrui, magari senza darlo a vedere e con il sorriso sulle labbra, con la convinzione che questo sia l'unico modo possibile di stare in una relazione di coppia. A. per lungo tempo ha vestito un abito tradizionale, rispondendo ai bisogni di essere amato di P.: per diverso tempo A. ha accolto e soddisfatto la richiesta di amore incondizionato che P. avrebbe voluto dai propri genitori. Quanto oggi è possibile per lei 'diventare se stessa'? Quanto in alcuni atteggiamenti passivi e compiacenti di A. si nasconde la sua difficoltà ad esistere se il suo amare incondizionato non è più desiderato da P.? Quanta paura della perdita viene 'controllata' con i silenzi di A.? In fondo poter litigare è anche superare la paura di perdere l'amore dell'altro. In effetti è un rischio: e se la corda dell'amore si spezzasse davvero? E se il litigare dovesse dimostrare che non c'è più amore?

Negli ultimi mesi qualcosa è cambiato: P. sembra stanco di sentire il proprio valore solo attraverso l'essere amato dall'altro e A. sembra stanca di sentirsi importante solo amando incondizionatamente l'altro, eppure stanno ancora cercando la propria consistenza nell'altro, mentre toccherebbe a ciascuno di loro affrontare le fantasie di tradimento, di morte, la solitudine e il vuoto.

La sicurezza e la ripetitività legati alla delega vengono meno e subentrano l'apertura e la possibilità, la messa in opera di una ricerca soggettiva, al di là del giusto o sbagliato precedentemente dettati dai genitori, e l'accesso alla complessità della vita e di come vivere la propria vita. Pensiamo che la coppia possa rendere più accessibile questo divenire: forse la coppia, attraversando la crisi, anzi proprio grazie alla crisi, è finalizzata al reciproco divenire.

La questione centrale del nostro lavoro è: come riuscire a leggere la crisi in senso evolutivo? Come permettersi di cogliere nella crisi l'invito ad andare oltre? Come osare avventurarsi verso una modalità nuova dell'amore?

Nel nostro mondo, retto da una cultura individualistica, il desiderio viene assolutizzato come unico criterio di valutazione e di comportamento: in una cultura dove ciò che uno sente è legge diventa difficile vedere la crisi come relativa al rapporto. Più facile diventa leggere la crisi come minacciosa per il desiderio, come si domanda P: "Sono infelice, come posso stare con A. se mi sento infelice?"

Per quasi un anno P. pensa di non poter lasciare A. perché le loro famiglie non avrebbero accettato e avrebbe perso l'amore dei suoi genitori; ha desiderato ossessivamente una vita leggera con M., libera da responsabilità, da routine, da aspettative. Si è sentito da una parte "una persona cattiva, un

traditore” lontana dai valori ricevuti dai genitori, dall’altra parte oppresso, soffocato da scelte che non avrebbe voluto prendere (sposarsi).

Quando P. giunge alla consapevolezza che avrebbe potuto lasciare A. se l’avesse voluto, assumendosi tale scelta come propria, si sente perso senza quelle conseguenze catastrofiche che lo proteggevano dal farlo. P. sente di non volerlo fare perché A. con la sua infelicità non c’entrava nulla.

La coppia si rivolge allo specialista quando le soluzioni storiche appaiono indispensabili per la sopravvivenza ma nello stesso tempo non sono più adatte ad affrontare quello specifico momento esistenziale. Nel corso di una relazione non tutte le crisi ‘fanno notizia’; alcune generano una dose tale di sofferenza da aver bisogno di chiedere aiuto.

Quando una coppia giunge in terapia spesso assume una postura delegante e deresponsabilizzante, sia l’uno rispetto all’altro – “mi fai stare male” – sia nei confronti del terapeuta – “devi farmi stare bene”. Per tale ragione l’ingaggio in terapia di coppia, inteso come ritorno su di sé, quasi sempre non coincide con l’inizio. La coppia propone ‘contenuti’ su cui lavorare (tradimento, sessualità, comunicazione, genitorialità, gestione della famiglia...) mentre il terapeuta dovrà favorire un passaggio ad un punto di vista analitico.

Sostenere la coppia nel porsi in un’ottica processuale significa aiutare i componenti della coppia ad entrare in contatto con se stessi, accompagnarli nella comprensione delle strategie che l’Io-Soggetto mette in atto per mantenere un certo equilibrio; l’ingaggio è quindi far scoprire ai due Io-Soggetto le loro specifiche modalità di stare al mondo secondo la propria configurazione iniziale e i movimenti finalizzati al mantenimento del proprio equilibrio. Questo porta inevitabilmente ad un ritiro della delega sull’Altro, a un ritorno a sé nonostante la coppia si presenti come portatrice di uno stile esternalizzante. Inizialmente l’Io-Soggetto ha la tendenza a spostare la propria sofferenza sull’altro o sulla relazione di coppia come se la coppia fosse entità altra da sé; per questo il punto di partenza nella terapia in coppia è accettare che ‘la coppia non esiste’. L’Io-Soggetto all’interno della relazione di coppia può riappropriarsi della sua sofferenza, passando dal subire passivamente l’altro e la vita ad una relazione dialogica con il mondo, abbandonando la posizione rivendicativa in cui vi è l’aspettativa di un risarcimento o di una riparazione dall’altro e dal terapeuta. In conclusione, ci sembra utile una breve riflessione sull’etica del terapeuta nel lavoro con la coppia.

Il fare clinico si coniuga con il senso etico della cura quando poggia sul riconoscimento della simmetria umana con il paziente, portatore di una soggettività ‘altra’ che deve essere rispettata. Tale rispetto non si realizza se forti del nostro ruolo ci erigiamo a detentori del giusto e imponiamo all’altro o alla coppia il nostro sapere, sospinti dal bisogno di conferme rassicu-

ranti e, quindi, dalla ricerca di oggettività a tutti i costi. Né avviene se ci annulliamo e ci identifichiamo totalmente con la coppia o con uno dei partner perché in questo modo perdiamo la possibilità di fornire il nostro contributo specifico, che non può consistere nella ricerca di una verità che assegni torti e ragioni, né nella riparazione delle ferite narcisistiche del singolo individuo o nella ricerca di quale dovrebbe essere l'equilibrio ottimale tra i due partner. Al contrario il processo terapeutico intercetta il processo di vita, non lo impone e non lo regola: lo sostiene, mettendo il soggetto al centro, aiutandolo a riconoscersi nel suo processo di auto ed eco organizzazione, mostrando che è possibile riconoscersi in ciò che si è, che è possibile situarsi dentro ciò che si vive.

Così facendo possiamo accompagnare la coppia verso la possibilità di assumersi a sua volta il proprio processo di essere presente a se stessa, in contatto con ciò che è suo, riconoscendosi nelle vicende che sta creando e scoprendosi anche nella possibilità di intervenire e modificarle.

Etica significa mettere le mani nelle questioni specifiche, per apportare punti di vista diversi e forse nuovi, per partecipare alla densità delle decisioni che la coppia sta prendendo o ha già preso, sempre in un'ottica che non sia normativa o 'ortopedica' ma che persegua, nel rispetto dei tempi del processo individuale, l'obiettivo di 'menti diverse al lavoro'. In questa prospettiva, al terapeuta sono richieste consistenza e pazienza, la capacità di sostare dentro la disperazione e il dolore, in un'ottica contro culturale, esistenziale e non interventista.

BIBLIOGRAFIA CONSIGLIATA

- Attali, J. (2008). *Amori*. Roma: Fazi Editore.
- Benjamin, J. (1996). *Soggetti d'amore*. Milano: Cortina.
- Berry, J. W., & Sam, D. L. (1997). *Acculturation and Adaptation*. In J. W. Berry, M. H. Segall, & C. Kagitcibasi (Eds.), *Handbook of Cross-Cultural Psychology: Vol. 3. Social Behavior and Applications* (2nd ed., pp. 291-326). Allyn & Bacon.
- Coin, R. (2021). Michele Minolli: in ricordo di un Maestro. *Ricerca Psicoanalitica*, 31(3).
- Illouz, E. (2015). Perché l'amore fa soffrire. Milano: Il Mulino.
- Illouz, E. (2020). *La fine dell'amore. Sociologia delle relazioni negative*. Codice Edizioni.
- Kaës, R. (2012). *Il malessere* (Trad. it.: Borla).
- Mitchell, S. (2002). *Il modello relazionale. Dall'attaccamento all'intersoggettività* (Trad. it.: Raffaello Cortina, Milano).
- Mitchell, S. (2003). *L'amore può durare? Il destino dell'amore romantico* (Trad. it.: Raffaello Cortina, Milano).
- Minolli, M., & Coin, R. (2007). *Amarsi, amando*. Borla.
- Minolli, M. (2009). *Psicoanalisi della Relazione*. Milano: Franco Angeli.
- Minolli, M. (2015). *Essere e divenire. La sofferenza dell'individualismo*. Milano: Il Mulino.
- Minolli, M. (2016). *Che aspetti ad andartene? L'amore nella cultura iper-moderna*. Roma: Alpes.
- Piazzesi, C. (2019). *Grammatiche dell'amore*. Milano: Franco Angeli.
- Sander, L. W. (a cura di G. Amadei, I. Bianchi). (2007). *Sistemi viventi. L'emergere della persona attraverso l'evoluzione della consapevolezza*. Milano: Raffaello Cortina.

Conflitto di interessi: gli autori dichiarano che non vi sono potenziali conflitti di interessi.

Approvazione etica e consenso a partecipare: non necessario.

Ricevuto: 27 aprile 2025.

Accettato: 13 giugno 2025.

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), 2025

Licensee PAGEPress, Italy

Ricerca Psicoanalitica 2025; XXXVI(s1):1037

doi:10.4081/rp.2025.1037

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.