

Educatori al lavoro

## Il setting iniziale nella consulenza di coppia

Antonio Mazzucco\*

*L'articolo offre qualche orientamento a chi si appresta ad accompagnare una coppia in crisi. Affronta tre aspetti: accoglienza della coppia, predisposizioni dell'educatore, primi passi per impostare un proficuo cammino.*

### La situazione di partenza

Oggi più di ieri, la coppia accetta di far entrare nella propria relazione qualcun altro per aiuto e consiglio. In passato era più forte la convinzione, specie nelle famiglie cristiane, che la sacralità dell'unione a due dovesse tenere a debita distanza gli apporti esterni. Quando c'è matrimonio, si diceva, c'è, *ipso facto*, tutto quello che serve per viverlo al meglio. In linea di principio questa idea tutela l'iniziativa della coppia come origine e soluzione dei suoi conflitti interni, compresa la sua primaria responsabilità nella gestione degli stessi. Di fatto, però, trascura che la richiesta di aiuto è una prerogativa della coppia e una risorsa che viene dalla sua stessa natura. Chiedere aiuto non è solo segno di fragilità, ma anche di responsabilità e serietà.

La coppia che richiede il nostro intervento e ci racconta il suo disagio ha già fatto una decisione forte. Bussare alla nostra porta è l'inizio di un'avventura ma anche l'esito di un processo, fatto di probabili lunghe discussioni, incomprensioni e tentativi. Arrivare ad aprirsi, insieme, ad una terza persona dice della presenza di una pur minima disponibilità alla collaborazione. Naturalmente non c'è solo questa. L'iniziativa è anche accompagnata da una serie di sentimenti, attese e pregiudizi non sempre encomiabili.

«Dobbiamo parlare con qualcuno». Anna aveva insistito così tanto con il marito, un po' titubante alla proposta, da pretendere e ottenere la sua presenza fin dal primo colloquio. Fu chiaro fin dall'inizio che l'obiettivo, più o meno inconscio, dei suoi interventi mirava a fare dell'educatore un prezioso alleato pronto ad appoggiare le ragioni di lei e convincere il marito che l'errore era in lui. Pericolosa premessa per replicare in presenza di un estraneo le diatribe

---

\* Psicologo, Direttore Ufficio per la Famiglia, Diocesi di Lodi

domestiche e trasformare la richiesta di aiuto in prova che non c'è niente da fare.

Così tenacemente attaccata a questa sua mira inconscia, ogni tipo di confronto paritario restava bloccato. Non era disposta ad ascoltare altro che se stessa e le sue ragioni. Le sembrava in tutta onestà che non ci potesse essere nessun altro modo di interpretare la relazione. O con me o contro di me. Non passò molto tempo e l'equidistanza dell'educatore lo fece entrare nella schiera, ormai sempre più numerosa, dei suoi oppositori. Abituarla di nuovo all'ascolto fu un percorso lento, ma necessario, per aprire la mutualità della relazione.

### **Sguardo che rianima e si allea al «noi»**

Accogliere le persone come si presentano significa innanzi tutto compiere un atto di fiducia nei loro confronti. Qualsiasi tipo di problema abbiano, lo portano a noi con tutte le loro fragilità e potenzialità. Le prime più evidenti, le seconde più nascoste, ma comunque presenti.

Essere accoglienti non è essere complici. Empatizzare, in modo corretto, non significa accogliere tutto quanto pensano e dicono l'uno dell'altro, ma percepire la dimensione più umana (mi verrebbe da dire più ontologica) delle loro personalità e della loro relazione. Lo sguardo dell'inizio è necessariamente contemplativo, inteso a cogliere e suscitare, al di là delle difese che il conflitto ha irrigidito, la riserva di bene e il desiderio di mettersi in gioco con fiducia. In seguito, si aprirà spazio per l'agire operativo. Scrive a riguardo, S. Minuchin, noto terapeuta della famiglia: «La terapia è per me una sfida. La famiglia viene in terapia con delle abitudini precise e con scarsissime risorse, dato che i suoi membri hanno esaurito la loro flessibilità e la loro disponibilità, insistendo su soluzioni inefficaci. Alla rigidità di prospettiva che la famiglia mostra di avere, la mia risposta consiste in un'iniezione di incertezza. "Siete sicuri che non vi siano altre alternative?". "Siete molto più complessi di quanto pensate". "C'è speranza, ci sono risorse che non avete ancora preso in considerazione"»<sup>1</sup>.

In più c'è un «noi» (la coppia) che è oltre la personalità dei singoli (individui). Un'unione che trascende lo stile di personalità di ciascuno, le loro reciproche abilità, addirittura la loro capacità di comunione. Il «noi», si dice giustamente, è più della sola somma dei due io. La psicologia sistemica-relazionale, a cui facciamo riferimento in questo contributo, considera la famiglia come un unico corpo dove ogni componente è causa ed effetto di tutto quanto succede. Nessuno può esimersi dall'essere, insieme, vittima e persecutore, amante e amato anche se pensa di avere tutte le ragioni per sentirsi vittima del conflitto o il solo capace di amare. P. Watzlawick scrive: «il comportamento di un individuo all'interno della famiglia è in rapporto con il comportamento di tutti gli altri membri»<sup>2</sup>. Per questo si deve insistere affinché entrambi i componenti della coppia siano presenti al confronto. Insieme si è creato il conflitto e insieme lo si risolve. Uno dei due forse resiste ma la dolce fermezza dell'educatore è già un atteggiamento terapeutico che chiarisce a che livello minimo di coinvolgimento è possibile stabilire un rapporto educativo e dove si potrà cercare la soluzione. Anche una sola frase, detta con chiarezza, può trasmettere l'importanza del lavoro da farsi insieme: «Posso capire quanto suo marito sia titubante ad accompagnarla ma il suo punto di vista è essenziale per capire tutti i contorni della situazione di cui lei parla. Anzi, trasmetta lei stessa il mio invito a suo marito. Il suo parere ci interessa molto». Con una frase di questo tipo si mandano almeno due messaggi a due persone diverse. Al marito (che, se non viene,

<sup>1</sup> S. MINUCHIN – M.P. NICHOLS, *Quando la famiglia guarisce*, Rizzoli, Milano 1993, p.58.

<sup>2</sup> P. WATZLAWICK, *Pragmatica della comunicazione umana*, Astrolabio, Roma 1971, p.129.

si sentirà poi tagliato fuori) per informarlo del nostro desiderio di non voler fare nulla senza di lui. E alla moglie (che forse pensava di scaricare tutto il problema sul marito) di non voler cominciare un confronto solo con lei e le sue ragioni. Non rassegniamoci troppo facilmente alla faticosa frase «ma lui/lei non vuole venire».

### **Accettare il rischio di aiutare... nella calma**

Che siano venuti proprio da noi non è un caso. In quanto beneficiari delle loro difficoltà siamo stati prescelti come possibile risorsa per la loro relazione, considerati esperti<sup>3</sup>. Usando questo termine in senso lato, siamo stati riconosciuti affidabili e competenti. Affidabili non solo perché seri e riservati, ma anche perché disponibili ad accogliere la loro fiducia, votati disinteressatamente alla causa del loro bene. Competenti, in quanto capaci di capire e interpretare le situazioni, con sufficiente esperienza, pronti alla comunicazione, sapienti nei possibili consigli. Queste o altre caratteristiche, che li hanno mossi a fiducia, formano il substrato di «alleanza», il credito di partenza, su cui si giocano i primi contatti. Potrebbe anche trattarsi di una fiducia secondaria (un amico che ha indicato il nostro nome), ma comunque, per il fatto stesso di essere assunti dalla coppia, significativa per iniziare bene l'accompagnamento.

Nominati educatori sulla carta, ci ritroviamo a fare i conti, prima o poi, con una «ansia da prestazione». Saremo all'altezza? Sapremo rispondere alle loro richieste? Riusciremo a capire bene il problema? Cosa fare per non aggravare la situazione?<sup>4</sup>. Credo possa valere qui quanto si dice ai genitori troppo preoccupati di far tutto bene: i figli hanno bisogno di tante cose ma certamente non di genitori con continui sensi di colpa. Educare significa di fatto rischiare. E se la richiesta è davvero superiore alle nostre possibilità? La proposta per un ulteriore percorso con un altro più competente non potrà avere il significato di un lavarsi le mani o scarica-barile. Rimane la necessità di un'accoglienza intelligente e la disponibilità a rimanere aggiornati e continuare a dare il contributo che siamo in grado di dare (semmai ricevendo anche indicazioni dal competente così da non interferire in modo distruttivo per il bene della coppia).

La differenza tra un amico-confidente e un educatore sta anche in questa capacità di sostenere la propria preoccupazione (ansia) e dirigerla verso il bene. Se un genitore dovesse reagire alle intemperie del figlio lasciandosi anche lui prendere dal panico o commentare con invettive e rabbia, rischierebbe di scaricare le sue frustrazioni e non capire quelle più profonde alla base del comportamento del figlio.

Per partire con il piede giusto è fondamentale portare dentro di sé il proprio disagio e quello altrui, elaborarlo e restituirlo in forma più chiara e costruttiva. La coppia si sentirà dentro ad uno «spazio sicuro» dove non c'è sentenza, ma collaborazione per far fronte alle difficoltà. E, cosa non di poco conto, si sentirà rassicurata da un atteggiamento pacato e forte che riordina il conflitto dentro ad un

---

<sup>3</sup> Ci riferiamo non solo a coloro che sono professionalmente esperti nel campo delle dinamiche familiari ma anche a coloro che svolgono per la coppia un aiuto: sacerdote, educatore alla fede, coppia amica, referente gruppi familiari...

<sup>4</sup> John Weakland, psichiatra americano, ha scritto acutamente: «Quando una persona sottopone ad un consulente un problema, il consulente si trova in una situazione di grande potere. Molti si sentiranno a disagio all'idea di avere tanta influenza (nel bene e nel male) sui loro clienti. Ma negare il potere che vi deriva dal vostro ruolo non serve ad annullarlo, serve solo a diminuire il vostro controllo e la vostra autodisciplina in situazioni che richiedono al contrario grande professionalità», J.H. WEAKLAND – J.J.HERR, *L'anziano e la sua famiglia, Teoria e pratica dell'intervento psicologico*, La Nuova Italia Scientifica, Roma 1986, p.36.

quadro più ampio e oggettivo. Se l'educatore non si spaventa, anche la coppia percepisce immediatamente, senza doverlo dire, che anche lei può affrontare con più misura quello che a prima vista pareva insormontabile.

Ricordo l'impressione positiva che fece a due novelli sposi l'atteggiamento preoccupato ma non spaventato del proprio parroco, quando gli raccontarono in evidente stato di delusione che la vita di tutti i giorni era meno romantica delle giornate passate insieme da fidanzati. Problema irrisorio per un orecchio esterno ma non per loro che vivevano, simbolicamente, la novità come l'infrangersi del sogno di una convivenza senza conflitti. Prendere seriamente in carico il loro disagio, per quello che significava (e non solo per quello che appariva) e rimandarlo a loro con realismo e fiducia, fu l'occasione provvidenziale per instradare la loro unione su una base più realista e profonda.

### **Dal «ormai è fatta» al «qualcosa si può fare»**

Coppia in crisi non significa irrimediabilmente coppia finita. Per quanto grave e radicato sia il conflitto, c'è sempre un diverso modo di affrontarlo e risolverlo.

Far intuire la plausibilità di un percorso rinnovato è uno dei servizi educativi più grandi. Terminare un colloquio senza aver risolto nessuno dei tanti punti controversi presentati può essere comprensibile, accettabile e in molti casi abbastanza frequente. Ma lasciare andare la coppia senza aver trasmesso una possibilità, seppur debole, di speranza, è deleterio. Solo la speranza muove il desiderio che è l'anima di ogni crescita e maturazione. Una speranza, evidentemente, non consolatoria né velleitaria ma fondata e desumibile dalla situazione guardata dalla coppia come solo tragica ma dall'educatore anche con lo sguardo che rianima.

Paola e Luigi. Tradimento clandestino di lui ma adesso scoperto. Il giorno dopo. Per Paola è fin troppo facile leggere ogni gesto di Luigi con sospetto e sfiducia: «sarà ancora capace di mentirmi? Ora, i suoi gesti sono davvero sinceri?». Non meno angosciati i pensieri di lui: «potrò, un giorno, riabilitarmi ai suoi occhi? Sarò per sempre sotto processo? Come potrò dimostrargli il mio desiderio sincero di ricominciare?...».

Travolti dai sentimenti, si stanno smarrendo nel tunnel del riscatto. Quando la prova di fiducia veramente probante? E finita la prova, la fiducia riprenderà? E se a prova finita, succederà che, nella debolezza, sarà il turno della moglie? Su questa strada la possibilità del ricupero si fa sempre più sfumata.

Perché non partire da un'altra parte? Ad esempio, stabilire con quale spirito affrontare questo problema prima ancora di incominciare a parlarne. Con la voglia di vendicarsi (Paola), di giustificarsi ad oltranza (Luigi), di fare la conta di chi nel rapporto aveva, fino a ieri l'altro, guadagnato più punti (entrambi), oppure con la voglia di capire e di incominciare un'intesa migliore? Con la lamentela «ma, ormai, non sarà più come prima!» o con il sollievo che «finalmente, speriamo non sia più come prima»? Tradimento: trama da ricucire o coltello per pugnare?

Fare vedere la possibilità di un approccio diverso non toglie la fatica che seguirà, quella di mettere il dito nella piaga ed esprimere i sentimenti negativi che ha partorito. Offre, però, una prospettiva più ampia, quello «spazio sicuro» per rinnovare una relazione, nonostante il tradimento, più profonda di quanto lo era stata fino a quel momento.

Il conflitto non è solo segno di morte, ma anche seme che marcisce per una nuova esperienza che sta germinando. Paradossalmente, la virulenza del tradimento

permette di far venire alla luce un disagio che molto probabilmente si trascina da tempo. Era la punta di un iceberg con la sua dose di ghiaccio sotto il pelo dell'acqua che le gelide correnti sommerse avrebbero ingrandito sempre più. Chiarire in modo intelligente e organico il non visto e il non detto, senza far prevalere i risentimenti e le umiliazioni, è la sfida dell'educatore.

## **Il setting educativo**

A questo punto, definito lo stile con il quale accogliere la coppia, si tratta di mettere qualche cornice sapiente (setting terapeutico<sup>5</sup>) all'accompagnamento. Data per acquisita la presenza di entrambi, si tratta ora di gestire al meglio i primi passi della relazione educativa<sup>6</sup>.

- ◆ La prima buona regola è quella di permettere ad entrambi di esporre il proprio punto di vista e di ascoltarsi reciprocamente. L'educatore deve provvedere che non ci sia una spiccata preponderanza verbale di un componente della coppia sull'altro. Tutti hanno pari dignità e altrettanto serie e motivate ragioni per descrivere il conflitto a modo loro. L'educatore lo trasmette con il suo atteggiamento. Mantiene una sana equidistanza per non farsi sedurre da uno o dall'altro, non perché arbitro di una partita fra squadre rivali ma perché vuole che il parlare mantenga sempre il baricentro sul bene complessivo della coppia, dettato dalla logica del noi e non per vincere, sedurre, mettere l'altro all'angolo. Con calma e con fermezza, è utile poterlo esplicitare anche nel dialogo, specie se uno dei due esagera in verbosità e tende a manipolare la discussione: «Abbiamo ascoltato volentieri le sue preoccupazioni, ora è necessario che insieme ascoltiamo come sua moglie vede i fatti».
  
- ◆ Anche il clima emotivo della discussione, seppur acceso nei contenuti, non deve mai cadere in esagerazioni di rabbia o risentimento, tanto meno in forme di rigidità (silenzi, capricci chiaramente aggressivi, pianti vittimistici...). Da evitare soprattutto il gioco del «di chi è la colpa?»», dove uno usa le proprie ragioni quasi esclusivamente per convincere della totale colpevolezza del partner. A parte il fatto che la colpa non è mai di uno solo, un gioco di questo genere non porta da nessuna parte e non fa che alzare un muro ancora più alto tra i due. Meglio il gioco delle attese, cioè utilizzare una modalità nuova di comunicazione. - L'educatore potrebbe dire: «Ora che le vostre ragioni ci sono chiare, e vi siete aggiornati sulle incoerenze proprie e altrui, provate a rivolgervi direttamente uno all'altra anziché a me, guardarvi negli occhi e dire in positivo le attese e i desideri che vorreste realizzare insieme. Invece di ragionare usando il passato (la colpa) provate a immaginarvi in cammino verso il futuro (attese)». Questo modo di affrontare il conflitto non è così immediato per la coppia (se lo fosse, avrebbe già risolto il suo problema) e l'educatore si ritroverà più volte a riportare il dialogo in una dimensione propositiva. Ma la sua opera è necessaria per liberare tutte quelle energie sane troppo spesso

---

<sup>5</sup> Per setting si intende «un contesto di ricerca (..), un'area spazio-temporale vincolata da regole che determinano ruoli e funzioni in modo da poter analizzare il significato affettivo dei vissuti del paziente», U.GALIMBERTI, *Enciclopedia di Psicologia*, Garzanti Torino 1999, p.962 (v. Setting)

<sup>6</sup> G.GILLINI - M.ZATTONI, *Un'ipotesi di consulenza formativa. Il counseling per l'operatore familiare*. Franco Angeli, Milano 2000, pp. 31-88.

soffocate dal risentimento (affetto negativo) e dall'intreccio delle motivazioni (rigidità dei contenuti).

- ◆ A questo punto verrà sempre più allo scoperto un elemento centrale per il futuro esito positivo: fino a che punto la coppia è disponibile a giocarsi in una relazione dai contorni cambiati? «Quanto siamo disposti a cambiare per il bene del nostro matrimonio? Quale credito di fiducia ripongo nell'altro? Quanto mi interessa il noi?». Qui sta il nocciolo del loro rapporto affettivo e la leva per innalzarlo. In un intreccio di sguardi e di parole l'educatore avverte quanto «residuo affettivo» è rimasto nella coppia. Se c'è, ed entrambi si accorgono della sua presenza, il lavoro successivo appare promettente. Si impone piano piano, nel migliore dei casi, una sorta di alleanza affettiva, che mette la coppia, non l'uno in opposizione all'altro, ma insieme contro il problema. Il dialogo tocca finalmente il livello affettivo, non più solo quello logico-razionale, e la relazione si fa più aperta e accogliente, le energie più disponibili, la complicità più reale. Mettere in moto questo processo non sempre è così facile, gli strati di incomprensione possono essere numerosi, le rigidità legate a tanti fatti passati mai rielaborati, i tentativi falliti numerosi e ripetuti.
- ◆ Anche a partire da quest'ultima considerazione meglio evitare la tentazione del passato. Se ci si mette a rinvangare si rischia di perdersi nei meandri del «Te l'avevo detto! Hai visto che era colpa tua? Se avessi fatto, detto..., adesso non saremmo in questa situazione». Tutte frasi in sé anche giuste e motivate, ma con potenziale zero per la crescita perché spingono istintivamente lo sguardo alla causa, alla colpa, al risentimento. Meglio focalizzarsi sul presente, vedere il qui e ora della relazione. Cosa ci sta succedendo oggi? Come affrontiamo il conflitto? Quali soluzioni, di solito, privilegiamo? A che livello sta il blocco? Quali sentimenti proviamo?... Queste, o altre domande, stimolano la ricerca nella direzione di un confronto che sia immediatamente propositivo senza perdersi nella psicogenesi dei conflitti. Quest'ultima, quanto mai opportuna per l'accompagnamento individuale, spesso deleteria nel lavoro con la coppia.
- ◆ Focalizzarsi sul quotidiano, concreto e attuale, è una via più utile per rendersi conto dello stile di vita, sano o malato, che la coppia si è data, forse senza neanche averlo deciso esplicitamente. Dal modo di gestire la casa (sempre vuota?), decidere le visite ai parenti (tassa da pagare ogni domenica?), organizzare il tempo libero (una volta come dici tu e una come dico io?), andare a prendere i figli a scuola (io no perché non posso, tu sì perché lavori meno di me), usare i risparmi (ognuno per sé e il resto, se rimane, per tutti), stare davanti alla TV (chi ha il potere del telecomando?), e da quanto altro capita durante una giornata, è possibile risalire al genere di film che la coppia sta girando. Nella routine di una giornata sono presenti tutti i riferimenti valoriali e tutte le modalità comunicative di una famiglia. Ogni gesto affettuoso o litigioso rivela, se letto con una lente di ingrandimento e senza perdersi nel dettaglio della cronaca, le questioni fondamentali della nostra personalità, i nostri principi, e l'idea profonda che ci siamo fatti della nostra relazione di coppia. Scegliere dove andare in vacanza può apparire un problema tutto sommato banale. Invece, anche nella gestione delle preferenze (per il mare o per la montagna) si rivela la reale disponibilità ad investire nel noi familiare, si chiarisce lo spazio riservato alla gestione della propria

autonomia e/o dipendenza nei confronti dell'altro, si capisce quanto coinvolgimento affettivo è implicato. Il processo parte dal banale e provoca fino a toccare ciò che in esso è sostanziale per tornare, coscientizzato e rielaborato, ancora una volta sul quotidiano.

- ◆ Niente toccata e fuga. Abbiamo sempre fatto riferimento ad una relazione di accompagnamento. Non sembra possibile, se non in casi particolari, aiutare una coppia (in crisi o no) senza un confronto che preveda un cammino di più incontri. È quanto mai opportuno definire, fin dall'inizio, un percorso su cui poter fare una verifica dei passi fatti e di quelli da compiere successivamente. Il mordi e fuggi, di entrambi (educatore e coppia), toglie in partenza la responsabilità e la disponibilità alla fatica, necessarie per un confronto davvero educativo.