

Configurazioni spaziali del legame intergenerazionale e ciclo di vita della famiglia

di Luigi Baldascini^[1]

Questo intervento è incentrato sui **legami interpersonali** intesi come **sentimenti** che pongono in relazione gli individui tra loro e con il mondo esterno. L'ipotesi vede i sentimenti come una sorta di "ponti relazionali" che dilatano la mente umana estendendola oltre l'intrapsichico in un continuo processo di articolazione con il mondo esterno.

Questo è quanto accade al boscaiolo che costruisce i suoi "ponti relazionali" per correggere continuamente la traiettoria della propria ascia nel mentre colpisce l'albero (Bateson, 1972). Ma i legami interpersonali sono anche il modo che la mente -in quanto sistema autocorrettivo- "usa" per evolvere articolandosi con il mondo esterno. Qualche tempo fa avevo pensato ad una metafora che permettesse di cogliere immediatamente in che modo essi consentono l'evoluzione, ma anche la stasi e l'involuzione. La metafora era riferita alla chimica e precisamente alla tavola periodica degli elementi. La tavola è costruita sul principio che ciascun gruppo di elementi, appartenenti ad una stessa famiglia, pur avendo un peso atomico diverso, si comportano allo stesso modo sul piano interattivo perché hanno una configurazione elettronica simile. Il loro comportamento dipende dalla necessità di raggiungere uno stato di equilibrio che in natura è posseduto solo dai gas nobili (elio, argo, cripto ecc.) che non interagiscono né tra di loro né con gli altri elementi. La configurazione elettronica dei gas nobili è caratterizzata da grande stabilità; tutti gli altri elementi, invece, hanno una stabilità ed un comportamento variabili in ragione della configurazione elettronica dell'ultima orbita. Gli elementi che hanno un elettrone in più rispetto ai gas nobili, per esempio, costituiscono il gruppo dei *metalli alcalini*, che sono gli elementi più reattivi. Essi hanno proprietà fisiche e chimiche molto simili, proprio perché tutti posseggono un solo elettrone nell'orbita più esterna. Cedendo questo elettrone stabiliscono legami particolari con altri elementi per raggiungere la stessa struttura dei gas inerti. Altri gruppi di elementi invece hanno due elettroni in più rispetto ai gas nobili e stabiliscono altri tipi di legami pur di raggiungere lo stato di equilibrio e così via. La stessa cosa, metaforicamente, accade agli uomini che avvertono di essere "insaturi ed instabili" e cercano di raggiungere l'equilibrio attraverso i legami. Sembra che il comportamento umano non si discosti molto da quello degli elementi del sistema periodico: alcuni infatti stabiliscono *legami deboli*, altri *legami forti*, alcuni hanno bisogno di costituire famiglie numerose, altri famiglie con pochi figli o figli unici, altri restano coppie per sempre mentre, altri ancora, hanno bisogno di amanti e così via... Naturalmente dal tipo di legame dipende la capacità di articolazione tra mondo interno e mondo esterno che consente quell'oscillazione sincronica tra l'individuo ed i suoi universi relazionali indispensabile al processo evolutivo (Baldascini 1995).

Se i sentimenti sono prevalentemente legami^[2] dobbiamo chiederci che differenza c'è tra essi e le emozioni. D'accordo con quanti pensano che esista un pool di emozioni di base come la *felicità*, la *tristezza*, la *paura*, la *rabbia*, la cui combinazione dà origine ad emozioni composite (D'Urso V., Trentin R., 1990), riteniamo che queste, quando sono messe in relazione a noi stessi, agli altri e a determinati scopi, generino proprio quei "ponti relazionali" che, abitualmente, chiamiamo **sentimenti**.

Facciamo qualche esempio. Pensiamo alla *felicità* in relazione a noi stessi: ne risulteranno i

sentimenti di auto-compiacimento, di orgoglio, di presunzione, di vanità; consideriamo la *tristezza*: ne risulterà il sentimento di auto-commiserazione, la sensazione abbandonica, di essere un derelitto e così via; pensiamo, infine, alla *paura*: riferita a sé genererà i sentimenti di timidezza, d'impaccio, d'imbarazzo, di umiltà, di vergogna, ecc. Consideriamo adesso le *stesse emozioni riferite agli altri*. La *felicità* in rapporto agli altri può generare i sentimenti di ammirazione, di adorazione, di idolatria, e così via... La *tristezza*, i sentimenti della comprensione, della pietà, della preoccupazione, del dispiacere, ecc. La *rabbia*, i sentimenti di vendicatività, di risentimento, di rancore, d'invidia, di gelosia, ecc. Le stesse emozioni quando sono *riferite ad uno scopo* daranno l'ottimismo, la speranza qualora il pilastro da cui parte il sentimento è la *felicità*; il pessimismo, la rassegnazione, lo sconforto, quando l'emozione di base è la *tristezza* e così via.

Dopo queste note introduttive giungiamo rapidamente al tema centrale dell'intervento: i **legami intergenerazionali**; in quanto legami anch'essi sono sentimenti e, dunque, *ponti relazionali tra noi e la nostra famiglia di origine*. Questa, per ciascuno individuo, rappresenta una vera e propria fucina relazionale fondante i possibili repertori comportamentali, emozionali e razionali. Noi sappiamo, infatti, che i legami intergenerazionale fanno da **matrice** a tutti i rapporti attuali: i vissuti che una persona ha nei rapporti di coppia o con i propri figli o con gli amici o nei rapporti di lavoro o con se stessa spesso sono *tentativi di elaborare, di rivedere, di riparare, di dominare o di cancellare* antichi paradigmi relazionali della propria famiglia di origine. Sono soprattutto i conflitti intrapsichici, generati nelle relazioni significative con la propria famiglia di origine che, nel tentativo di una loro risoluzione interpersonale, trovano una collocazione specifica in quelle attuali. Nel bene e nel male noi tutti confrontiamo automaticamente le persone del presente con figure del passato; ma è nel "male", nella sofferenza, nelle relazioni di dipendenza non ancora risolte, che si perpetuano gli stessi paradigmi relazionali. Quando si sono strutturati conflitti intrapsichici l'individuo può trascorrere anni interi a spiegare, a giustificare, a rimproverare agli amici, al proprio partner, al proprio terapeuta tutta la conflittualità generata nelle relazioni con i genitori, con i fratelli e le altre persone significative.

Whitaker diceva che il mondo è governato dal *transfert*; ma sono le distorsioni del transfert che attualizzano le sofferenze. La sofferenza è la riedizione cronica del dolore e se l'esperienza dolorosa fonda la crescita, quasi certamente, la sofferenza l'arresta. Quando un dolore non viene elaborato dall'apparato cognitivo o non viene controbilanciato da altre esperienze emozionali o, infine, accettato dai comportamenti ritualizzati si cronicizza, si memorizza nelle parti emozionali dei diversi apparati psichici e resta come in agguato, sempre pronto a riaffiorare al momento opportuno, magari quando si ripetono più o meno le condizioni che l'hanno generato.

I partners, in particolare, possono avere reazioni reciproche sviate gravemente dal transfert. Entro certi limiti, tutti tendiamo a considerare gli intimi nei termini delle nostre necessità. Non solo guardiamo le situazioni esistenziali attraverso lo "specchio" del mondo interno, ma facciamo *tentativi attivi* (anche se spesso inconsapevoli) per forzare e cambiare le relazioni attuali in modo che si adattino agli antichi modelli relazionali interiorizzati. Generalmente i *tentativi attivi* iniziano con il fidanzamento: si cerca di cambiare il compagno preparandolo ad affrontare nuovi fidanzamenti e, dunque, nuovi cambiamenti; siamo tutti come in una *grande fabbrica* dove ognuno lavora per un altro; ognuno, durante il fidanzamento, lavora per preparare il proprio partner ad uno stadio di crescita successiva finché, "a preparazione

avvenuta”, non arriva chi calza a pennello, il cosiddetto principe azzurro e la cosiddetta fata turchina con le giuste caratteristiche d'incastro rispetto al mondo interiore del compagno. Così i partners di una coppia si selezionano a vicenda proprio sulla base della riscoperta di aspetti perduti delle proprie relazioni interiorizzate. Il compagno, scelto dal *radar emozionale*, generalmente deve permettere di ricreare il sogno infantile della disponibilità senza condizioni e, allo stesso tempo, deve riproporre gli antichi rancori. E' risaputo infatti che spesso non scegliamo il compagno che vogliamo, ma quello di cui abbiamo bisogno.

Con la nascita della famiglia attraverso i legami intergenerazionali si costituisce un vero e proprio “corpo relazionale familiare” che dovrà portare a termine precisi **compiti formativi ed evolutivi** (Baldascini, 1996).

La famiglia, infatti, si serve dei legami intergenerazionali per trasmettere da una generazione all'altra *i propri codici normativi e morali, emozionali e comportamentali*. Una famiglia che porta a compimento il proprio mandato transgenerazionale non solo trasmette alla generazione successiva i suoi codici ma, al contempo, li adegua al contesto culturale attuale; cosa, questa, che dipende proprio dalla stabilità e dalla forza dei legami intergenerazionali. La famiglia, grazie ad essi, adempie ai propri compiti formativi attraverso le sue tipiche funzioni di **accudimento, di controllo, di elaborazione e di spinta**.

E', infatti, **nell'essere accudito** dalla famiglia che l'individuo trova sostegno e forza per avventurarsi nel *compito originario dell'individuazione: nel trovare cioè i modi per rendere il ciclo della propria vita un'esperienza unica e, al contempo, coerente con la generazione passata*.

La funzione di **elaborazione** invece riguarda prevalentemente gli aspetti cognitivi che contribuiscono a fondare la capacità di comprensione dell'individuo. *La narrazione implicita nel sistema familiare rappresenta la chiave di lettura che ciascuno dei suoi membri utilizza per decodificare quanto accade dentro di sé e nel mondo*. Essa attiene ai valori, ai miti, ai pregiudizi, alle costruzioni di senso proprie di quella determinata famiglia.

La terza funzione, **spingere**, si esplica attraverso il gioco dell'attaccamento e della separazione. La famiglia, grazie a questa funzione, *spinge* l'individuo in spazi esperienziali, fisici ed emotivi, sempre più ampi. Tutto dipende dalla capacità che la coppia genitoriale ha di “lasciare andare” i propri figli, di riconoscere il limite del familiare ed assumere il rischio insito nel superarlo. La *spinta* a cimentarsi nel pericoloso incontro con *l'ignoto* è fondata, fin dalle prime fasi dello sviluppo, all'interno del rapporto con il “familiare”, con il già noto.

Per quanto attiene al **controllo**, infine, sinteticamente possiamo dire che questa funzione *modula* gli scambi della famiglia distribuendo il carico delle angosce esistenziali implicite nel processo evolutivo di ciascuno.

A questo punto, dopo le brevi riflessioni sulle funzioni svolte dalla famiglia attraverso i legami intergenerazionali domandiamoci in che modo questi legami consentono alla famiglia di assolvere ai suoi compiti.

Tutte le funzioni anzidette: l'**accudimento**, il **controllo**, l'**elaborazione** e la **spinta** sono possibili perché i legami intergenerazionali strutturano specifiche configurazioni di rapporto tra l'individuo e la sua famiglia.

In ciascuna di essa viene svolta *una o più funzione* e, al contempo, prendono corpo più **sentimenti** ovvero le diverse *sfumature* del particolare *legame* che ha generato la configurazione. Ognuno di noi, durante il processo evolutivo dovrebbe sperimentare tutte le configurazioni spaziali possibili con la propria famiglia al fine di provare e “memorizzare” quanto viene attivato attraverso di esse. Questa *mobilità intrasistemica* è possibile qualora il legame è sufficientemente elastico da permettere il passaggio da una configurazione all'altra. I legami, in simili casi, strutturano una speciale “rete” protettiva che consente al singolo individuo il movimento e, dunque, la *libertà di esplorare, di cadere, di entrare in crisi: in una parola di cambiare*. La rete può essere intesa come legame di appartenenza a cui si contrappone quello di dipendenza che somiglia invece più ad una sorta di “corda” che blocca, più o meno tenacemente, la famiglia e l'individuo in una determinata configurazione.

La famiglia, dunque, nell'arco del ciclo vitale, dovrebbe essere in grado di stimolare nei propri membri una varietà di *sentimenti adeguati alle diverse circostanze della vita*. In altri termini ciascun individuo dovrebbe sentire la propria famiglia alle spalle, sia in senso protettivo che in senso persecutorio; ma dovrebbe sentirla anche di fronte in senso competitivo; di lato per sperimentare il senso dell'amicizia; in alto per il senso della “devozione” ed, infine, in basso per provare la sensazione di radicamento (Baldascini 1996).

Tale scopo necessita di mobilità intrasistemica. A volte, però, come dicevo prima, accade che tra un membro e la sua famiglia si stabilisca un *legame di dipendenza* realizzando una immobilità in una specifica configurazione. In simili casi viene stimolata una sola gamma di sentimenti ad essa collegati, evento questo che potrebbe avere anche conseguenze patologiche. Facciamo un esempio: un genitore, tra i suoi tanti compiti, deve, entro certi limiti, anche **controllare** il figlio; questo controllo presuppone una particolare attenzione alle scelte dei compagni, ai suoi interessi, ai suoi atteggiamenti di fronte alle difficoltà, ecc., esso presuppone una configurazione di rapporto in cui *l'individuo sente la propria famiglia alle sue spalle*. La sensazione persecutoria che ne deriva, fino ad un certo punto, potrebbe risultare utile all'individuo affinché non sia troppo indifeso e sprovveduto rispetto al mondo esterno. Il problema, però, sorge qualora questa configurazione si escluda attraverso un legame di dipendenza: in simili casi, infatti, essa potrebbe comportare alte quote di persecutorietà fino a sostenere veri e propri deliri.

Per tutte le altre configurazioni il ragionamento è simile: prendiamo quella *laterale*; abbiamo detto che essa può essere molto utile a stimolare il *sentimento di amicizia* indispensabile alla funzione di **elaborazione**; ma, risulta facilmente intuibile che, qualora questa configurazione si irrigidisce, può condurre l'individuo verso problematiche di grave timidezza nel confronto con il mondo esterno. Sono questi i casi in cui i ragazzi sembrano potersi fidare solo con un genitore e con difficoltà avere altre amicizie tra i coetanei. *Lo stesso discorso vale per le configurazioni in alto ed in basso*; nella prima la famiglia svolge soprattutto la funzione di **accudimento**; essa risulta indispensabile perché l'individuo ricavi il senso di sicurezza ed una certa fierezza di appartenere a quella famiglia, ma qualora si assolutizza potrebbe alimentare e sostenere sentimenti di mitizzazione e di venerazione patologica. *All'ultima configurazione, quella delle radici*, è legata la funzione di **spinta** che è la più difficile da attraversare; noi tutti, infatti, deriviamo dai nostri genitori e se vogliamo realmente crescere dobbiamo avere la capacità di riportarli laddove stanno le nostre radici, e “usarli” come terreno fertile su cui impiantare la nostra crescita. Inutile dire che quando questa operazione non riesce, ed il soggetto non accetta la “morte” dei propri cari, si possono generare notevoli

quote di angosce di separazione con depressioni ed altre forme di psicopatologie anche molto gravi.

Fin quì la teoria; chiediamoci, adesso, quali possono essere le implicazioni cliniche di questi concetti?

Le ipotesi dei legami come “ponti interpersonali” sul piano operativo *implica*, in certi casi, il loro rinforzo con sostegni validi per consentire il passaggio dei “mattoni giusti” necessari a sanare e modificare i tratti di personalità ferita mentre, in altre circostanze, la loro demolizione per tentare di ripristinare nuovi contatti più idonei all’impresa evolutiva. In alcune situazioni psicopatologiche, infatti, i legami intergenerazionali saturano tutti gli spazi interni dell’individuo formando una continuità spaziale che tende a chiudere ogni eventuale accesso con difficoltà, da parte del terapeuta, di entrare in contatto con il paziente. Tuttavia, per fortuna, nella maggior parte dei casi clinici il legame ha una sufficiente elasticità da consentire la ripresa della **mobilità** tra le diverse configurazioni. E’ pleonastico dire che molte sono le variabili che entrano in campo nel nostro *lavoro psicoterapeutico*. Quì, però, coerentemente con quanto è stato espresso finora mi sembra utile considerare la *questione del transfert* e dirò subito perchè: esiste una sostanziale differenza dell’uso del transfert in rapporto all’epistemologia di riferimento; nel setting individuale ad orientamento analitico, per esempio, il transfert viene accettato e analizzato (controtransfert) dal terapeuta con l’aspirazione di restituirlo al mittente “sanato” dalle “impurità” originarie; nella psicoterapia familiare invece viene rimandato alle fonti, ovvero alle persone significative del passato con cui fu stabilito il legame di dipendenza. Questa operazione, come sappiamo, può essere facilitata dal contesto grupppale familiare e dalla presenza in terapia di generazioni diverse ma presuppone una costante attenzione a tutti gli indizi che consentono di:

1) *verificare l’esistenza di legami intergenerazionali nelle relazioni attuali;*

2) *ridurre il loro transfert nelle interazioni presenti;*

3) *aiutare ciascun componente della famiglia a riappropriarsi degli effetti del legame intergenerazionale.*

Rispetto al 1° punto: *Ipotizzare legami intergenerazionali* possiamo dire che invece di elaborare le introiezioni infantili attraverso la relazione con il terapeuta, con la presenza dei genitori, dei fratelli e delle sorelle i problemi possono essere opportunamente ricondotti alle fonti originali, fornendo così un accesso diretto a fattori causali di primaria importanza. Man mano che si riesaminano i vecchi conflitti familiari, le antiche esperienze dei figli adulti sono rivissute e valutate dal punto di vista dell’adulto consapevole con la possibilità di chiarire le incomprensioni e le percezioni distorte dell’infanzia (Framo, 1996).

Rispetto al 2° punto: *Limitare il transfert dei legami intergenerazionali nelle interazioni presenti* possiamo invece dire che il contesto delle sedute intergenerazionali dà ai membri della famiglia il permesso di affrontarsi con questioni dolorose e difficili che erano sempre state evitate; il setting sicuro permette uno scambio franco su argomenti proibiti. Arrivare a conoscere i genitori come persone reali, affrontarli e rimproverarli senza perderli, rendersi conto di ciò con cui i genitori hanno lottato nella propria vita, venire a patti con le loro carenze, perdonarli ed esprimere loro amore - tutti questi eventi combinati- aiutano a *liberare energie* psichiche che possano essere investite nelle relazioni attuali.

I genitori, d'altro canto, sollevati dalla nuova intesa con i figli adulti e dal fatto che non li perderanno, acquisiscono maggiori capacità di mettersi in relazione con loro come persone separate a buon diritto. A livello del sistema familiare, le sedute di solito riparano i drastici distanziamenti familiari, hanno effetti a cascata sulla famiglia estesa, diminuiscono l'ansia nella famiglia ed esitano in un bilanciamento vicinanza-distanza tra i membri della famiglia più volontario che obbligatorio...

Per il 3° punto: *Aiutare ciascun componente a riappropriarsi degli effetti del legame intergenerazionale* dobbiamo, infine, aggiungere che queste sedute possono essere effettivamente utili per aiutare i partners a reinternalizzare quelle parti di sé che sono state proiettate sul coniuge, con il risultato di metterli in grado di gestire ambivalenza e aggressività in modo meno distruttivo. Gli individui che cambiano atteggiamento verso i genitori e i fratelli vengono abbondantemente ricompensati perchè di solito acquistano una migliore capacità di mettersi in relazione con il partner, i figli, gli amici, e anche con i colleghi di lavoro.

Prima di concludere questo intervento vorrei fare un'ultima considerazione soprattutto per ridimensionare l'enfasi che ho dato e che generalmente viene data alla famiglia di origine nella genesi delle nostre difficoltà attuali:

In questo saggio è stato espresso a più riprese che la famiglia d'origine è la forza più potente nell'organizzare e strutturare le successive esperienze e scelte di vita dei propri componenti, ma se questa è una verità indiscutibile dobbiamo anche dire che molte *altre influenze* condizionano l'essere umano. Ci possono essere, per esempio, esperienze positive con qualcuno al di fuori della famiglia prossima, come un parente meno vicino, un insegnante, un amico, il gruppo dei coetanei, la realizzazione professionale o altri successi ancora che compensano gli effetti deleteri della famiglia di origine. Gli individui, inoltre, a volte possono attenuare il danno derivante da famiglie gravemente disturbate grazie ad un particolare talento artistico, scolastico, sportivo oppure per il potere risanante di un buon matrimonio od anche per la felice esperienza di generare figli. Nella vita, infatti, può accadere di tutto: pure che i figli aiutino i genitori a "crescere".....

Bibliografia

Baldascini L. (a cura di), *Le voci dell'adolescenza*, Angeli, Milano, 1995.

Baldascini L., *Vita da Adolescenti*, Angeli, Milano, 2° ediz. 1996.

Bateson G., *Verso un'ecologia della mente*, Adelphi, Milano, 1976.

D'Urso V., Trentin R., (a cura di) *Psicologia delle emozioni*, Il Mulino, Bologna, 1990.

Framo J., *Terapia intergenerazionale*, Cortina, Milano, 1996

[1]Direttore dell'Istituto di Psicoterapia relazionale di Napoli

[2] La nostra ipotesi vede i sentimenti anche come "ponti relazionali intrapsichici" che articolano in modo più o meno armonico gli aspetti interiori dell'essere umano. E' nostra opinione che tutti i sistemi intrapsichici siano interconnessi da queste "strutture relazionali" (cfr. Baldascini 1996).

