Dalla comunicazione disfunzionale alla comunicazione ecologica: un diritto fondamentale dei figli nella separazione dei genitori

Annunziata Rizzi

Sommario: 1. Premessa - 2. La famiglia come sistema - 3. Il processo di separazione tra fisiologia e patologia - 4. La comunicazione disfunzionale e la "programmazione" del figlio - 5. Il diritto dei figli a una comunicazione "ecologica" - 6. La comunicazione ecologica nei percorsi di sostegno alla genitorialità.

1. Premessa

Nonostante i profondi cambiamenti che hanno segnato la struttura della famiglia, essa continua ad assolvere funzioni fondamentali esercitando un'influenza decisiva nell'indirizzare lo sviluppo individuale verso traiettorie di benessere o di disagio. La famiglia può costituire un fattore di protezione dal rischio e di promozione di uno sviluppo sano se al suo interno si vivono relazioni *enabling* che incoraggiano le potenzialità dei figli e facilitano la costruzione identitaria; altrimenti può rappresentare una fonte di rischio se sono presenti relazioni *constraining* che ostacolano i processi di differenziazione e individuazione (Caprara, Scabini, 2000, p. 69).

2. La famiglia come sistema

Il gruppo familiare può essere inteso come "*un sistema gerarchicamente strutturato in sottosistemi definiti in base a funzioni diverse quali la coniugalità (rapporto tra genitori come partner), la genitorialità (rapporto di ciascun genitore con il figlio) o la co-genitorialità (rapporto dei partner come genitori)*" (Malagoli Togliatti e Mazzoni, 2006, p. 3).

Molte ricerche hanno individuato nell'ostilità e nella competitività all'interno del sistema co-parentale e nel coinvolgimento genitoriale sbilanciato due fattori di rischio predittivi di disturbi internalizzanti ed esternalizzanti nella prole.

La dimensione comunicativa nell'interazione familiare è una variabile fondamentale per il benessere degli individui (Watzlavick, Beavin, Jackson, 1967; Walsh, 1995) e può rappresentare un fattore ostacolante o facilitante i processi evolutivi individuali e sistemici.

Già agli albori della terapia familiare Haley (1963) ha individuato nel "*triangolo perverso*", ovvero nella coalizione tra due soggetti appartenenti a generazioni diverse a discapito di un terzo, un fattore di sviluppo psicopatologico.

Successivamente Minuchin (1974) ha descritto tre tipi di triadi rigide: la triangolazione (due genitori in conflitto tentano di procacciarsi la complicità del figlio), la coalizione (un genitore è chiaramente dalla parte del figlio contro l'altro genitore) e la deviazione (il figlio diviene il capro espiatorio dei genitori).

Le interazioni familiari vanno valutate secondo cinque dimensioni: organizzazione (*leadership*, organizzazione dei sottosistemi e dinamica della comunicazione), risonanza (la disponibilità o la distanza psicologica ed emotiva fra i membri di una famiglia), stadio di sviluppo (fase del ciclo vitale della famiglia), paziente designato (il bersaglio della negatività della famiglia) e strategie di risoluzione del conflitto (negazione, evitamento, diffusione, emergenza del conflitto senza soluzione, emergenza del conflitto con soluzione) (Horigian *et al*, 2004).

Da tutto ciò consegue che per comprendere le dinamiche familiari e come queste si ripercuotano sul benessere del figlio sia necessario analizzare la relazione coniugale, la relazione parentale e la relazione co-parentale.

3. Il processo di separazione tra fisiologia e patologia

La separazione si innesta sempre su disfunzioni comunicative tra i membri della coppia e assume le caratteristiche di un processo mentale che ripercorre le fasi del lutto. Sia per l'adulto che per i figli, infatti, lo *shock* iniziale è seguito dalla negazione e poi dalla rabbia. Affinché il processo separativo si concluda positivamente si deve attuare il cosiddetto «divorzio psichico» in seguito al quale i *partner* riescono a distaccarsi dagli investimenti emotivi, affettivi e addirittura identitari implicati nel progetto di coppia.

Se l'individuo rimane fermo allo *shock* iniziale o alla fase della rabbia non riuscirà a cogliere le opportunità di crescita aperte dalla separazione avviandosi verso un legame di tipo "*disperante*" (Cigoli, 1998). Il legame disperante può assumere la forma di un"*doppio legame*"[1]: da una parte la relazione non può andare avanti perché fonte di sofferenza; dall'altra non può essere spezzata perché questo sarebbe eccessivamente angosciante. Vengono così attuate strategie di mantenimento e di attacco al legame attraverso la perpetuazione del conflitto o addirittura attraverso "*modalità scissionarie e proiettive che cercano di cancellare e persino denegare la storia e la propria partecipazione alla stessa"* (Andolfi M., 1999, p. 404).

In quest'ultimo caso l'*ex partner* viene trasformato in oggetto persecutorio. In queste situazioni viene compromessa anche l'area della genitorialità poiché i figli sono chiamati ad agire a livello sistemico al fine di protrarre e perpetuare il conflitto.

4. La comunicazione disfunzionale e la "programmazione" del figlio

L'essere coinvolti nella conflittualità rappresenta per il bambino e l'adolescente un fattore di rischio evolutivo in grado di provocare disturbi psicofisici, relazionali e comportamentali.

L'arena del conflitto è essenzialmente la comunicazione all'interno del sistema familiare, anche quello allargato. L'alienazione, intesa come processo finalizzato all'esclusione di un genitore dalla vita del figlio e, addirittura, alla distruzione della figura stessa del genitore nella mente del figlio, viene attuata attraverso vere e proprie tecniche di "*programming*" (Gulotta, Cavedon, Liberatore, 2008). Alcune di queste tecniche incidono sulle opinioni del figlio facendo leva sulle sue emozioni e sul suo senso di lealtà. Tra esse troviamo la negazione dell'esistenza psicosociale del genitore, la negazione della critica verso il genitore (o manovra di neutralità), la distruzione dell'immagine del genitore, la manipolazione della situazione, il marcamento delle differenze, l'induzione di alleanza, la creazione di alleanze con persone frequentate dal figlio, l'induzione del senso di colpa, l'induzione del dubbio, l'induzione della paura, la ricostruzione della realtà, la punizione e la ricompensa, la promessa, la mistificazione, il raccontare aneddoti sfavorevoli al genitore bersaglio, la soddisfazione di desideri del

[1] Il doppio legame indica una situazione in cui un soggetto si trova in una relazione essenziale per la sopravvivenza, riceve un messaggio dal quale si aspetta determinate conseguenze, riceve simultaneamente un secondo messaggio collocato a un altro livello che contraddice il primo messaggio, non può commentare l'incompatibilità dei due messaggi, non può rifiutarsi di rispondere a questa comunicazione né fuggire dal campo d'azione. (Nardone, Salvini, 2013, p. 250). Solitamente il secondo messaggio si colloca a livello di meta-comunicazione. Nel contesto del legame disperante il soggetto è intrappolato in una situazione senza apparente via d'uscita (né con te né senza di te), qualsiasi cosa faccia soffrirà, qualsiasi cosa faccia sbaglierà.

figlio disapprovati dal genitore bersaglio, la "sgenitorializzazione", la "meta-comunicazione" (Gulotta *et al*., op. cit. p. 51-52). Queste tecniche sono riassumibili in quattro tipi di dinamiche: la "sgenitorializzazione", per cui ad esempio il genitore bersaglio può essere indicato con il nome proprio o con un aggettivo (ad es. "quello") oppure gli elementi che riconducono a lui, come foto o regali, sono eliminati; la "meta-comunicazione" che mira a creare doppi legami; costringere il figlio a prendere posizione; enfatizzare il proprio ruolo educativo a discapito dell'altro genitore (*ibidem*, p. 53).

Appare fondamentale sottolineare come il genitore alienante agisca soprattutto attraverso canali *extra*-verbali attuando una forma di *mistificazione* che espropria il figlio delle proprie opinioni, delle emozioni e dei sentimenti. Le strategie comunicative, come osservato da Gulotta (op. cit.), somigliano alle tecniche di induzione ipnotica facendo si che il messaggio alienante contenga anche il meta-messaggio che impedisce che il messaggio stesso sia riconosciuto come un ordine.

5. Il diritto dei figli a una comunicazione "ecologica"

La profonda sofferenza dei figli, generata da questa comunicazione disfunzionale e spesso patologica, implica la necessità di interventi di protezione e tutela da parte delle istituzioni.

I genitori vanno aiutati a trovare una nuova dimensione familiare che lasci spazio all'esercizio congiunto della genitorialità in cui entrambi siano interlocutori affidabili per i bisogni evolutivi dei figli. In questo contesto si inserisce la "*Carta dei diritti dei figli nella separazione dei genitori*"[2] come validissimo ausilio per i genitori, per gli operatori psico-sociali, per i giuristi ma, soprattutto, per i figli. Tutti i diritti enucleati negli articoli della Carta potrebbero essere riassunti in un unico ampio diritto, quello ad una "*comunicazione ecologica*" in ambito familiare.

Come si è detto, la battaglia tra genitori si combatte attraverso le armi della comunicazione patologica; pertanto solo una comunicazione orientata all'applicazione dei principi ecologici può rappresentare un antidoto ai conflitti distruttivi. Il termine stesso "*ecologia*", derivato da "*oikos*" (casa), richiama alla consapevolezza che il benessere deriva dall'equilibrio tra il Sé e l'Altro, sostanzialmente dall'*intersoggettività* che, in ambito familiare, è intesa come "*capacità dei componenti del gruppo familiare di comunicare e di comprendere le intenzioni, le motivazioni e i significati dell'altro*" (Malagoli Togliatti e Mazzoni, 2006, p. 39).

La comunicazione ecologica si riferisce all'"*applicazione dei principi ecologici alle relazioni umane: coltivare le risorse di ogni persona, rispettare la diversità e nello stesso tempo mantenere una coesione globale in modo che le persone possano agire insieme per un obiettivo comune. Come nella natura, così tra gli esseri umani c'è un equilibrio tra bisogni individuali e crescita della totalità. Pertanto le parole chiave nella comunicazione ecologica sono: "risorse", "crescita", "individualità" e totalità"*" (Liss, 1992, p. 9).

Le parole chiave della comunicazione ecologica sembrano attagliarsi perfettamente ai diritti dei figli nella separazione dei genitori.

Il figlio è *risorsa* per i genitori poiché, attraverso l'ascolto attento ed empatico, essi possono coglierne punti di vista, bisogni, vissuti, al fine di strutturare in maniera adeguata le modalità di gestione della co-genitorialità. In una visione più ampia, tutti i membri della relazione comunicativa sono "*risorse*" grazie alla specifica prospettiva da cui vivono il processo separativo.

La comunicazione ecologica garantisce la "*crescita"* armonica del figlio che viene rispettato per la sua età e per i suoi fisiologici limiti alla comprensione di alcune dinamiche. Tuttavia, l'intero nucleo familiare è messo nelle condizioni di "crescere" dopo un evento critico maturando nuove capacità di *coping* e sviluppando resilienza.

Il rispetto dell'"*individualità*" è garantito dalla personalizzazione della comunicazione, dalla possibilità di esprimersi senza rischi di squalifica, dalla possibilità di vedere riconosciuta la propria visione degli eventi. Allo stesso modo, la comunicazione ecologica rispetta l'individualità e favorisce l'evoluzione di ogni membro della famiglia senza che una parte subisca danno a vantaggio di un'altra.

[2] Autorità garante per l'infanzia e l'adolescenza, 2018.

Infine la "*totalità*" è espressa nella possibilità che ogni membro si senta parte del sistema familiare senza che questo significhi perdersi in una simbiosi annichilente.

Gli strumenti della comunicazione ecologica si fondano sul decentramento (acquisizione della doppia prospettiva Sé-Altro), sull'empatia corporea, sull'utilizzo della prossemica e dei marcatori vocali di ascolto, sull'ascolto attivo, sull'Io-messaggio, sulla richiesta del *feed-back*, sul *problem-solving*.

La comunicazione ecologica evita il dogmatismo, il moralismo, la monopolizzazione, le polarizzazioni "bianco-nero", aiuta a mantenere concreta la discussione, incoraggia tutti i membri a intervenire, evita di deviare eccessivamente dal tema, facilita l'assunzione di responsabilità evitando la mancata realizzazione di un'azione promessa, trasforma i giudizi in suggerimenti positivi.

In sostanza si pone come strumento efficace per impedire l'*escalation* del conflitto e per trasformare il conflitto stesso in opportunità cercando il "potenziale positivo" e adottando il pensiero multifattoriale (Liss, op. cit.).

6. La comunicazione ecologica nei percorsi di sostegno alla genitorialità

La comunicazione ecologica può fare parte di percorsi di sostegno alla genitorialità necessari quando la fisiologica transizione determinata da una separazione si blocca con ripercussioni sulla funzione genitoriale stessa. Gli interventi di sostegno alla genitorialità, nei vari contesti in cui possono essere svolti, condividono l'obiettivo di favorire proprio le transizioni normative e paranormative del ciclo vitale familiare (Malagoli Togliatti, Tafà, 2005).

Questi interventi vanno a supportare tutte le funzioni genitoriali fondamentali: protettiva, affettiva, regolativa, normativa, predittiva, rappresentativa, significante, fantasmatica, proiettiva, differenziale, triadica, trans generazionale (Visentin, sul web).

Il genitore potrà offrire risposte adeguate ai bisogni di protezione fisica e di sicurezza del bambino, sarà in grado di vivere emozioni positive con il proprio figlio, potrà regolare i propri stati emotivi e quelli del figlio, sarà capace di dare dei limiti e una struttura di riferimento, riuscirà a percepire in modo realistico lo stadio evolutivo del bambino, potrà modificare le proprie rappresentazioni in base alla crescita del figlio, darà una cornice di senso alle esperienze del bambino, vivrà una ricca vita fantasmatica, tollererà l'individuazione e l'autonomia del figlio nonostante le normali proiezioni narcisistiche, sarà capace di avere con l'altro genitore un'alleanza cooperativa, integrerà le diverse modalità genitoriali, immetterà il figlio dentro una storia familiare.

* Psicologa, psicoterapeuta e mediatrice familiare