

Costruire in due

PERIODICO DI CULTURA FAMILIARE

IN QUESTO NUMERO:

**Dal Sinodo per la famiglia
al Sinodo sui giovani**

**Ragionar di politica e di economia:
dalla demagogia alla complessità**

Dialogare con il corpo

Quando ci sfiora l'ala della morte



COSTRUIRE IN DUE
Periodico di cultura familiare
Anno XLIX - numero 2 - 2° semestre
Maggio/Settembre 2019

Aut. Trib. Torino n. 2057 del 31-1-1970
Sped. in Abb. Post.

Direttore responsabile:
Alberto Riccadonna

Redazione:
Alberto Castellaro, Anna Maria Foglizzo,
Costantino Gilardi, Mariella Piccione.

Fotografie:
Archivio Atmosfera
Archivio Punto Familia

Progetto grafico e impaginazione:
ATMOSFERA Comunicazione & Immagine
Torino

Stampa:
A.G.V. - Torino

Questo numero di "Costruire in due"
esce con una tiratura di 5.000 copie.

puntofamilia

Via G. Casalis, 72 - 10138 - Torino
Tel. e fax 011.44.75.906
e-mail: puntofamilia@libero.it
www.puntofamilia.it

Quota annuale 2019 € 15,00
CCP 37446101

Per consulenze in ambito psicologico,
legale, etico, ginecologico
e sessuologico è a vostra disposizione
il **CONSULTORIO**
dalle ore 15 alle ore 19
Per prenotazioni: 011.447.81.25

Editoriale

Questo numero esce dal consueto profilo monografico per toccare una pluralità di argomenti, tutti di spessore.

L'apertura è affidata a don Andrea Bozzolo, autore di numerose pubblicazioni sul matrimonio, sulla famiglia e su temi educativi. Il teologo salesiano, che ha presenziato in qualità di esperto sia ai due Sinodi sulla Famiglia che al Sinodo dei Giovani, ricupera per noi il fil rouge che unisce i tre eventi assembleari: una continuità che forse è sfuggita ai più, ma che è chiara testimonianza dell'attenzione premurosa che la Chiesa di papa Francesco riserva alla famiglia e ai giovani, cuore della Chiesa di oggi e soprattutto di domani.

Piercarlo Frigero, vecchio stimato amico di Punto Familia, ci mette in guardia rispetto alle "terribili semplificazioni" agite dalla politica di oggi sotto forma di slogan e frasette ad effetto diffuse a raffica sui social, "cinguettii di polemica spicciola senza approfondimenti" (pag.10). Certamente politica ed economia sono realtà complesse, ma questa strategia non aiuta a comprendere la complessità: semmai è vero il contrario.

L'ultima delle serate pensate dal Direttivo per coloro che a vario titolo frequentano l'Associazione ed aperte agli amici degli amici, cioè a tutti, ha riguardato il mondo del tango. Ivano Calaon, psicologo nostro collaboratore, e Ileana Buzzi, maestra di tango, hanno guidato il pubblico a scoprire come il tango possa essere metafora delle dinamiche che le coppie, per lo più inconsciamente, mettono in atto nella loro relazione. Una utile riflessione che viene riproposta in queste pagine.

In chiusura Paola Amasio, psicologa, anche lei collaboratrice di Punto Familia, affronta il difficile tema dell'elaborazione del lutto. La nostra società tende a cancellare la realtà della morte, la esorcizza cercando di occultarla, di allontanarla dalle menti e dalla consapevolezza della sua ineluttabilità. I bambini vengono esclusi dai riti funebri con l'intento di proteggerli. Ma la morte esiste, i nostri cari ci precedono e ci lasciano a far i conti con la loro assenza. La psicologa propone un percorso di gruppo per elaborare l'esperienza del lutto.

Dunque un paniere ricco di idee e di proposte.

Punto Familia riparte dopo la pausa estiva con attività vecchie e nuove. Vi aspettiamo!

Per la redazione
Mariella Piccione

FAMIGLIA E CHIESA

4 DAL SINODO PER LA FAMIGLIA AL SINODO SUI GIOVANI

Andrea Bozzolo

Famiglia e giovani sono al cuore della premura pastorale che la Chiesa di papa Francesco sta ponendo in atto.

FAMIGLIA E SOCIETÀ

10 RAGIONAR DI POLITICA E DI ECONOMIA: DALLA DEMAGOGIA ALLA COMPLESSITÀ

Piercarlo Frigero

Di fronte a una realtà complessa la tentazione è di semplificare, ma slogan e dichiarazioni di propaganda sono fuorvianti.

VITA DI COPPIA

12 DIALOGARE CON IL CORPO

Ivano Calaon - Ileana Buzzi

Appunti sulla vita di coppia dal mondo del tango.

VITA VISSUTA

16 QUANDO CI SFIORA L'ALA DELLA MORTE

Paola Amasio

Quando muore una persona cara lo smarrimento è grande. Si apre il tempo del lutto, un frangente della vita sempre difficile da attraversare, tanto più difficile quanto più si è soli.

Dal Sinodo per la famiglia al Sinodo sui giovani

Famiglia e giovani sono al cuore della premura pastorale che la Chiesa di papa Francesco sta ponendo in atto.

don Andrea Bozzolo sdb - Facoltà di Teologia
Sezione di Torino - Università Pontificia Salesiana

L'orizzonte della partecipazione

La celebrazione della XV Assemblea Ordinaria del Sinodo dei vescovi sul tema *I giovani, la fede e il discernimento vocazionale* si pone in stretta continuità con i due precedenti sinodi sulla famiglia. Nella scelta dei temi assegnati alle assemblee sinodali pare infatti abbastanza evidente l'intenzione di papa Francesco di mettere al centro dell'attenzione non prima di tutto dei temi della fede, da ripensare nei loro contenuti e nelle forme della pratica pastorale, ma dei soggetti ecclesiali da risvegliare nella loro attiva partecipazione al cammino della Chiesa.

Per quanto le famiglie, il cammino sinodale loro dedicato ha evidenziato l'esigenza improrogabile che la comunità cristiana renda le proprie strutture più permeabili alla loro esperienza, così da presentarsi in modo più trasparente come il popolo di Dio che vive in un territorio; e viceversa che le famiglie riconoscano la comunità come spazio vitale entro cui vivere la propria storia, superando la forte tentazione del ripiegamento nel privato cui le espone la no-

stra cultura. Si tratta dunque di un duplice movimento – la comunità verso la famiglia e la famiglia verso la comunità – di cui proviamo a precisare il significato.

Sul primo versante, come ripetutamente affermato da papa Francesco, le diverse istituzioni ecclesiali devono fare ogni sforzo per correggere la tendenza a strutturarsi come “agenzie di servizi religiosi”, entro cui operatori, spesso qualificati e generosi, spendono le proprie energie. Se la parrocchia o altre istituzioni ecclesiali diventano strutture prolisse, separate dalla gente e preoccupate in modo autoreferenziale della propria sussistenza, possono forse offrire servizi efficienti, ma certamente non realizzano quel tessuto comunione di incontro e testimonianza, che è il segno della presenza del Signore e dell'azione del suo Spirito. Uno dei principali elementi cui una sinodalità familiare invita concerne dunque *la necessità di recuperare un cristianesimo domestico*, che abiti il tessuto delle relazioni quotidiane e dia forma ai legami che vi si vivono: l'insistenza di papa Francesco sull'alleanza tra le generazioni, sul tesoro che i nonni possono trasmettere ai nipoti, sulla cura che bisogna avere per i più

deboli e i più fragili va appunto in questa direzione. Se la fede non prende realmente corpo nella rete di relazioni che trova nel patto nuziale tra uomo e donna il suo snodo essenziale, essa finisce per declinarsi puramente come idea, ispirazione, messaggio, ma non come accoglienza della vita divina che si dona “circolando” in mezzo a noi.

Il secondo versante, speculare al primo, consiste nell'esigenza che *la comunità ecclesiale inviti in modo più coraggioso e attraente le famiglie a uscire dall'isolamento* verso cui le spinge una cultura individualistica, aiutandole ad aprirsi all'esperienza della condivisione e dell'accoglienza. Una famiglia isolata, infatti, è una famiglia indebolita. Nella società occidentale la famiglia sta conoscendo una forte spinta alla marginalizzazione. Essa non è più riconosciuta come il fondamento da cui sorge la società, ma viene rappresentata come un sottosistema affettivo, in cui vivere la propria *privacy*. La famiglia è così spogliata del suo compito di iniziare alla lettura della realtà, di realizzare il processo di tradizione della cultura e della fede. Se essa cede a questo riflusso nel privato, a pensarsi “per se stessa”, a sognarsi romanticamente come una coppia



felice nel proprio benessere, essa è già sconfitta in partenza. La sua vocazione invece è quella di introdurre nel mondo la fraternità. Occorre aiutarla a costruire comunità, a interagire con altre famiglie, a essere aperta nei confronti delle sofferenze e dei bisogni degli altri, a promuovere forme concrete di aiuto e di testimonianza nei diversi ambiti della vita sociale. L'amore che circola nella famiglia deve insomma essere messo a servizio di terzi: solo così esso si conserva nella sua freschezza e verità.

Il passaggio con cui la singola istituzione ecclesiale diventa meno “agenzia di servizi” e più comunità e il cammino con cui la famiglia diventa meno “coppia privata” e più rete di famiglie in comunione si possono realizzare solo insieme, attuando effettivamente uno di quei processi sinodali che concorrono in modo vitale alla riforma della Chiesa e alla sua conversione missionaria.

Una pastorale sinodale: non solo “destinatari”

Sulla stessa lunghezza d'onda si è mossa anche l'Assemblea sinodale

dedicata ai giovani. Essa ha potuto beneficiare, in vari modi, di un loro diretto coinvolgimento attraverso un'ampia consultazione *on line*, un cammino di ascolto realizzatosi nelle singole Chiese, una riunione presinodale che ha radunato alcune centinaia di giovani da ogni parte del mondo e la partecipazione di una quarantina di loro alla stessa Assemblea dei vescovi. Ciò ha consentito alla riflessione ecclesiale di non prendere la piega rischiosa di una riflessione dei pastori *sui* giovani, ma di declinarsi veramente come un dialogo *con* loro: un dialogo intergenerazionale ricco di stimoli e di apporti. Per questo i Padri sinodali hanno riconosciuto con franchezza che

I giovani cattolici non sono meramente destinatari dell'azione pastorale, ma membra vive dell'unico corpo ecclesiale, battezzati in cui vive e agisce lo Spirito del Signore. Essi contribuiscono ad arricchire ciò che la Chiesa è, e non solo ciò che fa. Sono il suo presente e non solo il suo futuro. [...] Talvolta la disponibilità dei giovani incontra un certo autoritarismo e sfiducia di adulti e pastori, che non rico-

noscono a sufficienza la loro creatività e faticano a condividere le responsabilità (Documento finale del Sinodo, n. 54).

Ispirandosi alle figure bibliche della Maddalena, che al mattino di Pasqua si reca al sepolcro e con la sua corsa apre la strada agli apostoli, e del Discepolo Amato, che essendo più giovane giunge alla tomba prima di Pietro, i vescovi hanno affermato che «il dinamismo giovanile è un'energia rinnovatrice per la Chiesa, perché la aiuta a scrollarsi di dosso pesantezze e lentezze e ad aprirsi al Risorto». I giovani infatti «sono portatori di un'inquietudine che va prima di tutto accolta, rispettata e accompagnata, scommettendo con convinzione sulla loro libertà e responsabilità. La Chiesa sa per esperienza che il loro contributo è fondamentale per il suo rinnovamento. I giovani, per certi aspetti, possono essere più avanti dei pastori». D'altro canto, l'atteggiamento del Discepolo Amato, che attende Pietro e lo lascia entrare per primo nel sepolcro, «indica che è importante restare collegati con l'esperienza degli anziani, ricono-



scere il ruolo dei pastori e non andare avanti da soli» (n. 66). La valutazione di fondo emersa nel dialogo sinodale, dunque, è stata che la domanda che i giovani rivolgono alla Chiesa non riguarda prima di tutto nuove attività o nuovi servizi, ma un diverso stile, più fraterno e partecipativo, più dialogico ed empatico, più relazionale ed ospitale. I giovani desiderano, insomma, una Chiesa più sinodale, in cui fare l'esperienza di camminare insieme come discepoli, condividendo sfide e domande, linguaggi ed esperienze. Dove questo non avviene, si crea un'insanabile distanza che paralizza la trasmissione della fede e impoverisce la capacità di affrontare il futuro. Capita allora che il fiume della vita dei giovani scorra semplicemente a lato degli ambienti ecclesiali, mentre la vita evangelica di tanti preti, suore e laici si sviluppa dentro strutture un po' chiuse, che la nascondono alla maggior parte del mondo giovanile. Occorre dunque a tutti i livelli – fa-

miliare, comunitario, ecclesiale – un rinnovato stile di accompagnamento, che può trovare luminosa ispirazione nel racconto di Emmaus che il Sinodo ha scelto come immagine guida delle sue riflessioni. In quella pagina Luca racconta che il Risorto ha saputo anzitutto farsi vicino ai due pellegrini, camminare sulla loro strada, anche se si stavano allontanando da Gerusalemme e dagli eventi pasquali, ascoltare pazientemente i loro discorsi, chiedendo loro: «Che cosa sono questi discorsi che state facendo tra voi lungo il cammino?» (Lc 24,17). I vescovi però hanno riconosciuto che non sempre la Chiesa sa esprimere verso i giovani questo stile di accompagnamento del Signore. «Prevale talora la tendenza a fornire risposte preconfezionate e ricette pronte, senza lasciar emergere le domande giovanili nella loro novità e coglierne la provocazione» (n. 8). Lo stimolo del Sinodo va dunque nella direzione di una sinodalità con i giovani, di una rinnovata tensione a camminare insieme.

La partecipazione responsabile dei giovani alla vita della Chiesa non è opzionale, ma un'esigenza della vita battesimale e un elemento indispensabile per la vita di ogni comunità. Le fatiche e fragilità dei giovani ci aiutano a essere migliori, le loro domande ci sfidano, i loro dubbi ci interpellano sulla qualità della nostra fede. Anche le loro critiche ci sono necessarie, perché non di rado attraverso di esse ascoltiamo la voce del Signore che ci chiede conversione del cuore e rinnovamento delle strutture (n. 116).

Solo creando al proprio interno questo clima di dialogo e questa cultura dell'incontro e dell'integrazione, peraltro, la comunità cristiana saprà esprimere più coraggiosamente la sua identità in uscita verso il mondo.

Proprio i giovani, che vivono quotidianamente a contatto con i loro coetanei di altre confessioni cristiane, religioni, convinzioni e culture, stimolano l'intera comunità cristiana a

vivere l'ecumenismo e il dialogo interreligioso. Ciò richiede il coraggio della parresia nel parlare, e quello dell'umiltà nell'ascoltare, assumendo l'ascesi – e talvolta il martirio – che questo implica (n. 126).

Una lettura vocazionale della giovinezza

In questa prospettiva di dialogo e inclusione, il Sinodo ha inteso accostarsi all'età giovanile con un'ottica ben precisa, che era stata consegnata da papa Francesco fin dall'enunciazione del tema. Tale ottica è quella vocazionale e può essere formulata attraverso un'espressione efficace che il Papa aveva già usato in *Evangelii gaudium* e che il Sinodo ha ripreso e amplificato: «io sono una missione». In effetti

«la missione al cuore del popolo non è una parte della mia vita, o un ornamento che mi posso togliere, non è un'appendice, o un momento tra i tanti dell'esistenza. È qualcosa che non posso sradicare dal mio essere se non voglio distruggermi. Io sono una missione su questa terra, e per questo mi trovo in questo

*mondo» (FRANCESCO, *Evangelii gaudium*, n. 273).*

In questa breve sintesi è rinchiusa tutta l'antropologia cristiana e il compito fondamentale della giovinezza. L'uomo non esiste come un soggetto autonomo che possa intendere il senso della sua esistenza semplicemente ripiegandosi su di sé, in ricerca perenne di un'autorealizzazione che prende facilmente una piega narcisista e finisce per paralizzare la capacità di decidere del proprio futuro. Parlando ai giovani in preparazione alla Giornata Mondiale del 2017, papa Francesco ha detto loro: «Tante volte, nella vita, perdiamo tempo a domandarci: "Ma chi sono io?". Tu puoi domandarti chi sei tu e fare tutta una vita cercando chi sei tu. Ma domandati: "Per chi sono io?"» (Basilica di Santa Maria Maggiore, 8 aprile 2017).

Assumere un orizzonte vocazionale significa riconoscere che la nostra vita esiste per un compito, che le nostre doti e qualità ci sono state consegnate a beneficio di terzi e trovano il loro senso solo quando vengono utilizzate in una logica di

dono e di condivisione. Se questo non avviene la vita diventa grigia, il lavoro un peso da sopportare, mentre la gioia e la pienezza vengono cercate in modo illusorio nella trasgressione e nella fuga dal quotidiano.

Decisivo è dunque comprendere quale sia la missione cui ciascun giovane è chiamato. Questo discernimento è il compito fondamentale della sua età, poiché

la giovinezza è una stagione della vita che deve terminare, per fare spazio all'età adulta. Tale passaggio non avviene in modo puramente anagrafico, ma implica un cammino di maturazione, che non sempre è facilitato dall'ambiente in cui i giovani vivono. In molte regioni si è infatti diffusa una cultura del provvisorio che favorisce un prolungamento indefinito dell'adolescenza e il rimando delle decisioni; la paura del definitivo genera così una sorta di paralisi decisionale. La giovinezza però non può restare un tempo sospeso: essa è l'età delle scelte e proprio in questo consiste il suo fascino e il suo compito più grande. I giovani prendono decisioni in am-





bito professionale, sociale, politico, e altre più radicali che daranno alla loro esistenza una configurazione determinante. È a proposito di queste ultime che si parla più precisamente di “scelte di vita”: è infatti la vita stessa, nella sua singolarità irripetibile, che vi riceve orientamento definitivo (n. 68).

Il ruolo della famiglia

Aiutare i giovani a compiere la loro “scelta di vita” in modo che corrisponda alle attese più profonde del loro cuore e alle risorse più belle che Dio ha depresso dentro di loro, così da renderli protagonisti attivi e partecipi della società e della Chiesa, è il compito che compete a tutte le agenzie educative, e in primo luogo chiaramente alla famiglia.

Non si tratta certamente di un compito facile, perché non richiede

solo di trasmettere insegnamenti e consigli, ma di aiutare il giovane, facilmente disperso in molteplici esperienze, a unificare il suo vissuto e a leggerlo in profondità, fino a udire l'appello di Dio e ad aprirsi alla luce della sua Parola. Se però i giovani non sono aiutati ad ascoltare la voce dei poveri del nostro tempo, a leggere le esigenze dell'ambiente in cui vivono e a decifrare la società in cui sono inseriti, con mente aperta e cuore generoso, come potranno sentirsi chiamati?

Un'educazione che apra la mente e il cuore, che educhi a sporcarsi le mani e a farsi carico di ciò che ci sta attorno è la prima condizione perché la sfida della giovinezza non si perda nell'incertezza esistenziale e nella paralisi decisionale in cui tanti rischiano di trovarsi, rimandando le grandi scelte. Occorre dunque una pedagogia capace di provocare e di interpellare.

La libertà porta sempre con sé una dimensione di rischio che va valorizzata con coraggio e accompagnata con gradualità e saggezza. Molte pagine del Vangelo ci mostrano Gesù che invita a osare, a prendere il largo, a passare dalla logica dell'osservanza dei precetti a quella del dono generoso e incondizionato, senza nascondere l'esigenza di prendere su di sé la propria croce (cfr. Mt 16,24). Egli è radicale: «dà tutto e chiede tutto: dà un amore totale e chiede un cuore indiviso» (FRANCESCO, Omelia del 14 ottobre 2018). Evitando di illudere i giovani con proposte minimali o soffocarli con un insieme di regole che danno del cristianesimo un'immagine riduttiva e moralistica, siamo chiamati a investire sulla loro audacia ed educarli ad assumersi le loro responsabilità, certi che anche l'errore, il fallimento e la crisi sono esperienze che possono rafforzare

la loro umanità (n. 70).

In questo impegno, la famiglia è indubbiamente chiamata a offrire un contributo insostituibile di accompagnamento, di ascolto, di incoraggiamento, di testimonianza. Il Sinodo ha riconosciuto che purtroppo «non sempre le famiglie educano i figli a guardare al futuro in una logica vocazionale. Talora la ricerca del prestigio sociale o del successo personale, l'ambizione dei genitori o la tendenza a determinare le scelte dei figli invadono lo spazio del discernimento e condizionano le decisioni» (n. 72). In questo caso l'autorità dei genitori, anziché essere un'energia liberante che trasmette il coraggio e l'apertura al futuro, può divenire una presa che trattiene e rallenta. Non è più allora auctoritas cioè capacità di far crescere, ma “potere” che si impone.

I genitori, invece, come primi ac-

compagnatori e educatori, hanno la missione splendida e impegnativa di essere un'eco della Parola che ci ha creati e ci chiama in modo personale. Possiamo, dunque, concludere queste semplici riflessioni ascoltando ciò che il Sinodo dei giovani ha detto del buon accompagnatore, con realismo e senza idealizzazioni. Ogni genitore saprà trarne ispirazione per la missione che ha verso i suoi figli.

Il buon accompagnatore è una persona equilibrata, di ascolto, di fede e di preghiera, che si è misurata con le proprie debolezze e fragilità. Per questo sa essere accogliente verso i giovani che accompagna, senza moralismi e senza false indulgenze. Quando è necessario sa offrire anche la parola della correzione fraterna. La consapevolezza che accompagnare è una missione che richiede un profondo radicamento nella vita spirituale lo aiuterà

a mantenersi libero nei confronti dei giovani che accompagna: risponderà l'esito del loro percorso, sostenendoli con la preghiera e gioendo dei frutti che lo Spirito produce in coloro che gli aprono il cuore, senza cercare di imporre la propria volontà e le proprie preferenze. Ugualmente sarà capace di mettersi al servizio, anziché occupare il centro della scena e assumere atteggiamenti possessivi e manipolatori che creano dipendenza e non libertà nelle persone. Questo profondo rispetto sarà anche la migliore garanzia contro i rischi di plagio e di abusi di ogni genere (n. 102).

Ancora una volta è solo la qualità personale della vita che consente di essere un punto di riferimento autorevole e discreto, che offre ai giovani il contributo più prezioso di cui hanno bisogno: l'umile e genuina testimonianza. ■



Ragionar di politica e di economia: dalla demagogia alla complessità

Di fronte a una realtà complessa la tentazione è di semplificare, ma slogan e dichiarazioni di propaganda sono fuorvianti.

Piercarlo Frigero - Economista, Università di Torino

Fenomeni complessi, slogan e valori

Si è diffusa l'abitudine di dire che ciò che accade nella politica e nell'economia è un insieme di avvenimenti complessi. È tutto molto complesso. Sono fenomeni molto complessi.

Purtroppo, al comprensibile sentimento di non poter padroneggiare le vicende che più ci appaiono problematiche si accompagna l'eccesso di semplificazione attraverso gli slogan, o attraverso quelle brevi e inconcludenti dichiarazioni che i giornalisti raccolgono dai responsabili della politica e dell'economia. Famigerate *twittate*: cinguettii di polemica spicciola senza approfondimenti.

Con questo scritto si intende cercare come riflettere su questi argomenti, senza perdersi in pericolose semplificazioni, né dimenticare i valori che devono guidare l'impegno di ciascuno.

Complessità

La percezione della complessità è assai pertinente, ed è utile chiarirne il significato.

Politica ed economia sono sistemi complessi non perché sono difficili da capire, ma

perché sono fatti di interrelazioni tra i protagonisti, che cambiano nel tempo. Famiglie, imprese, enti della pubblica amministrazione, governi della propria nazione e di quelle altrui, prendono decisioni ciascuno tenendo conto delle decisioni degli altri.

Non tutti hanno la stessa importanza: il potere è distribuito in modo diseguale. Qualcuno conta più degli altri e le sue scelte determinano, più delle altre, la situazione del sistema sociale.

Il progresso possibile

Se guardiamo alla storia degli uomini con occhio benevolo, ma non troppo, riusciamo a percepirne l'evolvere secondo il valore più bello che possiamo scegliere: la crescente attenzione per la libertà e le opportunità di vita delle persone.

Ed è un traguardo importante che esse siano oggi addirittura 7 miliardi. Il numero appare invece più un problema che una conquista, perché le opportunità di vita, e la libertà di sceglierle, sono godute da una minoranza e troppe persone, con un reddito troppo basso, non hanno alcuna possibilità di

migliorare.

L'evolvere della storia è dunque gravato di contraddizioni, vere protagoniste dei sistemi sociali in quanto *sistemi complessi*. Non avvengono mai cambiamenti che abbiano solo aspetti positivi.

La crescita della produttività del lavoro, con l'industrializzazione, ha ridotto la fatica, ma anche creato nuove forme di schiavitù. L'evolvere della cultura e della sensibilità politica ha esaltato la libertà, e ha permesso a molti popoli di diventare protagonisti dei sistemi democratici. Tuttavia l'insorgere di forme dittatoriali è continuo, di solito sotto le mentite spoglie del voler interpretare il bene, avocando alla propria parte il possesso dell'unica vera interpretazione delle dinamiche in atto.

Il progredire non è una necessità insita in misteriose logiche da scoprire.

In un mondo che si è fatto piccolo, è importante percepire il vivere insieme, con la necessità di allargare la nozione di identità di popolo fino al genere umano.

Il progredire è *possibile* grazie all'uso corretto della ragione

di ciascuno: ciò che chiamiamo Morale. Ma è continuamente minacciato da involuzioni, ingiustizie e veri drammi, come quelli attuali delle migrazioni e delle guerre persistenti.

Il passato, ciò che chiamiamo *storia*, grava sul presente e lo condiziona.

C'è qualche utilità nel meditare su tesi impegnative, che qui si riassumono in forma un poco perentoria, ma meriterebbero una più competente elaborazione.

La libertà dell'uomo sarebbe contraddetta dai fatti, se la definissimo come *assenza di catene*. I problemi non si risolvono solo che si abbia la volontà politica, e si riesca a convincere gli individui ad una conversione verso il bene.

La libertà dell'uomo sta in ciò, che in ogni momento egli può incominciare a costruire il nuovo, nella prospettiva del Bene.

Si tratta dunque di raccogliere l'invito, che fu del padre Sorge, alla ricerca del bene comune *possibile*.

La sfida delle novità difficili

È quasi inevitabile che i responsabili della politica e dell'economia affrontino i problemi presenti e si lascino dominare dalle tendenze di breve periodo. Le urgenze del presente fanno dimenticare il lento e progressivo insorgere dei cambiamenti, che diventeranno evidenti, e difficili da affrontare, in modo improvviso.

Si pensi al degrado dell'ambiente e ai fenomeni migratori verso i paesi ricchi. L'uno e gli altri erano previsti da tempo, ma sono diventati oggetto di attenzione solo quando sono stati percepiti in termini ultimativi.

La scelta dei nodi cruciali del sistema

Di fronte a questi caratteri

della complessità, che suscitano timori e senso di impotenza, si suggerisce di scegliere i nodi cruciali del sistema sociale in cui si vive, sui quali agire per provocare il massimo del cambiamento desiderato verso i valori scelti con la riflessione sul Bene comune.

Nel tempo presente, e nella nostra Europa, si propongono quattro ambiti sui quali intervenire:



- L'istruzione e la sanità, perché i loro servizi, offerti da amministrazioni pubbliche, riducono le disuguaglianze sociali e accrescono le opportunità di vita.

- L'ambiente, la cui valorizzazione non è solo rispetto ma esaltazione del Creato, attraverso l'intelligenza dell'uomo.

- Le imprese, che producono beni e servizi utili in tutti gli ambiti citati, danno lavoro ai più capaci e anche a chi è meno dotato o addirittura impedito, come molte cooperative sociali.

La famiglia

Non dubito che, per la natura di questa rivista, vi saranno lettori che si domandano se nell'elenco si è dimenticata la Famiglia.

La risposta chiarisce ancora il metodo. Le Persone devono essere il fine della politica, dell'economia, della cultura, dell'arte, della scienza e della tecnologia. Lo ricordava Giovanni XXIII. Le persone sono in solitudine senza la Famiglia come Valore.

Sanità e istruzione efficienti tolgono angoscia e danno libertà di progetto alle famiglie.

Senza un ambiente in cui si viva bene, la vita delle famiglie sarebbe priva di pace e di gioia. Senza lavoro stabile che dia sicurezza non si assapora l'esperienza della famiglia e domina la preoccupazione per il domani.

L'impegno politico

La selezione di ambiti, con la riflessione competente e specifica sui modi di farli evolvere, non implica la rinuncia a cambiamenti importanti. È invece, probabilmente, l'unico modo di tradurre le aspirazioni alle novità: nuovi modelli di vita e di consumo, senza pretendere di descriverli in astratto, perché sarebbe un esercizio poco utile.

L'impegno politico si colloca invece al livello operativo, e richiede necessariamente una classe dirigente, che gli elettori sappiano sostenere e selezionare. Invero non basta più la distinzione tra "politico" e "di partito", esaltando solo il primo dei due termini e rifuggendo dal secondo. Conta la capacità di creare consenso intorno alle realizzazioni, inevitabilmente imperfette, di chi ha il coraggio di assumersi la rappresentanza degli elettori. ■

Dialogare con il corpo

Appunti sulla vita di coppia dal mondo del tango

Si è svolta il 6 giugno presso il Punto Familia l'ultima delle tre serate, aperte a tutti, ma pensate in modo speciale per coloro che a vario titolo e in situazioni diverse frequentano o hanno frequentato l'Associazione. Il tango ha offerto lo spunto per interessanti riflessioni sulla vita di coppia, proposte dai due conduttori della serata e qui da loro rielaborate.

Ivano Calaon - Ileana Buzzi*

La più famosa e sgangherata scena di tango della storia del cinema è una sequenza di "A qualcuno piace caldo". Si vede uno dei due protagonisti, Jerry, travestito da donna, con una rosa in bocca, ballare insieme ad un miliardario innamorato di lei/lui. Ad un certo punto Jerry "dimentica" di essere donna e comincia a condurre. Il suo partner lo/la riprende dicendo: "Stai conducendo di nuovo!". Questa sequenza mette in scena alcune questioni fondamentali della vita di coppia: cosa significa essere uomo? Cosa significa essere donna? Come si distribuiscono e si negoziano ruoli e responsabilità?

Sono domande non banali, dentro e fuori la danza. In una coppia di tango ci sono due ruoli, leader e follower, chi conduce e chi segue. In genere l'uomo è il leader e la donna il follower ma, come mostra "A qualcuno piace caldo", la vicenda può avere più risvolti. Possiamo parlare di queste questioni prendendo in considerazione tre aspetti di una coppia che balla tango:

- abbraccio
- ruolo
- creatività

Le problematiche di ballo che nascono da questi elementi aprono suggestioni interessanti per la vita di coppia.

Abbraccio

L'abbraccio nel tango non è solo una questione di braccia. È un atteggiamento complessivo del corpo, è il modo in cui mi pongo di fronte all'altro, lo sento e lo accolgo (o lo respingo). Deve esserci tonicità e presenza ma anche flessibilità e morbidezza, non posso essere

troppo rigido perché strattino l'altro e lo faccio stare scomodo. D'altro canto se sono troppo molle l'altro non mi sente, non percepisce in maniera precisa la mia posizione, le mie intenzioni di movimento, i passi che posso e non posso fare. Abbracciare significa sentire l'altro, sentirne l'odore, il sudore, il battito cardiaco, il ritmo del respiro, un'intimità fisica che trasmette molti messaggi ed è molto coinvolgente dal punto di vista emotivo.

La vita di coppia è un abbraccio: c'è intimità sessuale, emotiva, spaziale, biografica... Le due persone sono coinvolte con tutte se stesse in una dinamica



che metaforicamente è molto simile a una danza. Il tango, come altre forme di espressione corporea, è una raffinata forma di comunicazione che si gioca a livello non verbale: si dice tantissimo senza usare neppure una parola. Vengono trasmesse emozioni potenti che possono essere piacevoli, confuse o disturbanti ma in ogni caso l'unica cosa che rimane al termine della danza (o dell'amore) è il modo in cui l'altro ci ha fatto sentire. Raramente una coppia si lascia o continua per quello che è stato detto. Quasi sempre accade per come uno o entrambi si sono sentono, per il tipo di esperienza che fanno insieme. Il dialogo all'interno di una coppia è fondamentale ma troppo spesso si dimentica che è prima di tutto un dialogo tra corpi, un flusso di azioni e reazioni per lo più inconsapevoli, una ricerca continua di ritmo e coordinazione sulla musica emotiva che la coppia suona.

Nel tango possiamo immaginare i due ballerini come musicisti impegnati a suonare uno strumento invisibile: la loro relazione. In tutti i giri, i passi in avanti, di lato, indietro, gli scambi di posizione e gli abbellimenti, la coppia di tango è tale se riesce a mantenere la connessione attraverso il plesso solare, nella parte superiore del petto, la regione del cuore. Ascoltando la musica i due cercano di dare un'interpretazione, un senso a ciò che stanno facendo, in modo che la loro azione non sia una meccanica sequenza di passi ma una storia, una storia d'amore che nasce, cresce e muore nel giro di pochi minuti.

Quando si investe significativamente in una relazione viene attivato un processo simile: si cerca, attraverso le vicissitudi-

ni dell'esistenza, una connessione al livello del cuore con un'altra persona. Connessione emotiva e connessione corporea possono essere visti come sinonimi, l'emozione passa attraverso il corpo e il corpo comunica emozioni. Non basta però mantenere la connessione, il mondo è pieno di coppie che stanno insieme per paura della solitudine o questioni di convenienza sociale: essere coppia ha a che fare con la qualità della connessione. Si tratta di una questione di interpretazione della dimensione emotiva. L'interpretazione è ciò che fa un attore sul palcoscenico quando dà corpo e voce a un personaggio, un musicista quando suona il proprio strumento, un terapeuta quando riprende le parole del suo paziente, un interprete quando traduce da una lingua all'altra. L'interpretazione, l'attribuzione di significato, è un gesto trasformativo che mette in connessione due mondi, due persone, due lingue, un'attività complessa e per lo più inconsapevole che genera la trama di ogni storia d'amore. E per questo, la madre di ogni fraintendimento.

Ruolo

In una coppia di tango abbiamo visto che esistono due ruoli, leader e follower, chi conduce e chi segue. Il modo in cui vengono gestiti questi ruoli può essere molto variabile: si va da coppie di ballerini in cui il leader è un monarca quasi assoluto e il follower un esecutore molto passivo, passando per coppie in cui la situazione è più paritaria, fino ad arrivare a coppie in grado di scambiarsi, in tempo reale, i ruoli. Queste scelte stilistiche non incidono di per sé sulla qualità del ballo: in tutti e tre i casi si possono



ottenere risultati interessanti, ma perché la coppia funzioni deve essere condiviso il tipo di ruoli che vengono messi in scena. In altre parole un leader autoritario non tollera un follower autonomo, meno che mai il cambio di ruolo, e viceversa.

Allo stesso modo nelle relazioni di coppia ci sono ruoli ben definiti, quasi mai frutto di una scelta o di una riflessione ma prodotti dall'impasto delle personalità e della storia dei due partner. L'innamoramento non è solo una questione di istinto, di attrazione fisica, ma anche e soprattutto di un complesso incastro di personalità e di storie. La persona di cui ci innamoriamo, in qualche modo, è una personificazione del nostro inconscio. In qualche modo nell'altro cerchiamo sempre una parte di noi che ci manca, che non riusciamo a gestire oppure ci rispecchia. L'altro è ciò che non sappiamo di essere, che abbiamo paura di essere o che sogniamo di essere. È qualcosa di molto evidente in quelle coppie che viste da fuori fanno

sorgere la domanda “Ma come fanno a stare insieme? Ma cosa ci trova in quello/a?”

Prendiamo, ad esempio, quelle coppie in cui l'amore significa solo dedizione assoluta all'altro. Un'idea in teoria affascinante ma in pratica non priva di rischi. In questo tipo di coppia abbiamo da una parte un partner che nega i propri bisogni di dipendenza dagli altri e tenta in tutti i modi di salvare e aiutare un compagno bisognoso, come se si occupasse di un bambino molto piccolo. Questo tipo di persone tendono a cercare (e trovare) un partner disponibile a interpretare il ruolo del poppante che riceve tutte le attenzioni, senza nulla dare in cambio. Quest'ultimo nega simmetricamente le proprie potenzialità di autonomia e indipendenza. Entrambi si negano la possibilità di incontro su un piano paritario e adulto. Il partner nel ruolo accudente nega a se stesso la possibilità di esprimere la propria debolezza, fragilità e dipendenza. Il part-

ner-bambino si preclude la possibilità di diventare un adulto autonomo, che non solo riceve, ma che può anche dare in un rapporto.

Esistono mille possibilità e varianti, tante quante sono le coppie e le loro vicissitudini ma l'aspetto fondamentale è la complementarità dei ruoli, il fatto che tutti e due i partner sono autori. Sono registi che, simmetricamente, cercano l'attore protagonista della storia che inconsciamente desiderano vivere. La maggior parte dei fraintendimenti e infelicità di coppia si gioca a questo livello, con situazioni che si possono trascinare e ripetere per anni, a volte per una vita, a volte con partner diversi, fino a quando non si prende consapevolezza del gioco che si sta giocando. Le crisi di coppia sono un momento privilegiato in cui questo può accadere. Ci può però volere molto tempo, soldi e dolore prima di accedere alla consapevolezza che non ci sono mai

stati né vittime né carnefici, ma solo complici.

Creatività

Un'altra tensione presente nel mondo del tango è quella tra coreografia e improvvisazione, tra ripetizione di una sequenza di passi stabilita a priori e creazione in tempo reale della forma della danza. Il ballo coreografato è frutto di prove e può anche prevedere la presenza di un esterno che opera come un vero e proprio autore, il coreografo. È tipico delle situazioni di esibizione, in cui ballerini professionisti danzano davanti ad un pubblico. L'improvvisazione è invece tipica del tango come ballo sociale, nelle milonghe, le sale da ballo del tango, in cui ballerini non professionisti ballano per se stessi e per divertirsi. Non è una distinzione assoluta, perché è possibile improvvisare durante una esibizione, e ci sono ballerini in milonga che faticano ad improvvisare per davvero,



limitandosi a ripetere sequenze apprese nelle scuole di danza.

In ogni caso in un tango coreografato, da professionisti o da dilettanti, il lavoro creativo è tutto proiettato verso l'esterno della coppia, verso le persone che assistono all'esibizione, come nella danza classica. Può essere un saggio di fine corso per principianti o il campionato del mondo a Buenos Aires, ma non ha senso senza la presenza di un pubblico. Sono spesso presenti passaggi di grande complessità tecnica, che richiedono doti atletiche, esperienza e preparazione specifica. La qualità della coppia di ballerini si gioca sulla sua capacità di colpire e farsi apprezzare da chi assiste allo spettacolo, la loro felicità è negli occhi di chi guarda.

In un tango improvvisato in una delle mille milonghe del mondo, la creatività si gioca tutta all'interno della coppia. Il livello tecnico è sicuramente inferiore a quello di due professionisti durante un'esibizione, la pista da ballo affollata può limitare molto le possibilità, ma nonostante questo, anzi, forse proprio per questo, possono accadere cose interessanti, ci possono essere comunque momenti di grande intensità emotiva e guizzi di creati-

vità inattesi. La qualità di una coppia di ballerini “della domenica”, che per altro sono la stragrande maggioranza dei ballerini di tango, è un gioco che riguarda solo quei due, la felicità è nella reciprocità del loro sguardo.

In una coppia reale possiamo pensare la coreografia come l'immagine che ogni coppia cerca di proiettare verso la società, verso gli amici, i colleghi, le famiglie di origine. Mentre l'improvvisazione può stare per l'intimità della relazione di coppia, per ciò che di profondo e unico la caratterizza. Non esiste una coppia completamente isolata dal mondo, anche in cima a una montagna o in mezzo a un deserto; gli altri, a livello di ricordi e di attese, sono sempre presenti. Al tempo stesso anche di fronte a una folla uno sguardo può creare intimità. Anche la routine quotidiana in qualche modo è una coreografia, fatta di movimenti tra le stanze della casa, il lavoro, la spesa, le attività dei figli e gli hobby.

Coreografia e improvvisazione, routine e intimità sono in tensione e, se vogliamo, in contraddizione. Una coppia che cerchi sempre e solo l'intimità è claustrofobica, ma una coppia che vive solo di routine e dell'im-

magine esterna è morta. Ma allora, cosa rende creativa una coppia, cosa permette di trovare una via tra solitudine a due e conformismo alienante?

Le coppie di tango più belle da vedere sono quelle che sanno giocare tra di loro, che disegnano la musica e colorano il tempo, che si passano i ruoli come se fosse una palla. Sono coppie in grado di fare a staffetta nel ruolo di leader e di follower, in un passaggio armonioso in cui quasi non si capisce chi guida e chi segue.

Si tratta di un modo di muoversi affascinante ma rischioso: non è assenza di ruoli o confusione, ma profonda consapevolezza di sé e dell'altro rispetto a quanto sta accadendo nella coppia e attorno alla coppia, qui e ora. Dialogare con il corpo è prima di tutto dialogare con il proprio corpo, sentire dove si trova il proprio punto di equilibrio, le proprie tensioni, il proprio centro, in modo da non confonderlo con quello dell'altro. Solo così è possibile percepire in maniera adeguata l'altro e creare una dinamica di coppia feconda.

La vita di coppia è un gioco complesso. Complesso deriva dal verbo latino *compléctor*, che significa sia comprendere che abbracciare. E allora la creatività di coppia è un abbraccio che ci fa sentire compresi, presi insieme, è il silenzio di due corpi che chiacchierano. ■

**Ivano Calaon: psicoterapeuta, psicologo del lavoro. Conduce il Laboratorio per Separati presso il Punto Familia.*

Ileana Buzzi: maestra di tango presso Tango Jar alla Casa del Quartiere di San Salvario. Organizza il Circuito Milonguero, una delle principali manifestazioni di tango a Torino.

Quando ci sfiora l'ala della morte

Quando muore una persona cara lo smarrimento è grande. Si apre il tempo del lutto, un frangente della vita sempre difficile da attraversare, tanto più difficile quanto più si è soli.

Paola Amasio – psicologa psicoterapeuta

Dottoressa sono qui... mi ha convinto mio figlio... 6 mesi e 18 giorni fa ho perso mio marito, la mia metà, la mia guida, il mio faro... io non voglio salutarlo definitivamente, vorrei poterlo rivedere almeno un'ultima volta... cosa devo fare?

"Mi ha lasciato, è morta... mi ha lasciato solo con una bambina da crescere... cosa devo fare? Non capisco, non sono triste, anzi penso di essere molto arrabbiato... non posso dirlo a nessuno, solo a lei dottoressa... cosa devo fare?"

"Dottoressa come si fa a sopravvivere ad un figlio... Non è naturale... non doveva capitare a me, a lui... non riesco più a far niente, non sento nulla, come fossi sotto anestesia... prendo farmaci per dormire... ma al risveglio è sempre tutto uguale... Il vuoto... Aldo (nome di fantasia) non c'è più... cosa devo fare?"

Tre persone, tre storie di vita diverse, tre stati d'animo differenti, ma tutti accomunati da un'unica domanda: "cosa devo

fare?" Cosa si può fare per affrontare la perdita di una persona cara, amata a tal punto che il vuoto che lascia sembra incolmabile, genera emozioni contrastanti o talvolta il nulla più assoluto?

Morte ed elaborazione del lutto

Ogni individuo, lungo il suo percorso di vita, si trova a doversi confrontare con la morte, una tra le paure ancestrali più radicate nell'essere umano, considerata una delle esperienze più difficili e dolorose da affrontare.

In ogni epoca, in ogni luogo è stata, ed è ancora, oggetto di particolari rituali di elaborazione, talvolta di culti e di cerimonie finalizzati alla sua "esorcizzazione".

Da un punto di vista emotivo il dolore che si può provare di fronte alla perdita di una persona cara, tanto più significativa quando è un familiare (un genitore, un figlio, un fratello, il partner...), rappresenta un'esperienza forte, viscerale, destabilizzante; l'assenza corporea crea un'intensa sensazione di mancanza e un'acuta

sofferenza sia psicologica che fisica, che si può esprimere con la chiusura psichica, accompagnata dal disperato desiderio di non andare più avanti, di non vivere più senza chi rappresentava non solo un affetto, ma anche un punto di riferimento e di appoggio costante. Il lutto, inteso come il sentimento di dolore intenso che si prova successivamente alla perdita di una persona cara, rappresenta quindi una condizione successiva esperita da chi subisce una perdita affettiva e il cui superamento ed elaborazione sono necessari, per evitare di restare intrappolati e fermi in quella specifica fase di vita.

In letteratura molto è stato scritto sul concetto di morte e la successiva fase di elaborazione del lutto, molti i film e le immagini allegoriche nell'arte e nelle tradizioni popolari.

Il pensiero di base che accomuna tutte le varie prospettive è che il lutto ha le sue fasi, richiede il rispetto di tempi e soggettività differenti. Di solito il percorso del lutto copre un tempo che statisticamente va dai 6 ai 24 mesi; chiaramente



su questi tempi incidono sia variabili individuali che sociali e culturali oltre al contesto e alle modalità in cui si è verificata la morte. Di conseguenza, i tempi non sono rigidi, anzi è necessario che l'individuo debba fluttuare attraverso le varie fasi di passaggio, senza bloccarsi su una di queste, affinché possa elaborare adeguatamente il lutto ed interiorizzare il patrimonio affettivo ed umano che la persona defunta ha lasciato. Freud stesso in "Lutto e Malinconia" parla del tempo del lutto come "quel tempo in cui l'individuo trasforma l'assenza esterna dell'oggetto in presenza interna".

Nel suo libro "La morte e morire" la psichiatra svizzera Elisabeth Kübler-Ross ha esplicitato un modello a 5 fasi che, pur elaborato per capire le dinamiche mentali più comuni della persona a cui viene diagnosticata una malattia terminale, nel corso del tempo è stato considerato valido anche

quando ci si trova nella condizione di dover elaborare un lutto affettivo o ideologico.

Le fasi sono:

1. **Negazione/Rifiuto:** "Non è giusto, non a me, non a lui/lei!" ...di solito la prima naturale reazione, si nega il lutto per un meccanismo di difesa verso di sé.

2. **Rabbia:** "Perché perché... perché quella macchina passava di lì in quel momento? Perché è morta? Perché il medico non l'ha salvato?"; quando si realizza la perdita, subentra un enorme carico di dolore che può provocare reazioni di rabbia talvolta rivolta verso se stessi, talvolta verso le persone vicine o, in molti casi, verso la stessa persona defunta;

3. **Negoziamento:** la persona tenta di reagire all'impotenza cercando delle risposte o trovando delle soluzioni per spiegare l'accaduto: "se continuo a fare giardinaggio come faceva lui magari troverò pace"... "se mi ha lasciato questo, vuol dire che doveva andare così...";

4. **Depressione:** è il momento di consapevolezza che nulla tornerà come prima, le emozioni di sconforto predominano, si tocca il fondo, ci si arrende: "Non passerà mai questo dolore"

5. **Accettazione:** si accetta l'accaduto, si cerca di riappacificarsi con esso, spesso sperimentando fasi di depressione e rabbia di natura moderata; lentamente si ricomincia a progettare la vita futura senza la persona amata.

È importante rimarcare, come scritto poco sopra, che si tratta di un modello a fasi, non a stadi, pertanto per ciascuno le fasi possono alternarsi e ripresentarsi più volte, con varia intensità e senza un ordine preciso: come noto le emozioni non seguono regole ma, come si manifestano, così svaniscono, si alternano, si sovrappongono.

Proposta: un gruppo, un supporto

Le parole tuttavia a volte non

sono sufficienti a dar voce e forma all'intensità dei vissuti emotivi, al groviglio di pensieri che si possono provare in seguito alla perdita di una persona amata, alla destabilizzazione di certezze e legami importanti per la propria identità personale e sociale.

Da qui il confronto-incontro con la collega, dott.ssa Giuliana Bitelli, psicoterapeuta esperta in tecnica espressive, e la proposta di attivare presso il Punto Familia, con il quale entrambe collaboriamo, un gruppo rivolto alle persone che hanno subito la scomparsa di una persona cara. Alla base di questa proposta la possibilità di coniugare le potenzialità di due importanti strumenti terapeutici: la forza del gruppo e l'utilizzo di tecniche espressive. Come la letteratura insegna il gruppo è pensato come un contesto spazio temporale protetto e definito dove, attra-

verso il confronto attivo è possibile dar voce ai propri vissuti, alle peculiarità di sensazioni ed emozioni che probabilmente non si erano mai provate, alle "stranezze" di alcuni comportamenti quotidiani diversi e lontani da quelli che forse "sarebbe giusto" adottare o che ci si aspetterebbe secondo norme culturali e familiari che inevitabilmente ci condizionano. Tale dimensione permette ai partecipanti di "vivere" il proprio lutto, di riconoscerlo e conoscerlo, confortati sia dal supporto di persone che stanno affrontando condizioni di vita analoghe sia dalla mediazione professionale di noi due psicologhe in qualità di conduttrici del gruppo che hanno la funzione di valorizzare l'esperienza di ogni partecipante, in base al loro credo personale, alle proprie capacità e risorse al fine di aiutare lo stesso nella ridefinizione della perdita subita.

L'utilizzo di tecniche espressive diventa lo strumento per agevolare la "risalita" in superficie di emozioni non altrimenti esprimibili, o magari tenute in sordina dagli individui stessi per timore di soffrire troppo qualora si riattivino; la messa in atto di processi creativi non verbali, la gratificazione della produzione concreta e visibile possono contribuire ad aiutare l'elaborazione e restituire autostima per le concrete creazioni ottenute.

Lo scambio paritario dell'esperienza di perdita permette altresì alle persone del gruppo di creare una rete di relazioni sociali nuove tra persone accomunate dalla medesima esperienza di dolore, e sulle quali poter contare anche al di là dei momenti di incontro del gruppo.

Per concludere ritengo che non ci sia una risposta univo-

ca alla domanda "dottorssa cosa devo fare?". Sicuramente il lutto di una persona amata rappresenta un trauma che può scatenare sul piano psicofisico conseguenze anche patologiche. La proposta nel box illustrata e presentata dal Punto Familia vuole provare ad essere una risposta a questo tipo di trauma, precisando che, attraverso la forza del gruppo, i ricordi si arricchiscono di una dinamicità verbale e immaginativa che va oltre il semplice ricordo del passato; questi si intrecciano con il presente, con il futuro e solo così diventa possibile ipotizzare una nuova e sostenibile progettualità personale. ■



CICLO DI INCONTRI

La proposta prevede 10 incontri, preferibilmente rinnovabili, della durata di 2 ore e mezza ciascuno, indicativamente nella fascia oraria 19-21,30, per un minimo/massimo di 8/12 partecipanti.

La cadenza ipotizzata è quindicinale.

La partecipazione all'iniziativa prevede l'adesione all'intero percorso; questo sia per favorire la continuità da parte del soggetto al percorso stesso, sia per permettere la creazione di un ambiente di gruppo confidenziale e di fiducia che agevoli lo scambio, la condivisione, l'esposizione delle proprie fragilità, l'ascolto attivo e il confronto tra i partecipanti.

L'inserimento nel gruppo sarà preceduto da uno o più colloqui di valutazione a cura delle psicologhe conduttrici, per:

- fornire informazioni sul percorso di gruppo;
- valutare l'effettiva possibilità che il soggetto possa partecipare agli incontri di gruppo sia per quanto riguarda la sua motivazione, sia per la fase di lutto che sta attraversando;
- intravedere le risorse del soggetto e immaginarle all'interno di un contesto grupppale.

OBIETTIVI DELL'ESPERIENZA IN GRUPPO

- Supportare le persone in lutto nel loro percorso psico-emotivo dal vissuto di perdita al reinvestimento affettivo sulla quotidianità, sugli altri e nella vita.
- Creare uno spazio e un tempo strutturati in cui i familiari della persone scomparse possano incontrarsi, confrontarsi, pensare insieme e verbalizzare i complessi vissuti che si sperimentano (dolore, nostalgia, paura, rabbia, senso di colpa, solitudine) senza il timore di essere giudicati.
- Promuovere una maggiore consapevolezza delle proprie modalità di comportamento sviluppando la capacità di comprendere quali di essi favoriscono il percorso di elaborazione e quali invece contribuiscono al mantenimento dello stato depressivo.
- Aumentare la capacità di far fronte ai nuovi problemi, incrementando la stima di sé, delle proprie abilità e risorse, e lavorando su una maggiore consapevolezza personale.
- Realizzare una rete di self-help per l'elaborazione del lutto.
- Offrire l'opportunità di creare una rete sociale di supporto che possa essere fruibile non solo durante il percorso ma anche al termine dello stesso.



Tutti gli appuntamenti dei prossimi mesi sono segnalati su
www.puntofamilia.it

e su

www.facebook.com/PuntoFamilia
Seguiteci. Aspettiamo i vostri "mi piace".

