

Costruire in due

PERIODICO DI CULTURA FAMILIARE

IN QUESTO NUMERO:

**Matrimoni civili e matrimoni religiosi:
lo scenario post-pandemia**

Le proposte di un parroco

DinAMICHE di coppia

Qualcosa di coppia



COSTRUIRE IN DUE
Periodico di cultura familiare
Anno LIII - numero 1 - 1° semestre
Gennaio/Maggio 2023

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.

punto familia

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

Quota annuale 2023 € 15,00
CCP 37446101

IBAN:
IT6920306909606100000073843

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

Come sono fragili oggi le coppie. Fragili come certi oggetti preziosi. Da trattare con cura delicata, da ricoprire di attenzioni perché non si deteriorino, perché non perdano smalto e brillantezza.

Forse proprio perché consapevoli di questa fragilità, da alcuni anni a questa parte le coppie stentano a pronunciare il loro "sì" per sempre, rinunciandovi del tutto o dilazionando sine die, oppure facendo precedere lunghi anni di convivenza. Anche se i dati Istat, a saperli maneggiare bene, rivelano realtà meno pessimistiche di quanto ci si aspetterebbe.

*È questo l'argomento che affronta il sociologo **Franco Garelli** (Matrimoni civili e matrimoni religiosi: lo scenario post-pandemia, pag. 4), analizzando la situazione italiana e cercando spiegazioni.*

*Facendo seguito all'articolo di padre Costantino Gilardi pubblicato nello scorso numero della nostra rivista e, in tre puntate successive, su *La Voce e il Tempo*, **don Sergio Baravalle** (attualmente parroco della Divina Provvidenza) e **don Samuele Moro** (suo vice parroco) propongono le loro riflessioni per attuare almeno alcuni aspetti del "Catecumenato matrimoniale" (Le proposte di un parroco, pag. 8).*

Le antenne di Punto Familia sono sempre tese a cogliere segnali utili per affrontare la realtà così com'è, senza idealizzazioni, ma cercando di offrire sostegno a chi desidera portare avanti l'affascinante e insostituibile avventura esistenziale della vita a due, sia che si tratti di coppie all'inizio del cammino, sia che si tratti di partner di lungo corso: entrambe le situazioni sono suscettibili di un "meglio" che però va ricercato e coltivato.

Impegnarsi da soli è già molto, ma non è l'ottimo e spesso non è neppure sufficiente.

Ci vuole l'aiuto di altri.

Certo, i professionisti come gli psicologi o i mediatori o i consulenti familiari. Ma non solo.

*Certo, i percorsi formativi alla vita di coppia e al matrimonio come il nostro *Costruire in Due*. Ma non solo.*

*In questo numero il Punto Familia vuole far conoscere meglio l'esperienza, ormai pluriennale, dei gruppi di coppie, declinati in due modalità differenti: Dinamiche di Coppia (**Jessica Zeoli**, pag. 10) e Qualcosa di coppia (**Giuliana Bitelli**, pag. 12). **Due percorsi diversi di manutenzione della coppia**: il secondo breve e intenso, una sorta di full immersion; il primo a lunga percorrenza, tanto che i compagni di cammino amano dare al gruppo un nome, spesso curioso (come Salsa di bacalhau, Ludodinamici, Le scale di Costa, ma ce ne sono di ancora più fantasiosi).*

Dunque avanti tutta nel formare e accompagnare le coppie giovani, e anche quelle meno giovani: Punto Familia c'è.

Costantino Gilardi

FAMIGLIA, SOCIETÀ E CHIESA

4 MATRIMONI CIVILI E MATRIMONI RELIGIOSI: LO SCENARIO POST-PANDEMIA

Franco Garelli - Università di Torino

A marzo di quest'anno, l'Istat (l'Istituto centrale di statistica) ha diffuso i dati ufficiali sui matrimoni e sulle unioni civili, sulle separazioni e sui divorzi relativi all'anno 2021, permettendo in tal modo di rilevare l'andamento di queste "scelte famigliari" nell'ultimo importante triennio.

8 LE PROPOSTE DI UN PARROCO

don Sergio Baravalle – parroco Madonna della Divina Provvidenza
don Samuele Moro – vice parroco

*Nel giugno 2022 il Dicastero per i laici, la famiglia e la vita ha pubblicato il documento "Il catecumenato matrimoniale". Padre Costantino Gilardi lo ha sintetizzato e commentato, sia nel settimanale diocesano *La Voce e il Tempo*, in tre articoli successivi, sia nello scorso numero di *Costruire in Due*. Due sacerdoti della nostra Diocesi hanno risposto con una loro lettera, che qui riportiamo, alla presentazione del documento.*

MANUTENZIONE DELLA COPPIA

10 DINAMICHE DI COPPIA

Jessica Zeoli - Gruppo Salsa di bacalhau

Un cammino di crescita per la coppia in cordata con altre coppie

12 QUALCOSA DI COPPIA

Giuliana Bitelli – psicoterapeuta espressiva, sand play therapy, psicodrammatista, psicogenealogista.

Un breve percorso di gruppo per una "revisione" della coppia

Matrimoni civili e matrimoni religiosi: lo scenario post-pandemia

A marzo di quest'anno, l'Istat (l'Istituto centrale di statistica) ha diffuso i dati ufficiali sui matrimoni e sulle unioni civili, sulle separazioni e sui divorzi relativi all'anno 2021, permettendo in tal modo di rilevare l'andamento di queste 'scelte famigliari' nell'ultimo importante triennio.

Franco Garelli
Università di Torino

L'osservazione dei recenti dati Istat rende possibile il confronto tra ciò che era successo nel 2019 (anno prima della pandemia), con le dinamiche dell'anno in cui il Covid-19 è esploso e con la situazione che si è determinata nel 2021, periodo perlopiù libero dalle restrizioni del confinamento.

L'annus horribilis

Come si sa, il 2020 si è guadagnato su tutti i fronti l'etichetta di "annus horribilis" e questo appellativo sembra competergli anche per i temi di cui qui si tratta. In quell'anno, infatti, molte persone sono state costrette a rinviare le nozze o a rinunciarvi, mentre altre sono state impedito o hanno avuto difficoltà ad attuare lo scioglimento della propria unione.

I matrimoni celebrati in Italia sono stati il 47,4% in meno rispetto al 2019, con un calo drastico soprattutto delle nozze con rito religioso (-68%) e dei primi matrimoni (-52%). Sempre rispetto al 2019, la riduzione si è estesa anche alle unioni civili tra

partner dello stesso sesso (-33%), alle separazioni (-18) e ai divorzi (-22%). Si può dire, dunque, che il gap al ribasso (nel 2020) ha riguardato tutta l'attività istituzionale connessa alle scelte famigliari; un po' perché era la vita di tutta la popolazione ad essere sospesa, un po' perché i vari servizi pubblici e religiosi erano chiusi al pubblico o operavano a singhiozzo.

Questa situazione è stata vissuta con apprensione da molti am-



bienti ecclesiali, che a più riprese si sono interrogati sui possibili effetti del lockdown sulle scelte delle persone che hanno a che fare con la dimensione religiosa e più in generale su tutte le attività formative, liturgiche, socio-assistenziali e caritative della chiesa di base. La domanda ricorrente in quel periodo era: "la Chiesa ritroverà il suo popolo?". Detto altrimenti: al termine di questa drammatica esperienza, torneranno i precedenti equilibri, oppure la pandemia avrà modificato in profondità lo scenario religioso del Paese; e ciò per quanto riguarda la pratica religiosa (la partecipazione alla messa domenicale in presenza, dopo la diffusa esperienza delle celebrazioni in streaming), la domanda e la preparazione ai primi sacramenti della vita cristiana, la presenza dei giovani negli oratori, il dinamismo del volontariato di matrice ecclesiale ecc. Con riferimento alla pastorale famigliare molti temevano un ulteriore incremento della disaffezione dal matrimonio religioso già in atto da tempo nella nostra società. A fronte di sempre meno coppie che chiedo-

no di sposarsi davanti all'altare, e quindi di gruppi sempre più esigui di persone propense a frequentare i corsi di preparazione al matrimonio, occorre ripensare da capo tutta la pastorale della Chiesa in questo campo?

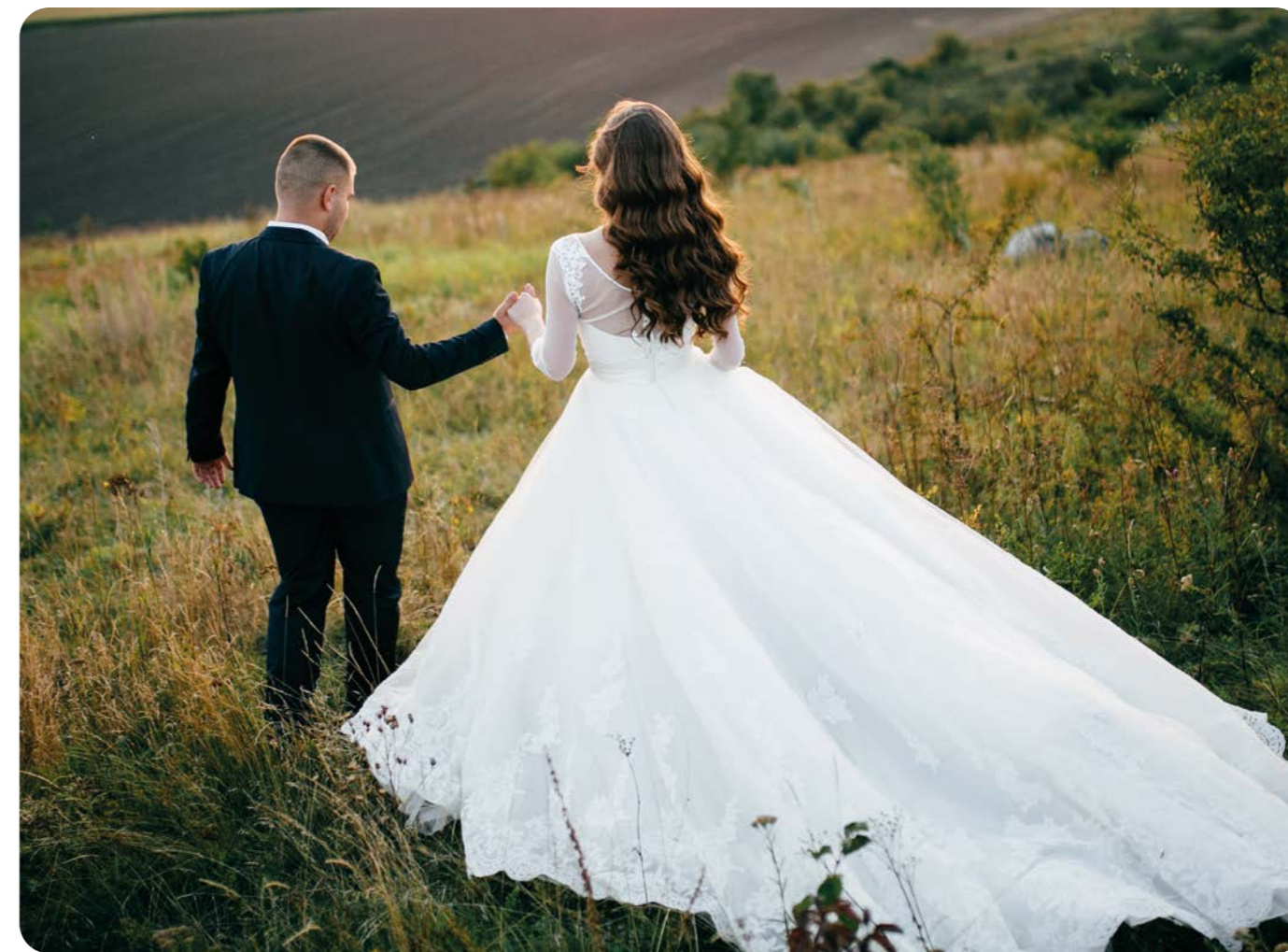
Crollo e ripresa

I dati Istat del 2021 sui matrimoni (e quelli indicativi del 2022) ci forniscono alcuni spunti per rispondere ai suddetti interrogativi. La situazione in questo campo – come si sa – non è rosea, in quanto la nostra non è più un'epoca in cui le persone, e i giovani in particolare, "non vedono l'ora" di sposarsi e di sposarsi in chiesa. L'esperienza comune (oltre che le statistiche) ci dice che sono in crescita sia quanti intendono vivere da 'single', sia coloro che si orientano verso un rapporto di coppia ma a prescindere dal ma-

trimonio. Nella maggior parte dei casi, l'importanza del vivere insieme, della vita di coppia, di un rapporto tra partner che deve essere improntato a criteri affettivi non è messa in discussione. Ma la cultura dell'assenso individuale (del contratto diretto, dei patti privati, della verifica personale) si sta da tempo diffondendo rispetto al fatto di rendere conto anche agli altri (attraverso un atto pubblico e ufficiale) delle proprie scelte e orientamenti. Anche nelle vicende personali e nelle scelte di coppia emerge il clima di debole identificazione pubblica che sta caratterizzando le nostre società.

Al di là di questa diffusa tendenza culturale, i dati Istat del 2021 indicano che il drastico calo del numero dei matrimoni verificatosi nell'anno del lockdown acuto (il 2020) è da imputare più all'eccezionalità di quel periodo che ad

una ulteriore crisi di consenso nei confronti della scelta matrimoniale (effettuata sia con rito civile che con rito religioso). Nel 2021, infatti, sono stati celebrati in Italia 180.416 matrimoni, l'86% in più rispetto al 2020; un dato questo di poco inferiore (-2%) a quello dei matrimoni celebrati nel 2019 (184 mila). Anche i matrimoni religiosi sono apparsi in forte recupero, essendo quasi triplicati rispetto al 2020, pur risultando ancora in calo (-5%) rispetto al periodo pre-pandemico. L'Istat inoltre ha fornito i dati provvisori del 2022 (relativi ai primi nove mesi), che attestano un lieve aumento dei matrimoni (+5% circa rispetto allo stesso periodo del 2021), dovuto però perlopiù alla crescita dei matrimoni civili. A integrazione di queste informazioni, si può notare che anche le unioni civili nel 2021 sono tornate all'incirca sugli stessi livelli del 2019, fenomeno questo





che ha riguardato anche le separazioni totali e i divorzi totali.

Matrimonio civile e matrimonio religioso: due malati gravi

Dopo aver illustrato lo scenario dell'ultimo triennio (che attribuisce al Covid quello che è del Covid), occorre comunque osservare che il matrimonio sia civile sia quello religioso rimangono due malati gravi. È pur vero che, dopo il crollo del 2020, il loro trend sembra ritornare nell'alveo del medio-lungo periodo, ma si tratta di un alveo da decenni in progressiva discesa. Il crollo registrato nel 2020 ha avuto una natura congiunturale; ma la tendenza alla perdita di appeal del modello matrimoniale e del matrimonio religioso presenta un carattere strutturale. La tendenza alla diminuzione della nuzialità (av-

verte l'Istat) si osserva in Italia da oltre quarant'anni. Nell'arco degli ultimi 13 anni, ad esempio, il numero dei matrimoni è diminuito nel nostro paese di poco meno del 30%.

Il rapporto poi tra matrimoni civili e matrimoni religiosi segnala una progressiva criticità nel tempo di questi ultimi, che è emersa in particolare tra il 2017 e il 2018, quando i matrimoni celebrati in Municipio hanno superato numericamente quelli officiati in chiesa. Ricordo lo scalpore di quella notizia, celebrata da tutti i mass media come un 'sorpasso' storico per una nazione di lunga tradizione cattolica; e ciò nonostante che in quel periodo (come ancora oggi) la maggior parte della popolazione dichiara un legame o un'appartenenza al cattolicesimo.

Più prime nozze davanti all'altare

Sino al 2010 le nozze in chiesa erano scelte da oltre il 60% degli 'sposi,' una percentuale che è calata di anno in anno, sino ad arrivare all'attuale situazione (2021) di 46 matrimoni religiosi su 100 matrimoni totali. Su questa inversione di tendenza pesa comunque un fenomeno in genere poco richiamato quando si commentano queste statistiche: il fatto che nel computo del totale dei matrimoni rientrano sia le prime nozze, sia le seconde nozze, con queste ultime che per l'ordinamento ecclesiastico non possono essere svolte con il rito religioso. Nel 2021, i secondi matrimoni hanno rappresentato il 21% del totale dei matrimoni (38.022 su 180.416).

A fronte di questa situazione si osserva che, considerando soltanto

i primi matrimoni, la scelta degli italiani premia ancora il matrimonio religioso (rispetto a quello civile) per quasi il 60% dei casi. Non è una consolazione per gli ambienti ecclesiali, ma è un messaggio degno di nota e che richiama alla responsabilità.

Matrimoni religiosi, molto più al Sud che al Centro-Nord

C'è ancora un altro aspetto controverso, rappresentato dalla diversa proporzione tra i matrimoni religiosi e quelli civili che si riscontra attualmente a livello territoriale.

Come si è detto, sul totale dei matrimoni celebrati in Italia nel

2021, il 46% si sono svolti con rito religioso e il 54% con rito civile. Ma questo dato medio (come sovente accade) nasconde grandi differenze a seconda delle macro-aree del Paese e delle varie Regioni. Nel Nord, su 100 matrimoni celebrati, il rapporto tra nozze religiose e nozze civili è di 31 a 69; nel Centro Italia, di 34 a 66; nel Sud di 66 a 34; mentre nelle due grandi Isole non ha alcun senso considerare il dato medio, in quanto in Sicilia si sono avuti nel 2021 il 68% di matrimoni religiosi e il 32% di matrimoni civili, mentre in Sardegna la situazione risulta capovolta (con il 66% di matrimoni in municipio e il 34% di nozze in chiesa).

Tra quanti si sposano, dunque, il matrimonio religioso prevale di gran lunga nei contesti più tradizionali, mentre nelle aree più dinamiche e differenziate è assai forte il richiamo al matrimonio laico, indizio questo che conferma il maggior livello di secolarizzazione che caratterizza le Regioni più sviluppate del Paese.

La tendenza era prevedibile, ma non nei termini così accentuati come si sta manifestando. In tutti i casi, occorre approfondire il significato attribuito al matrimonio religioso da quanti lo scelgono; e ciò in particolare nell'Italia del Sud, dove molte istanze (non solo spirituali) possono essere sottese a questa opzione. ■



Le proposte di un parroco

Nel giugno 2022 il Dicastero per i laici, la famiglia e la vita ha pubblicato il documento “Il catecumenato matrimoniale”. Padre Costantino Gilardi lo ha sintetizzato e commentato, sia nel settimanale diocesano *La Voce* e *il Tempo*, in tre articoli successivi, sia nello scorso numero di *Costruire in Due*. Due sacerdoti della nostra Diocesi hanno risposto con una loro lettera, che qui riportiamo, alla presentazione del documento.

don Sergio Baravalle - parroco Madonna della Divina Provvidenza
don Samuele Moro - vice parroco

1. La *routine* è onnivora, e si trascina dietro tutto, come la fiumana di Casamicciola, se non stiamo attenti.

L'invito [ad attuare le indicazioni del documento, n.d.r.] di padre Costantino Gilardi, domenicano e presidente del Punto Famiglia, è da noi condiviso, in virtù dell'impegno che da anni coltiviamo nella pastorale dell'iniziazione cristiana, della pastorale giovanile e della preparazione dei fidanzati al matrimonio; ma, più in generale, in virtù del **rinnovamento della pastorale**. I tre articoli non sono solo una preziosa sintesi del docu-

mento complesso e articolato, ma anche un aiuto saggio con tante sottolineature preziose, frutto di scienza sapienza ed esperienza. Proprio perché non avvenga che “chiodo scacci chiodo”, ci permettiamo di tenere viva l'attenzione e proviamo a tradurre in azione.

2. Ci sembra di dover spendere una parola in favore dell'**armonizzazione delle linee del Documento con gli itinerari di iniziazione cristiana** come sono proposti dal *Progetto Tobia* per la catechesi e praticati in un numero significativo di parrocchie a Torino

e dintorni.

Ci riferiamo alle “**arcate**” [rispondenti all'età dell'infanzia, della fanciullezza e dell'adolescenza, n.d.r.] di cui si parlava nella Nota pastorale dei vescovi del Piemonte e Valle d'Aosta “*Una Chiesa madre*” (specialmente § 5).

L'**armonizzazione** interesserà, durante gli anni della catechesi, un **germinale approccio alla vita affettiva dei bambini e dei ragazzi secondo il Vangelo** e il saggio insegnamento della Chiesa.

L'obiettivo, poi, di un'armonizzazione delle parti, cioè della **pastorale battesimale**, del **tempo della fanciullezza** con la Cresima e l'Eucarestia, e della **pastorale giovanile e vocazionale insieme** – come rilanciata dal decennio di mons. Nosiglia, (con le sue lettere pastorali e i suoi interventi, soprattutto “Destare la vita” (2015), “Maestro dove abiti?” (2017), “Vieni e seguimi” (2018), insieme all'ultimo “I fondamentali della pastorale giovanile” (2022), in sintonia con il magistero del Sinodo dei vescovi “I giovani, la fede e il discernimento vocazionale” (2018) e di papa Francesco “Christus vivit” (2019)) - ci sembra andare oggettivamente nella direzione di una composizione del quadro che si va delineando

nel “**cambiamento d'epoca**” che stiamo vivendo, che siamo chiamati a saggiamente amministrare e dentro cui investire energie e tempo.

Possiamo cioè sperare in una **contaminazione positiva e virtuosità dei vari segmenti in gioco?** Ci pare sia questo l'implicito del Documento e della sintesi che padre Costantino ci ha servito.

3. Un **secondo ambito d'intervento** che intravediamo riguarda la pastorale giovanile stessa. Ci riferiamo a un'esperienza che può fare da volano per tutta l'iniziativa (che a buon conto, per la sua vastità e complessità, spaventa e scoraggia): **le settimane comunitarie per i giovani e dei giovani**, strumento già praticato ma meritevole di implementazione – a Dio piacendo – in tutte le unità pastorali. Possiamo ipotizzare che se passa questo tipo di prassi, potremo dire di aver superato gli attuali CPM, unica o isolata chance per

il matrimonio cristiano. La loro realizzazione obbliga a metter a punto obiettivi e metodi, contenuti e forme adeguate all'**accompagnamento dei giovani alla maturità**, consentendo agli operatori di affiarsi e perfezionarsi.

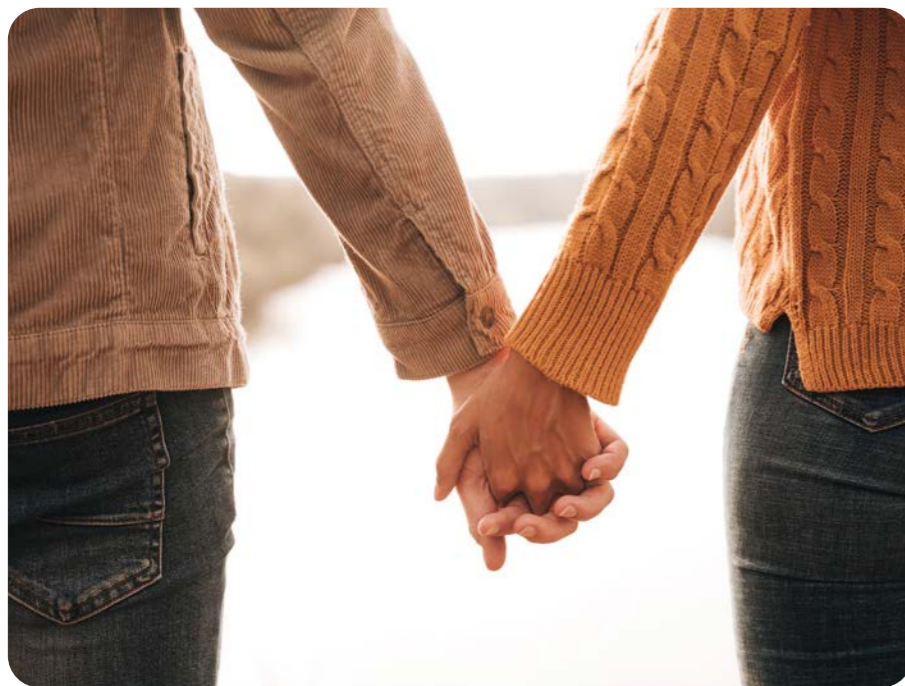
L'esperienza delle settimane comunitarie serve per far capire che **tutto quello che è umano porta in sé la novità del divino**, e di conseguenza anche gli affetti, le emozioni, la sessualità hanno da rivelarci l'amore di Dio.

Inoltre anche la modalità della settimana comunitaria dice che **Dio ha spazio nella mia vita ordinaria**, vita fatta di relazioni che sono la Chiesa e l'umanità comune a tutti. Solo così poi la pastorale giovanile è autentica: incontro Dio che mi coinvolge, mi interpella, mi manda a testimoniare ad altri.

4. Infine, da non trascurare il profilo contenutistico dell'operazione. In questione è l'**antropo-**

logia teologica che ha registrato nei decenni passati molte e significative variazioni e oscillazioni (pensiamo anche solo al dilemma “**esperienza o dottrina**”). E questo sempre mantenendo fermo il ricupero di **stile “catecumenale”** dell'iniziativa **che declina azione e parola, rito, catechesi e fraternità**. Ma anche: progetto che si articola in un **cammino**, graduale e a tappe, con una **meta** ben chiara: “raggiungere la pienezza della maturità di Cristo” (cfr. Ef 4, 13).

Ci possiamo augurare che da qualche parte ci sia occasione di riflessione e di messa a punto di **prospettive formative**, magari anche di **sussidi operativi formulati insieme dalla catechesi con la pastorale giovanile** e la pastorale familiare, in sintonia con le linee dell'antropologia teologica, sul presupposto che non è ancora tempo di acquisizioni definitive o durevoli, ma nemmeno di improvvisazioni arbitrarie. ■



ALESSANDRO FERRUCCI, MARTINA SABBADINI
E DANIELE VENCO

SÌ, LO VOGLIO

Guida alla scelta delle letture per la celebrazione del matrimonio
Effatà Editrice, 2023 - pagg 112 - € 12,00

Presentiamo un libretto, fresco di stampa, che sarà utile ai fidanzati che si sposeranno in chiesa e prepareranno il classico libretto-ricordo da dare agli invitati per seguire la celebrazione del rito. Non si tratta però di un semplice sussidio, di un prontuario di letture a cui attingere per la scelta: quello esiste già, i liturgisti ci hanno pensato.

Qui venti coppie di sposi raccontano non solo perché hanno scelto proprio quelle pagine bibliche per il giorno del “sì”, ma anche come quelle Parole hanno continuato ad agire nella loro vita di coppia.

Ringraziamo gli autori, che devolveranno l'intero ricavato del libro all'Associazione Punto Famiglia.

DinAMICHE di coppia

Un cammino di crescita per la coppia in cordata con altre coppie

Jessica Zeoli
Gruppo Salsa di bacalhau

È difficile trovare un modo semplice per spiegare che cos'è Dinamiche di coppia, poiché di semplice all'interno di questo cammino vi è solo l'indirizzo - Via Goffredo Casalis 72 - che noi tutti ormai riconosciamo come porto sicuro.

La parola "dinamiche" contiene al suo interno contemporaneamente due parole decisamente ormai molto rare: AMI, voce del verbo amare - infatti il requisito fondamentale è partecipare con la persona amata - e AMICHE, amici, quelli con la A maiuscola che ti consegnano pezzi del loro vissuto gratuitamente, senza aspettarsi nulla in cambio, ma consapevoli che quei pezzi possono essere utili anche ad altri per imparare a comprendersi.

Così nasce un gruppo di Dinamiche di coppia, dalla voglia di continuare quel cammino che piano piano ha portato coppie diverse a dirsi SÌ per sempre. E no, non è un percorso facile, alle volte è possibile che si torni a casa un po' "appesantiti", poiché quei minuti di confronto di coppia non esauriscono tutti gli argomenti di cui ancora si vorrebbe parlare, ma regalano la consapevolezza di poterli sviscerare al momento opportuno tra le mura di casa.

In sostanza, si tratta di un appuntamento con la vita di coppia, generalmente fissato una volta al

mese, che permette ai partner di fermarsi, di guardarsi, di parlare, di litigare, di confrontarsi, di amarsi ancora un po' di più.

Come funziona? Alle 21, puntuali, tutti stretti nella mano del partner, pronti a salire su questo splendido treno condotto da qualcuno che di coppie ne ha incontrate decisamente tante durante la sua vita e... biglietto alla mano, si parte! Il viaggio inizia. Non sai dove il capotreno ti porterà quella sera, è possibile passare dalla stazione dell'intimità di coppia per poi fermarsi invece a quella dei conflitti; tuttavia, le stazioni le conosci tutte molto bene perché siete stati proprio voi come coppia ad averle delineate. E così a volte tocca scendere proprio nella stazione più insidiosa e visitarla in ogni sua sfaccettatura. Inoltre, è severamente vietato risalire sul treno senza almeno uno o due souvenir, che riporrai con cura nella valigia della tua storia di coppia e che saranno lì proprio per ricordarti che non è stato tutto un sogno.

Perché vale la pena compiere questo viaggio? Sicuramente, perché è condiviso con altri passeggeri che per varie circostanze condividono la tua stessa vita, le tue dinamiche di coppia; questo si rivela importante poiché ti permette di non sentirti solo nelle sfide che la quotidianità a volte ti chiama ad affrontare. Ovviamente, questo quadro non

avrebbe lo stesso significato se non fosse illustrato anche da chi tutti i mesi sceglie di salire su quel treno...

Quindi ora la parola va a loro.

Per noi partecipare al gruppo significa fare un regalo alla nostra coppia, darci degli strumenti per prenderci cura della nostra relazione.

Condividere la propria esperienza di vita con altre persone è arricchente perché permette di ampliare il proprio sguardo e avere spunti nuovi su cui riflettere e su cui migliorarsi.

Il clima che si crea con il gruppo è intimo, accogliente, profondo ed allegro.

Elisa & Max

Il gruppo di "Dinamiche" è una "scusa".

È una "scusa" per trovare del tempo per noi.

È una "scusa" per investire del tempo di qualità, per metterci in discussione come singoli e come coppia.

È stato in questi primi anni, ed è tutt'ora, uno spazio sicuro in cui condividere fragilità e stanchezza.

Il gruppo di dinamiche cosa ci porta, in breve?

La consapevolezza di avere una bella rete ad avvolgerci nei momenti belli e brutti della vita.

Giulia & Alessio



Dal 2020 questi incontri ci hanno accompagnati mensilmente dandoci l'occasione di porci nuove domande, di trovare qualche risposta e soprattutto di condividere con altre coppie le gioie e le difficoltà della vita a due. "Dinamiche di coppia" per noi è un modo di metterci sempre in gioco, di nutrire e curare la coppia, di avere una comunità di riferimento di persone che stanno attraversando sfide esistenziali simili alle nostre. In questi anni abbiamo lavorato su temi quali la comunicazione, la gestione del conflitto, i rapporti con la famiglia d'origine e la gestione del tempo tra amici, lavoro ed altri impegni. Su tutti questi temi ed altri ancora abbiamo imparato a condividere e soprattutto a fare ricchezza delle differenze di ogni singolo e di ogni coppia che fa parte del nostro gruppo!

Laura & Ricardo

In "Dinamiche di coppia" abbiamo trovato un ambiente accogliente e non giudicante, dove poter parlare apertamente delle difficoltà che incontriamo nella vita coniugale e ricevere supporto e consigli dalle altre coppie. Ci ha aiutato a sviluppare una maggiore consapevolezza delle nostre emozioni e dei nostri bisogni nella relazione.

Inoltre "Dinamiche di coppia" ci ha fornito l'occasione di dedicare del tempo specifico alla nostra relazione, che spesso può venir trascurata tra lavoro e impegni quotidiani. Continuiamo a frequentare il gruppo "Dinamiche di coppia" perché ci fa piacere camminare insieme ad altri sposi nel nostro percorso di crescita personale e familiare. Lo consigliamo vivamente a tutte le coppie di giovani sposi che vogliono investire nella loro relazione e crescere insieme.

Giulia & Luca

Gli incontri di "Dinamiche di coppia" sono un regalo che facciamo a noi due. Nel tran tran della vita quotidiana spesso non c'è il tempo di fermarsi, guardarsi negli occhi e dirsi quelle cose che di solito teniamo dentro per evitare conflitti, per orgoglio o anche solo per stanchezza. Durante gli incontri invece, grazie alle provocazioni e alle riflessioni di Andrea, si riesce spesso a comprendere meglio i sentimenti che accendono i nostri cuori e le nostre vite e soprattutto si ha la possibilità di spiegarli a parole al proprio partner. Anche se questo a volte costa fatica o ci dà l'impressione di non essere compresi, il fatto di mettersi in gioco e provare

a spiegare e razionalizzare alcune situazioni di vita quotidiana che ci creano pensieri e preoccupazioni, magari anche in modo inconsapevole, rappresenta comunque un passo verso una migliore qualità della vita di coppia.

Anche nell'affrontare i temi più delicati o le conversazioni più difficili, il clima viene sempre alleggerito da qualche battuta o dalla voglia di condividere con il gruppo qualche aneddoto, perché ciò che arricchisce ogni incontro è sempre la possibilità di ascoltare le esperienze e a volte anche le difficoltà incontrate dalle altre coppie, che talvolta condividiamo e talvolta ci fanno sorridere.

E dopo ogni incontro spesso capita che a casa nei momenti di vita quotidiana ci tornino in mente le cose dette al Punto, le confidenze, le promesse che ci siamo fatti.

Gli incontri di "Dinamiche di coppia" sono un luogo in cui portare le gioie, le conquiste, le difficoltà e i problemi che viviamo ogni giorno come coppia, sapendo di trovare altre coppie di amici disposte all'ascolto e al confronto ed una guida capace di stimolare riflessioni più profonde e di dare consigli.

Federica & Francesco

Qualcosa di coppia

Un breve percorso di gruppo per una "revisione" della coppia

Giuliana Bitelli – psicoterapeuta espressiva,
sand play therapy, psicodrammatista, psicogenealogista

Oltre 15 anni fa il Punto Familia apriva un'attività nuova per le coppie di ogni età che volessero fare una "revisione" della loro vita coniugale - o semplicemente congiunta in qualche forma; si era chiamata fin da subito Qualcosa di Coppia, quale spunto per rivedere aspetti trascurati seppure fondamentali della vita a due. Già allora era stata proposta come una sorta di occasione per fare "manutenzione" della vita affettiva, progettuale, intima della "coniugalità", spesso logorata dai ritmi della vita, dagli impegni e dalla fretta e superficialità dei dialoghi operativi e organizzativi fra partner. Fin da allora si era connotata come un momento per spolverare il ménage quotidiano, per lustrare gli angoli privati appannati dagli anni.

Nel 2008 ho iniziato a collabora-

re su questo progetto con il Punto Familia, proposto appunto alle coppie desiderose di "revisione"; ho partecipato per molti anni a una sezione del percorso, quella della comunicazione di coppia.

È questo un nodo fondamentale per la vita a due: come comunichiamo? Come ci parliamo? Quando non ci capiamo cosa succede? Come gestiamo le incomprensioni? E quando ci capiamo quali risorse e strategie mettiamo in campo? Ne siamo consapevoli? Avevo iniziato con entusiasmo, partendo dal principio che non si può non comunicare: anche quando diciamo "non c'è comunicazione fra noi" diciamo una falsità: anche l'apparente non comunicazione è in realtà una chiara comunicazione di incapacità comunicativa, di difficoltà a far partire messaggi e riceverli. Un'esperienza di comunicazio-

ne difficile testimonia che la comunicazione c'è comunque ma grida di essere aiutata a raggiungere lo scopo di tenere uniti e vicini i compagni di avventura o disavventura. Una presunta comunicazione "assente" comunica la solitudine e il disagio dei partner in gioco.

Sono partita da lì, dalla comunicazione inevitabile.

Ero affiancata da due colleghi che si occupavano di aree cruciali per la vita di coppia: la sessualità e l'appartenenza a una famiglia di origine. Si lavorava ognuno sulla propria area in maniera autonoma, e il gruppo di coppie partecipanti - che era lo stesso per tutto il percorso - incontrava susseguentemente i diversi "esperti" di ciascuna specialità. Per il gruppo dei conduttori era un lavoro settoriale dove le metodologie di presentazione e lo svolgimento del programma erano spesso differenti e qualche volta non integrati; per il gruppo dei partecipanti era un percorso a tappe staccate l'una dall'altra, come incontri indipendenti, ma tutti finalizzati a stimolare la verifica della salute di coppia.

Sono molto grata a chi ha aperto questo percorso per le "coppie da tagliando": un'agile e breve, seppure intensa, corsa a ostacoli di riflessioni, proposte, giochi in/di coppia, sorprese, emozioni; un'opportunità di incontrare altre coppie in difficoltà o in ricerca, sicuramente in esplorazione dello



Cos'è coppia per Paola

stato dell'arte al momento; un'occasione per stringere nuove relazioni che possano espandersi anche dopo la conclusione dell'esperienza in gruppo.

Vorrei dunque omaggiare con riconoscenza l'équipe che ha inventato la formula perché ha aperto uno spicchio di tempo-spazio che giova alle coppie da tanti anni e che non si ritrova nel panorama cittadino.

Quando poi nel 2019 il promotore iniziale e i colleghi allora coinvolti hanno lasciato spazio a un'altra équipe, mi è toccato l'onere e l'onore di coordinare questa esperienza; sono stata coadiuvata da colleghi del Punto Familia esperti di conduzione di gruppi e di settori specifici, quali la sessualità e le famiglie di origine con annessa l'eredità transgenerazionale. Nonostante il Covid abbia provato a stroncare gli incontri e le modalità di ritrovo in presenza, la voglia di portare avanti questo modello di proposta per le coppie di ogni età non si è smorzato: i percorsi sono stati riproposti incessantemente e quest'anno abbiamo avuto una sorta di "esplosione" di partecipazioni, quasi un riscatto del de-

siderio di contatto e condivisione fisica ed emotiva proibita per troppo tempo.

Gli psicologi che oggi formano la nuova équipe si sono riuniti per preparare gli incontri, col desiderio di proseguire il cammino aperto in precedenza, prevedendo una continuità di temi e stile di metodo che includa contemporaneamente una novità di coordinamento e consenta l'integrazione fra le diverse aree tematiche previste nel percorso.

Siamo riusciti a realizzare un filo emotivo e di senso che ha unito le diverse serate, ma soprattutto le distinte conduzioni: questo ci ha permesso di offrire ai partecipanti una continuità, un'armonia di attività, una somiglianza progettuale pur nella diversità e specificità di ogni serata e di ciascuna conduzione.

Oggi il nome Qualcosa di Coppia mantiene il senso originario, da intendersi come una proposta di ritagli di esplorazioni, spunti di riflessione, granelli di giochi collettivi e di coppia, che vanno a "disturbare" le coppie stanche e fruste, o a "stuzzicare" quelle che sentono la necessità di rinnovarsi e rivedere la loro relazione, per

scovare aree silenziose, ombrose o conflittuali, oppure riscoprire dinamiche funzionanti e amoroze.

Abbiamo consolidato questo originale percorso in tappe consecutive a tema: esse si sviluppano regalando un crescendo di confidenza, intimità gruppale e di coppia, rispetto della privacy, ascolto e apertura sugli altri mondi dei partecipanti, appoggio reciproco e confronto vicendevole. Il percorso si articola in otto incontri, sette dedicati a serate di due ore, uno destinato a un sabato intero tutto da scoprire e da vivere in gruppo.

La prima serata si connota come presentazione dell'attività, dei conduttori e conduttrici coinvolti e delle varie coppie intenzionate a partecipare, nonché del Punto Familia come luogo accogliente. Le attività della serata si caratterizzano fin da subito come stimoli per ciascuna coppia di pensare a sé, alle proprie caratteristiche e abitudini, ai propri tratti di fondo a cui non si pensa mai ma che sostanziano la vita di relazione a due. La conduzione è doppia e le due conduttrici o conduttori sono impegnati in un delicato lavoro di accoglienza delle diversità, dell'i-



Laboratorio di musicoterapia allestito



Cos'è comunicazione per Fabiola



Lavoro di coppia senza uso parola, Marika e Leo

gnoto e delle richieste o aspettative: sapranno poi usare il materiale ricevuto nella prima serata per tarare i successivi contenuti tematici sulle esigenze manifestate nel gruppo dai singoli partecipanti.

Il secondo incontro sulla comunicazione è pervaso di stimoli su cosa si intenda per comunicazione, per coppia, per vita duale; la coppia si presenta, si impegna prontamente a dare forma e senso alla sua identità di coppia.

Durante la successiva giornata lunga (in genere un sabato) i lavori di cooperazione, fantasia e creatività si susseguono, coinvolgendo le coppie e permettendo loro di vivere esperienze emotive in diretta, per poi raccontarle in una partecipazione di gruppo, guidata dalle conduttrici.

Anche qui la conduzione è preferibilmente doppia per poter accogliere la quantità di materiale emergente prodotto dall'inventiva di ciascuno, e per poter dare spazio sufficiente a ognuno di esprimersi e portare se stesso, con le sue scoperte e riflessioni, al gruppo e al proprio partner. La comunicazione fluida, difficile, conflittuale o presunta assente, si snoda e si alterna in un avvicendamento di esperienze colorate e variegate.

Le due sere successive sviluppano il tema delle famiglie di origine, come ambito di necessaria presa di coscienza di una eredità inevitabile, da scoprire e da rappresentare: entrano in scena entrambe le famiglie di origine, rivelando che quella del partner spesso non è ben focalizzata.

I racconti condivisi delle proprie famiglie arrivano a riempire lo spazio e il tempo con grafici, somiglianze e differenze, e permettono ai presenti di scoprire relazioni strette o lontane con i propri familiari. Spesso alcuni vissuti dolorosi emergono a fatica, ma il gruppo fa da cassa di risonanza, incoraggiamento, rassicurazione, e i vari soggetti iniziano a sentirsi accolti con calore ed empatia.



Lavoro di coppia senza uso parola, Elisa e Bruno

Le sere dedicate alla sessualità di coppia arrivano quando il gruppo ha già costruito una buona sintonia, una calda capacità di ascolto e una sorta di intimità che favorisce l'apertura della porta di una stanza delicata e privata. La finalità dei due laboratori è quella di rendere consapevoli i partecipanti della bellezza, ma anche della complessità della sessualità umana, della difficoltà di viverla all'unisono nella coppia, di raccontarla e di raccontarsi dentro a questa esperienza.

Le attività ideate dalla conduttrice favoriscono la presa di coscienza che momenti di intimità belli e unici possono alternarsi normalmente a difficoltà, incomprensioni, insoddisfazioni.

La serata finale, condotta dalle stesse conduttrici della prima serata di presentazione, raccoglie le valutazioni del lavoro svolto, i cambiamenti che la coppia e gli individui notano tra il prima e il dopo, i punti nevralgici di crisi e le risorse che le coppie hanno scoperto nella loro modalità di dialogo e convivenza.

Fra tutti i conduttori, abbiamo utilizzato la metodologia del disegno e della pittura, del ritaglio e del collage, della grafica espressiva e rappresentativa, non per creare quindi un "atelier di arte" ma per creare uno "spazio espressivo" ef-

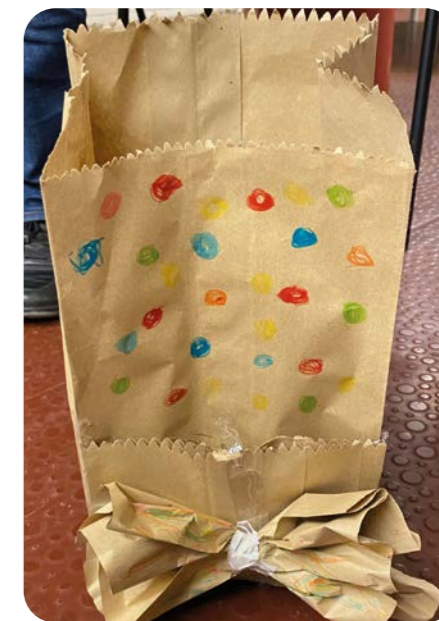
ficace di temi ed emozioni che le parole non sanno dire. Personalmente sono stata affiancata in più occasioni da una musicoterapeuta che ha offerto anche il suo metodo e i suoi strumenti musicali e a percussione, per stimolare le coppie a sperimentare e scoprire il loro ritmo di dialogo e di intesa.

Attraverso le attività creative le coppie hanno l'occasione di focalizzare l'attenzione sull'equipaggiamento che nel corso delle giornate è andato capitalizzandosi nel loro personale zaino da

asporto, e su come questi nuovi strumenti possano entrare nella vita futura, dando nuova energia e vitalità alla condivisione esistenziale.

Le immagini, unite alle scansioni ritmiche, sono state le nostre compagne: ora possono parlare anche al di fuori del gruppo ristretto e arrivare a dare messaggi anche agli esterni e a chi non ha direttamente partecipato, ma che saprà cogliere dai colori e dalle forme risonanze personali. ■

Come ci immaginiamo nel futuro, Fabio e Maria



Questo box vuole dare spazio alla voce dei partecipanti dell'ultimo gruppo di coppie, un gruppo numeroso e dalla compresenza di diverse età ed esperienze.

- Ho trovato familiarità, spontaneità e comunione
- Il clima positivo bello e caldo mi ha permesso di esprimermi liberamente, sicuro che le mie parole fossero custodite nella privacy del gruppo e non fossero "esportate", come ci è stato chiesto nella prima serata
- La fiducia, il rispetto e la disponibilità del gruppo all'ascolto mi hanno permesso di mettermi in gioco liberamente, senza pensare a giudizi o critiche che normalmente temo
- Ho sentito un grande piacere nel conoscere gli altri e nel crescere insieme in questa esperienza molto coinvolgente
- È stato bello scoprire di non pensarsi arrivati: l'amore cambia sempre e matura, e l'ho confermato durante questi giorni insieme
- È bello poter chiedere aiuto, sentirsi confortati e potersi confrontare con altri che vivono le difficoltà; non mi sono sentita sola
- Ho vissuto positivamente il mix di esperienza di coppia e di gruppo
- Anche per me c'è stato il piacere per un mix: tra espressione pubblica in gruppo e introspezione, leggerezza e riflessività
- I giochi sono stati molto belli e divertenti, significativi e stimolanti; hanno provocato le risposte della coppia ma anche creato un'armonia di gruppo
- L'eterogeneità delle coppie e le diverse età dei partecipanti mi hanno permesso di prevedere lo svilupparsi della vita col mio compagno ed essere ottimista e fiduciosa: stiamo per sposarci!
- Avevo perduto l'affetto della coppia. Qui l'ho riscoperto
- Volevamo fare della "manutenzione" della coppia e ci siamo riusciti: abbiamo ritrovato risorse che avevamo insabbiato e ci siamo ritrovati più ricchi e capaci
- Mi è piaciuta tanto la cioccolata calda con panna della prima sera, un gesto di accoglienza e di familiarità; anche la degustazione del the nella prima serata della sessualità è stato per noi una bella coccola, un bel modo di prepararci ad affrontare la tematica del desiderio!
- È stato uno spazio dedicato alla nostra coppia, uno spazio speciale che abbiamo ritagliato dalla quotidianità difficile e convulsa, stavamo perdendoci e ci siamo ritrovati
- Siete stati una bella équipe, grazie!!

*Aiutaci a continuare a prestare i nostri servizi gratuitamente
a chi è in grave difficoltà economica;
sostieni la pubblicazione di Costruire in Due*

*Puoi utilizzare il conto corrente postale n. 37446101
oppure fare un bonifico sul c/c bancario*

IBAN IT69Z0306909606100000073843

*Firma per il 5 per 1000 al Punto Famiglia
Codice fiscale dell'Associazione Punto Famiglia: 05951770014*

