



Scuola di Dinamiche Relazionali e Counselling

30 novembre 2024

Il ciclo vitale della famiglia: da 2 a 3

dott.ssa Paola Torrieri

© Tutti i diritti sono riservati. Qualsiasi riproduzione, anche parziale, senza autorizzazione scritta è vietata.



TOMIND

Scuola di Dinamiche Relazionali e Counselling

Il Ciclo Vitale della Famiglia: da 2 a 3. Le dinamiche relazionali e le sfide emotive nella transizione dalla coppia alla genitorialità.

dott.ssa Paola Torrieri

30 novembre 2024

Tutti i diritti sono riservati. Qualsiasi riproduzione, anche parziale, senza autorizzazione è vietata.



IL CICLO VITALE DELLA FAMIGLIA

La famiglia come sistema
che si modifica nel tempo



- DALL'INDIVIDUO ... ALLA COPPIA
- DALLA COPPIA ... ALLA FAMIGLIA
- DALLA FAMIGLIA... ALL'INDIVIDUO



IL CICLO DI VITA FAMILIARE

- La separazione dalla famiglia d'origine e la formazione di una nuova coppia
- **La nascita dei figli**
- Figli adolescenti
- Giovane adulto (trampolino di lancio)
- Nido vuoto
- L'invecchiamento e la separazione della coppia per la morte del coniuge

In ogni famiglia:

- Periodi di plateau: stabilità
- Transizioni: profonde trasformazioni psicologiche e strutturali.
- Periodi di equilibrio e adattamento
- Periodi di squilibrio che provocano un salto verso un nuovo e più complesso stadio in cui vengono sviluppate nuove funzioni e capacità.

- Ad ogni tappa, la famiglia si trova ad affrontare una situazione nuova, che richiede un nuovo assetto familiare.
- Le varie tappe del ciclo di vita familiare sono contrassegnate da particolari eventi significativi
- Eventi non previsti (separazione, divorzio, malattia grave o morte di un membro, ecc.)

- Per ogni fase la famiglia si trova a dover svolgere determinati compiti evolutivi
- È necessario elaborare nuovi modelli di funzionamento e di gestione nella situazione concreta.
- È inoltre necessario che la famiglia sappia tollerare la momentanea disorganizzazione

Scrivendo **Alex Haley**: "La famiglia è un collegamento con il nostro passato e un ponte verso il nostro futuro".

Secondo la concezione di **Kurt Lewin**, la famiglia è un sistema, un insieme dinamico, in continua evoluzione, un gruppo la cui peculiarità sta tutta nell'interdipendenza: un cambiamento di un elemento condiziona infatti tutti gli altri.



Le trasformazioni nei rapporti familiari sono non solo inevitabili, ma anche indispensabili; la storia di ogni famiglia ha un'evoluzione ciclica ed ogni fase comporta compiti di sviluppo, corredati da inevitabile crisi. Il superamento della crisi porta ad un nuovo adattamento del sistema, caratterizzato da una continuità innovativa.



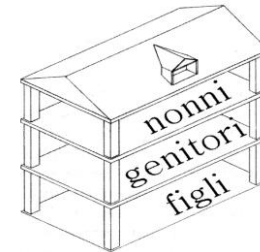
CONTINUITÀ INNOVATIVA

Il processo evolutivo che la famiglia compie nel corso degli anni, attraverso il passaggio da una fase all'altra, è visto come un processo di continua ristrutturazione della trama dei rapporti tra i suoi membri, meglio definita come continuità innovativa, un'originale sintesi che è data da una tacita trattativa di ciò che del passato va abbandonato e ciò che va mantenuto, proseguito e arricchito.

La famiglia è quindi un microcosmo dentro il quale si muovono tutti i componenti della stessa: gli stimoli, l'amore, le risorse che questa realtà sprigiona, offrono occasioni di **crescita** e di **cambiamento** per ogni singolo membro. A volte la famiglia si trasforma da recinto che protegge a gabbia che intrappola e il **senso di appartenenza** diventa faticoso da accettare.

Lungo questo cammino di evoluzione e di crescita ci sono **tappe obbligatorie** che attraversano e scandiscono il ciclo di vita della famiglia, transizioni che richiedono impegno e fatica, durante le quali le relazioni vanno ridefinite. Impossibile evitare questi passaggi, che inevitabilmente muoveranno stati d'animo, pensieri e atteggiamenti, anche nell'ambiente circostante, ovvero in tutto il contesto familiare.

Ogni individuo è chiamato ad operare e a crescere in un contesto familiare unico che tiene conto di tre "piani", ovvero di 3 sistemi:



... abbiamo visto che

Il legame coniugale rappresenta un passo decisivo verso lo svincolo dalla propria famiglia d'origine

... ed ora

**DALLA COPPIA...ALLA FAMIGLIA
DA DUE...A TRE!!!!**

**Sì, si può parlare di famiglia
anche in assenza di figli?**



Ci sono diverse teorie che lo supportano.

Famiglia come legami affettivi

Definizione sociologica:

La famiglia può essere vista come un gruppo di persone unite da affetto, supporto reciproco e spesso convivenza.

Esempio: Una coppia che vive insieme e si sostiene nei momenti belli e difficili è una famiglia, anche senza figli.

La "famiglia scelta" secondo Giddens

Il sociologo Anthony Giddens (1940) introduce il concetto di "famiglia scelta", riferendosi a relazioni intime non necessariamente basate su legami biologici o legali, ma su scelte personali e affettive. Questo concetto riconosce l'esistenza di famiglie formate da amici o partner che decidono di vivere insieme e condividere la vita.

Famiglia come sistema relazionale

Teoria sistemica (Bowen e Minuchin)

Murray Bowen e Salvador Minuchin hanno sviluppato teorie che vedono la famiglia come un sistema di relazioni interconnesse. Secondo queste teorie, la famiglia funziona come un'unità complessa in cui i membri influenzano reciprocamente i loro comportamenti e ruoli, indipendentemente dalla presenza di figli.

Famiglia come progetto condiviso

Unione intenzionale: considera la famiglia come un progetto di vita condiviso, in cui le persone scelgono di stare insieme per costruire una vita comune basata su esperienze, valori e obiettivi condivisi, senza che la procreazione sia un elemento necessario. Questo approccio riconosce la validità di famiglie formate da coppie senza figli o da individui che condividono legami affettivi profondi.

Famiglia nella società moderna

Teoria della famiglia post-moderna (Beck e Beck-Gernsheim 1995-2000): hanno analizzato come, nella società contemporanea, il concetto di famiglia si sia ampliato per includere diverse forme di relazioni intime, come coppie dello stesso sesso, coppie senza figli e reti familiari estese. Questo riflette una maggiore accettazione della diversità nelle strutture familiari.

Riconoscimento legale e sociale

Le leggi e le norme sociali in molti paesi si sono evolute per riconoscere che la famiglia non è definita esclusivamente dalla procreazione. Coppie senza figli o relazioni non basate su legami di parentela tradizionali sono spesso riconosciute legalmente come famiglie, con diritti associati come il supporto reciproco e l'assistenza sanitaria condivisa.

DA 2 A

3...

- Segna il passaggio da coppia a famiglia
- È un prodotto comune di storie diverse
- Vincola in modo evidente e indelebile il legame tra i genitori
- Il legame genitore-figlio è per sempre
- La storia familiare si arricchisce di una generazione
- Innesca una grande ricchezza di processi individuali e relazionali
- Dà vita a nuovi ruoli e posizioni per tutti i membri (3 generazioni)



DA 2 A

3. MA...

- Altera tutta una serie di equilibri che la coppia si è costruita nel tempo
- Il nuovo nato viene a rappresentare, per i genitori, una parte del loro sé, una parte del partner, una parte dei nonni
- Imprevedibilità circa l'adattamento alle aspettative dei genitori
- Il bambino, già alla nascita, è in grado di influenzare la relazione della coppia con possibili crisi



CRISI... che può iniziare fin dalla gravidanza fino ai 18 mesi...



- FUGA, SEPARAZIONI
- TRADIMENTI
- INVESTIMENTO NEL LAVORO
- INTRATTENIMENTO CON GLI AMICI
- DECREMENTO DELL'ATTIVITA' SESSUALE
- LITIGI E SFURIE DI GELOSIA o di SVALUTAZIONE
- INDIFFERENZA VERSO IL FIGLIO
- RITIRO, CHIUSURA E RASSEGNAZIONE
- ASSENZA

EVENTO CRITICO



COMPITO EVOLUTIVO

Formazione della Coppia	
Evento Critico	Compito Evolutivo
Matrimonio / Convivenza	Formazione dell'identità di Coppia Ridefinizione delle relazioni con la famiglia estesa e con gli amici mediante l'inclusione del coniuge/compagno e della relazione di coppia

EVENTO CRITICO



COMPITO EVOLUTIVO

Famiglia con bambini: la nascita dei figli	
Evento Critico	Compito Evolutivo
Nascita del/dei figlio/i	Accettazione della nuova generazione (la terza) Assunzione dei ruoli parentali: integrazione della relazione di coppia con le funzioni genitoriali Ricostruzione delle relazioni con la famiglia d'origine

LA NASCITA DEL FIGLIO

- I genitori ri-vivono già durante la gravidanza sentimenti regressivi che richiamano aspettative, desideri e bisogni del proprio sé infantile.
- Ri-vivono attraverso il figlio la propria infanzia, cercando di riparare a quei disagi o sofferenze che sentono aver vissuto dentro la famiglia dai propri genitori

- I genitori vivono, oltre all'acquisto, anche un'esperienza di perdita: rinunciano al privilegio di poter essere esclusivamente figli.
- I coniugi devono fare i conti con la **riorganizzazione** sia dell'assetto di personalità reciproco, sia del loro equilibrio relazionale

- Gli adattamenti richiesti dall'essere genitori costano nella misura in cui vengono percepiti come gravosi o tollerabili (cambiamenti minimi possono essere percepiti come molto problematici e viceversa)
- Anche la percezione della soddisfazione coniugale è determinante per l'intensità della 'crisi' (anche se effettivamente il sistema è sotto stress)

GRAVIDANZA

- La gravidanza, proprio perché si realizza all'interno di una relazione di coppia, non è un fenomeno solo biologico.
- Coinvolge anche la psiche perché è basata sull'incontro di 2 mondi interni, di 2 stirpi, di 2 storie personali e familiari.
- La psiche è dunque sempre coinvolta nel determinare il processo evolutivo della gravidanza e quegli eventi ad essa correlati (sterilità psicosomatica, aborti spontanei...)

Il contesto di osservazione è molto ampio perché riguarda:

- Dinamiche interne a ciascuno dei due partner
- Le dinamiche di coppia
- Le relazioni di ciascuno e della coppia con le famiglie di origine

GRAVIDANZA-QUANDO?

- Precede o determina il matrimonio
- Assenza del padre
- Subito dopo il matrimonio
- Dopo un lungo periodo di convivenza o di matrimonio
- Dopo attenta programmazione, cioè dopo aver raggiunto altri obiettivi
- Per dare visibilità alla relazione (es. famiglie ricomposte)
- Segue la morte di un genitore, di un altro figlio o di un aborto

GRAVIDANZA – PERCHE’?

- Evento desiderato in un clima armonico
- Tentativo di uscire da una crisi di coppia
- Desiderio di riempire un vuoto affettivo
- Bisogno di affermazione della propria capacità generativa o per dare visibilità alla relazione (es. famiglie ricomposte)
- Emulazione (gravidenza di fratelli o amici)
- Tentativo di “conquistare” la famiglia di origine
- Casualità...

TRANSIZIONE ALLA GENITORIALITÀ

- L'inizio oggettivo alla genitorialità è il momento del concepimento
- Va dalla notizia del concepimento avvenuto alla nascita del figlio.
- Si colloca tra 2 poli opposti: dall'esasperata ricerca di un figlio al rifiuto totale dell'esperienza
- Iscrizione del neonato nella storia familiare: richiede una negoziazione, più o meno consapevole circa le modalità di accogliere il figlio e fare spazio alla nuova generazione (coinvolte anche le famiglie d'origine)



CONIUGALITÀ E GENITORIALITÀ

Importante interdipendenza tra queste 2 dimensioni.

- La loro integrazione è una sorta di “CURA DELLA DIFFERENZA DELL'ALTRO”
- È cioè essenziale che ognuno accetti e rispetti ciò che l'altro porta in sé in termini di “DIFFERENZA”.
- L'arrivo di un figlio aggiunge nuove connotazioni che fanno dell'uomo un PADRE e della donna una MADRE



CONIUGALITÀ E GENITORIALITÀ

- L'equilibrio tra l'organizzazione coniugale e quella genitoriale è reso ancor più delicato dal fatto che l'adulto esprime molto di sé nella funzione genitoriale
- Il mondo relazionale si fa più ricco, ma anche più rischioso. L'adulto agisce il ricordo "del figlio che si è stati" e delle relazioni vissute come figli

Film "L'Ultimo Bacio"



COMPITI DEL PADRE

Contenitore del contenente: nelle ultime settimane di gravidanza e nei primi mesi del puerperio (poi in parte fino all'anno) dovrà momentaneamente mettere da parte i propri bisogni di marito per consentire alla moglie-madre di occuparsi prima della relazione tra sé e il feto e poi della relazione fra sé e il bambino. Rientrerà poi in gioco come 'terzo' che separa, riprendendosi la posizione di marito e divenendo più attivo come padre. Deve tenere presente che la giovane madre, dopo il parto, dovrà essere accudita come una figlia e possibilmente anche dalla madre.



- Il figlio a volte diventa una forma di realizzazione dell'adulto. Specie quando è 'scelto', è caricato di notevoli aspettative e corre il rischio di essere concepito e immaginato come un modo di realizzare le persone dei genitori, più che come autonomo valore di sé.
- L'obiettivo della coppia è l'assunzione di una responsabilità genitoriale condivisa. Si tratta di dare origine a un patto genitoriale ('cura responsabile', che necessita di tempo ed energie), in grado di connettersi, ma anche di distinguersi dal patto coniugale.

CICLO VITALE: FASE DELLA FAMIGLIA CON BAMBINO

- Evento critico: Nascita del primo figlio
- Tema emotivo: Accudimento
- Compiti di sviluppo:
come COPPIA
come GENITORI
come FIGLI
- Compiti di sviluppo nel CONTESTO SOCIALE

COMPITI DI SVILUPPO CONIUGALI

- Includere e integrare nella relazione di coppia aspetti connessi alla genitorialità
- Ridefinire le modalità comunicative all'interno della coppia
- Legittimazione reciproca: riconoscere e sostenere il ruolo genitoriale del coniuge
- Stabilire confini chiari tra il sistema coniugale e quello genitoriale

COMPITI DI SVILUPPO GENITORIALI

- Salire di una generazione, assumendosi il ruolo genitoriale e prendendosi cura della generazione più giovane
- Cura del figlio come elemento di dialogo intergenerazionale
- Condividere la cura sul piano organizzativo
- Fornire un valido modello di attaccamento affettivo ed educativo al figlio

COMPITI DI SVILUPPO COME FIGLI

- Ristrutturare le relazioni con i propri genitori attraverso il comune ruolo genitoriale
- Definire le aspettative nei confronti dei propri genitori, individuando le diverse regole del ruolo dei nonni e dei genitori
- Coinvolgere i nonni, nel rispetto dei confini reciproci, nella cura del nipote
- Continuare la storia familiare, riconoscendo una 'fonte benefica' da salvare nelle radici, pur portando elementi 'innovativi' (CONTINUITÀ INNOVATIVA)

COMPITI DI SVILUPPO nel CONTESTO SOCIALE

- Ridefinire i rapporti con l'ambiente esterno, con gli amici, in base alle esigenze della famiglia
- Gestire e organizzare il tempo dedicato al lavoro e il tempo dedicato alla famiglia (sono 2 cose bene distinte!)

IN GRAVIDANZA: paura della RESPONSABILITÀ...
...MA ANCHE LA DIFFICOLTÀ DI STARE NEL FLUSSO DEL GRANDE cambiamento e di passare dall'innamoramento all'AMORE.

Per riuscirci, è fondamentale:

- Aver cominciato un buon DISTACCO DALLA FAMIGLIA D'ORIGINE
- AVER AVUTO IL TEMPO PER COSTRUIRE LA MEMBRANA DI COPPIA (almeno 2 anni di storia di coppia per essere pronti)

Con il PRIMO Figlio cambia tutto

- La coppia con il primo figlio vive una realtà nuova in cui non ha più tempo né per sé, né per la coppia.
- Se uno si sente trascurato va in crisi!
- Rabbia svalutante di chi si sente TRASCURATO.
- Fuga, assenza, tradimento, svalutazione, regressione, pretese infantili da "figli"....

Coniugalità e genitorialità: non sono in competizione

- A volte, la genitorialità può sembrare prioritaria rispetto alla relazione di coppia. Tuttavia, è fondamentale ricordare che una coppia solida crea un ambiente più stabile e sereno per i figli.
- Esempio: Dedicare tempo alla coppia, come momenti di dialogo o attività condivise, non è solo un atto di cura reciproca, ma anche un investimento sul benessere della famiglia.

Ma è inutile arrampicarsi sugli specchi....e raccontarsela.... La verità è che

NON C'È FAMIGLIA SE NON C'È COPPIA!!

- La famiglia nasce dalla relazione tra due persone che si scelgono come partner. Questo legame iniziale, basato su amore, rispetto e collaborazione, diventa il modello relazionale per tutti gli altri membri della famiglia.
- I bambini osservano e imparano dalla relazione dei genitori: il modo in cui comunicano, risolvono i conflitti e mostrano affetto diventa una guida per il loro futuro.

Essere genitori è un ruolo che richiede tempo, energia ed equilibrio emotivo. Se la relazione di coppia viene trascurata, i genitori rischiano di vivere stress e conflitti che possono riflettersi sui figli.



È IMPORTANTE PRENDERSI CURA DELLA COPPIA

Film "Figli"

