Boom di separazioni e divorzi: tutti i perché di una crescente tendenza sociale

Prof.ssa Alessandra Graziottin
Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica H. San Raffaele Resnati, Milano

"Gentile professoressa, ho 54 anni e da un po' di tempo noto che il numero di miei amici che si separano, anche dopo anni di matrimonio, è in costante aumento. Al punto che oggi, nel nostro gruppo, i separati sono quasi la maggioranza. Ai tempi in cui mio padre e mia madre avevano la mia età, non era così: tutte le coppie che frequentavano erano (o sembravano) unite, e quasi nessuno si sognava di divorziare. Come mai le cose sono così cambiate? Cosa si può fare per mantenere viva nel tempo una relazione d'amore?".
Aldo G. (TO)

Gentile signor Aldo, la tenuta di una coppia nel tempo dipende dalla tensione dinamica fra due opposti ordini di forze: le motivazioni alla separazione e le motivazioni all'unità. Oggi le prime sono più potenti e articolate di ieri, per una serie di motivi che vedremo subito, mentre le seconde sono più deboli che in passato. Il risultato è il netto aumento delle coppie che saltano, come lei osserva nell'ambito delle sue amicizie e come confermano tutti gli studi sociologici nel mondo occidentale. I dati, oltretutto, sono certamente imprecisi per difetto, dal momento che lo scioglimento delle unioni di fatto è meno tracciabile delle separazioni legali e dei divorzi.

Che cosa è cambiato rispetto al passato?
Una volta ci si separava quasi esclusivamente per gravi incompatibilità di carattere e infedeltà. Oggi la coppia è esposta anche:
- alle problematiche relazionali e logistiche legate al lavoro femminile (gelosia e invidia per i rispetti ruoli professionali, difficoltà di gestione del quotidiano, specialmente in presenza di figli);
- all'effetto dirompente della crisi economica;
- all'attrattiva di uno stile di vita più promiscuo, sempre potenzialmente aperto ad avventure seducenti;
- alla fretta con cui spesso ci si mette insieme, senza avere maturato una sufficiente conoscenza dell'altro, del suo carattere e delle sue priorità esistenziali;
- alla crescita vertiginosa dell'egoismo e del narcisismo, che spingono a prendere con superficialità, e a lasciare alla prima difficoltà.
In parallelo a tutto ciò, si assiste a un forte indebolimento delle tradizionali motivazioni all'unità: la presenza di figli, il valore etico attribuito alla promessa matrimoniale, i vincoli religiosi, le convenzioni sociali. Il risultato, sotto gli occhi di tutti, è che le separazioni sono in aumento, non solo fra le coppie più giovani e di recente formazione, ma anche fra quelle di vecchia data, che un tempo si sarebbero dette inossidabili.

Davvero la diversità di carattere può dividere una coppia che si amava?
Purtroppo sì: la differenza di carattere, che all'inizio può attrarre fortemente, può poi diventare la ragione di una crisi irreversibile. La passione d'amore, l'attrazione fisica ma anche emotiva che può essere accesa proprio dalla diversità dell'altro, sono per loro natura di breve durata: possono sorriderci per uno, due, massimo quattro anni, o poco più, dicono gli esperti. Poi l'innamoramento deve diventare amore, o si appanna per sempre. E soprattutto quando la coppia si impegna in un progetto serio, le differenze di carattere, ma anche di educazione e di stile di vita, possono diventare incompatibili con la quotidianità. A quel punto le illusioni d'amore, all'inizio molto forti, si attenuano fino a scomparire, lasciandoci di fronte alla verità dell'altro e dell'altra. Che possono restare due belle persone in sé, ma incapaci di armonizzarsi in una vita reciprocamente soddisfacente.

In quali ambiti le differenze di carattere possono mettere a rischio la coppia?
La differenza di carattere può esprimersi in modo più forte su alcuni fronti e andrebbe armonizzata già durante il fidanzamento: ecco perché la fretta nel convergere sulla convivenza o sul matrimonio è uno dei più potenti fattori predittivi di crisi e separazione. Le aree più "sensibili" sono:
- i bioritmi: dall'ora in cui ci si alza all'ora in cui in cui si va a letto. Gufi e allodole possono trovarsi in seria difficoltà quando il bioritmo interessa anche l'ora migliore per addormentarsi, per alzarsi nel week-end o progettare il tempo libero;
- le priorità della vita: si scontrano drammaticamente, per esempio, quando lei desidera figli e lui non si sente pronto; oppure quando lei investe sulla carriera e lui la vorrebbe più dedita alla coppia e alla famiglia;
- il modo di discutere: il collerico può creare serie difficoltà alla persona ansiosa, timida o permalosa, che può essere molto ferita dalle "fiammate" dell'altro, anche se di breve durata;
- la gestione della casa: se uno è ordinato e l'altro no, possono scattare conflitti notevoli, soprattutto nelle case piccole e senza aiuti domestici, o quando in casa uno non sa o non vuole fare nulla, e si aspetta che l'altro o l'altra provveda a tutto;
- l'utilizzo del denaro per la vita quotidiana: formiche e cicale possono non riuscire a convivere quando le risorse sono limitate, specialmente in caso di figli;
- il rapporto con le famiglie di origine: se uno è molto legato e l'altro molto autonomo, può essere difficile trovarsi in sintonia, soprattutto quando si tratti di decidere come trascorrere le domeniche, le vacanze o le feste più importanti;
- la gestione del tempo libero: se lui ama leggere in pace, e lei terrebbe sempre il televisore acceso, si possono creare non poche tensioni; idem se lui ama stare ore a tavola, e lei è rapida e frugale, perché le sembra che quello passato a mangiare, oltre lo stretto necessario, sia tempo buttato;
- il modo di educare i figli: questo è un fronte su cui si scontrano moltissime coppie, soprattutto per quanto riguarda lo studio e il profitto, la gestione del tempo libero, gli spazi di autonomia, il denaro da dare, le amicizie, il senso etico e religioso con cui educarli. Conflitti che poi, purtroppo, proseguono e si amplificano dopo la separazione.

In un quadro così problematico, dire «ti amerò per sempre» ha ancora un valore?
Mai le parole d'amore sono state dette con questa frequenza, con questa disinvoltura, con questa superficialità. In parallelo, si è ridotto il loro valore. La loro unicità ed esclusività. L'amore vero si deve vedere: con i fatti, i gesti, i comportamenti, gli atteggiamenti. L'amore che non sia una semplice parola si traduce in sollecitudine, in piccole e grandi attenzioni, in capacità di ascoltare, di accogliere, di confortare, di rasserenare, di prendersi cura. Di entusiasmare. Di sorprendere, con un gesto affettuoso e inatteso. Di condividere anche i giorni di pioggia e non solo i giorni di sole. E' questo che forma, al di là delle buone intenzioni, la "pragmatica" degli affetti: che è la capacità di rendere i sentimenti visibili, concreti, evidenti, capaci di cambiare e migliorare la nostra vita e quella dell'altro.

Dove si apprende questa capacità di dedicarsi all'altro?
Innanzitutto in famiglia: l'amore è una "lingua" materna, come tutti i linguaggi primari. Il saper prendersi cura nasce dai gesti di tenerezza, accudimento, attenzione affettuosa che noi stessi abbiamo gustato fin da piccoli. E' un processo psicologico, ma anche biologico, perché mediato dalla funzione dei neuroni specchio, che ci permettono di assimilare la "grammatica" delle relazioni positive e di riprodurla, a nostra volta, nei confronti degli altri. Questa base si sviluppa poi nei rapporti fra pari: ecco perché è così importante incoraggiare i figli adolescenti a sviluppare relazioni sane, a scuola e nel tempo libero. Da tutto ciò nasce poi la capacità di:
- guardarsi dentro e capire le proprie priorità esistenziali;
- cogliere le priorità dell'altro;
- costruire un progetto di vita comune, assumendosi la responsabilità di alimentarlo con tutte le proprie forze e di proteggerlo nei momenti di difficoltà;
- resistere alle forze della disgregazione.

Come vede, è una capacità difficile da maturare e che non si improvvisa: forse la crisi delle coppie che contraddistingue la nostra epoca è dovuta anche alla latitanza delle famiglie nel fornire solidi modelli di vita e della scuola nell'educare alla dedizione e alla tenacia. Ma lo scenario non è tutto nero. In positivo, infatti, ci sono molti giovani, e meno giovani, che riescono a fruire di questa preparazione e possono quindi dare vita, anche oggi, a coppie affiatate e resistenti: dal loro esempio tutti noi possiamo ancora credere che l'amore, quando è coltivato e curato con attenzione, giorno dopo giorno, può davvero durare per sempre.