
Tra moglie e marito quale esperto?

Autore: Giovanna Pieroni

Fonte: Città Nuova

«Io e mio marito abbiamo degli “alti e bassi”, ma non grossi problemi. Ci hanno consigliato però di contattare un esperto. È un po’ una moda diffusa nel nostro territorio per prevenire le molte crisi coniugali. Come se le coppie non fossero in grado di capire cosa stanno vivendo e abbiano bisogno di qualcuno che le segua da un punto di vista psicologico... Cosa ne pensate?». M. D. – Milano

Forse un tempo, la cerchia di amici, la famiglia allargata, svolgevano una funzione protettiva e preventiva verso la crisi di coppia. Oggi molto spesso ognuno è solo con il proprio disagio, nell’aumentare del divario generazionale e nel diffondersi di un soggettivismo per cui non si conosce più qual è, e come attuare, il bene per la persona. In questo contesto, emerge la necessità di “raccontarsi”. Questo bisogno, da un punto di vista umano, psicologico e sociologico, è confermato anche dall’auditel di tanti programmi televisivi, intesi come spazio di sfogo di problemi relazionali, a cui però mancano le risposte.

L’esperienza che facciamo, quando proviamo la condivisione sincera e profonda con qualcuno che condivide i nostri valori, è di stare meglio. Tante cose che sembrano insormontabili, che fanno parte della vita, si ridimensionano, le proprie percezioni trovano il giusto peso. Troviamo anche la forza e il coraggio di fare delle scelte. L’ascolto e il dialogo, nella coppia e fuori, non sono un optional, ma una componente fondamentale per lo sviluppo sano della persona e delle relazioni. Per questo è molto importante imparare a sapersi donare e ad accogliere gli altri.

A volte può essere necessario affidarsi a uno psicoterapeuta (di cui è bene conoscere prima l’orientamento, lo stile e i valori). Tuttavia è sempre la coppia che deve prendere in mano la propria situazione, investendo tutte le energie per migliorare la propria comunicazione.

La crisi va saputa cogliere per tempo e non quando la riconciliazione è quasi impossibile, però non bisogna generalizzare. Direi di seguire questo consiglio, se c’è un’esigenza reale e non per conformismo.

spaziofamiglia@cittanuova.it