

Cenni descrittivi dell'amore patologico

1. il "sentimento" della gelosia

La gelosia è un sentimento che ciascuno di noi conosce o ha conosciuto con maggiore o minore intensità, a seconda del proprio carattere e delle proprie esperienze; ma sempre, comunque, con un dolore inequivocabile. Un dolore cui si perviene attraverso un gradiente di tappe emotive più o meno universali e ricorrenti.

In un primo momento, il soggetto geloso sperimenta una vera e propria dis-percezione della realtà, ossia la drammatica alterazione nella percezione che ha del partner, che da più o meno affidabile che era gli appare d'un tratto inaffidabile, talvolta persino cinico, disonesto, "mostruoso".

In un secondo momento, il soggetto geloso sperimenta, come reazione speculare all'ambiguità dell'immagine del partner, un penoso sentimento di instabilità del proprio io, che non ha più le certezze pregresse e sembra ora oscillare in bilico su un minaccioso abisso.

In un terzo momento, un sentimento acuto e lancinante del tradimento patito pervade per intero l'anima. Diviene un pensiero ossessivo. Infine, un sentimento di condanna (o sconfitta) personale, cui succede — quinto e, di solito, ultimo atto — una struggente e impotente malinconia o, per contro, una reazione rabbiosa, non di rado vendicativa.

Il morso dell'amarezza si miscela a un dolore acuto, misto a rabbia. Un terribile e inconfondibile gelo di morte attanaglia il geloso nel momento in cui la sua gelosia raggiunge, con la certezza dell'inganno, la massima intensità. Quel gelo esprime il sentimento che qualcosa di molto intimo e profondo è morto: il rapporto stesso o, peggio, il sé personale del soggetto innamorato, deluso dall'inganno, che da quel momento potrà vitalizzarsi solo nel lamento, nella rabbia, nella vendetta, nella paranoia.

Vero o presunto che sia, l'inganno in quel fatale istante di rivelazione appare certo. Da una parte c'è il traditore con il/la sua complice, che appare mosso da una singolare insensibilità e una misteriosa e inafferrabile doppiezza; dall'altra la vittima, mortificata, anzi uccisa, nella sua identità più intima e vulnerabile.

Il sofferente di gelosia è in preda alla disperazione, perché ha perduto il motore primo della sua speranza, l'oggetto amato. Ma è anche preda di un sottile pentimento: infatti, egli pensa che l'aver scoperto il fianco all'amore (o al desiderio o anche al semplice bisogno) lo abbia "smascherato", rivelandolo come un "sentimentale", un "debole", un "perdente", che come tale ora viene punito per aver ciecamente donato la sua fiducia.

2. la relazione di gelosia

Ecco allora che la gelosia si manifesta in una complessa geometria triangolare:

1. Il soggetto geloso, colpito nel profondo dell'anima, è come un bambino vulnerabile tradito nella sua fiducia, ferito a morte, isolato e perso ad ogni relazione umana. Ossessionato e perciò fragile egli è anche, allo stesso tempo, vulnerato e furioso come se il fatto fosse realmente accaduto.

2. Il soggetto amato, di cui si teme o si constata il tradimento, è una figura ambigua, che oscilla fra l'identità di un freddo persecutore, insensibile, crudele, talvolta derisorio, e l'identità della persona amata, che torna ad essere quella nota e familiare. Se in un certo momento si crede di conoscerlo e come tale lo si ama, poi però in un momento successivo egli svela — nell'istante più o meno lungo e tormentoso della gelosia — un volto estraneo, sconosciuto, pericoloso.

3. L'oggetto del tradimento, rivale perfetto e inarrivabile nella sua bellezza o potenza fisica o caratteriale o superiore grazia ed eleganza o anche soltanto nella sua ricchezza o nella sua sensuale volgarità, umilia il soggetto innamorato e geloso, che non si sente mai, in nessun caso, alla sua altezza. Questo terzo personaggio sostanzia e moltiplica la crudeltà dell'oggetto amato e del suo improvviso voltafaccia.

In sintesi:

La struttura triangolare della gelosia implica, come preliminare, la struttura diadica della dipendenza, nella quale l'innamorato ha riposto nelle mani di un solo essere il proprio valore personale e il senso stesso della propria persistenza in vita.

Questa struttura diadica è d'un tratto alterata dall'ingresso di un terzo termine, cui da quel momento (o forse da sempre) il partner amato destina per intero il suo amore, e con esso l'accesso al bene supremo: il corpo fisico e/o il corpo spirituale. L'ingresso del Rivale contrassegna la rivelazione non solo del tradimento e della perdita dell'amore, ma anche della propria nullità.

Non sempre la gelosia ha per oggetto la relazione sessuale. Spesso, soprattutto fra donne, assume a bersaglio una

relazione privilegiata che l'amato — o l'amata nel caso di amicizie simbiotiche e intense o di sentimenti omosessuali — intrattiene con un'altra persona.

Questa particolare circostanza, nella quale non è in gioco direttamente il dubbio ossessivo circa una relazione sessuale, mostra la gelosia come un sentimento che inerisce il tradimento del Sé, piuttosto che del solo amore sessuale.

3. psicologia del singolo nella coppia

1) E' molto importante tener presente che spesso persiste il riferimento ai genitori, con una vita affettiva bloccata a livello infantile (attaccamento e bisogno di protezione). Qui la scelta d'amore è strettamente dipendente dalle immagini parentali alle quali questi soggetti sono rimasti inconsciamente fissati. Non raramente la scelta del coniuge non si libera da tracce più o meno evidenti di un riferimento alle immagini parentali, riferimento inconscio che, se importante, si carica di angoscia "incestuosa" con caduta dell'erotizzazione del rapporto. La moglie, o la compagna, ad esempio, può restare oggetto di un amore tenero ma dis-erotizzato, mentre i desideri genitali si esprimeranno con un'altra partner. In questa prospettiva rientrano non pochi casi di impotenza e di frigidity.

2) Molto importante, dall'osservazione delle coppie, risultano l'insoddisfazione cronica e l'instabilità. Ci si sente spinti a cambiare di partner, ma i partner successivamente scelti presentano dei tratti comuni: cioè si resta fedeli ad uno stesso tipo di oggetto d'amore. Si può anche osservare, qui, una certa maturazione, attraverso una di queste esperienze amorose, eventualmente extraconiugali, per cui il soggetto può uscire dalla fissazione infantile e far evolvere la qualità del suo rapporto con l'altro fino ad ammorbidire i rigidi meccanismi psichici che lo spingevano a ripetere instancabilmente le stesse conquiste e le stesse rotture. In questo ambito rientra il Dongiovanni, la cui incapacità di amare viene equivocata per ipervirilità.

3) Molte sono le scelte d'amore motivate solo dall'ammirazione dei propri amici per le qualità, anche solo esterne, di quella persona, la quale non altro è che una prova della propria capacità di sedurre. Qui alcuni psicoanalisti hanno parlato di omosessualità latente.

4. Psicopatologia della coppia:

La relazione amorosa autentica è totalitaria, globale, immersa nella comunicazione, senza frontiera fra gesto e parola, fra sessuale e verbale. L'amore non è solo nascita di un clima di valorizzazione narcisistica reciproca, esso soddisfa anche il bisogno di scambio, che spinge l'essere umano a sfuggire alla sua solitudine (M. KLEIN). Ma gli scogli, gli ostacoli, i fallimenti sono numerosi:

Riporto la sintesi di un interessante seminario del professor Bruno Callieri, inerente la psicopatologia di coppia ed i fallimenti della vita di coppia

1) Anzitutto la dissociazione tra piano affettivo e piano sessuale, che può certamente costituire un punto di partenza falso oppure può farsi strada a poco a poco, sostenuta dalla falsa opinione che l'istinto sessuale è un bisogno individuale che va soddisfatto come igiene, senza legami con la vita sentimentale.

2) Ed ecco qui profilarsi un secondo scoglio, l'assenza di affinità profonde. L'amore, più o meno lentamente, muore; tra i due non c'è più nulla da scambiare, salvo ancora una certa attrazione fisica. Il partner non è in grado di rispondere ad altre esigenze, più profonde. Il dialogo, appena iniziato, comincia a mostrare delle crepe. Gli interlocutori, incapaci di creare nuove affinità, si sentono ingannati, l'uno dall'altro. In realtà al posto del dialogo c'è stato sempre, fin dall'inizio, soltanto un doppio monologo, una vera collusione nevrotica di coppia (Jurg WILLI, 1991).

3) Si celano però rischi anche nella condizione opposta, cioè nell'eccessiva interdipendenza. Qualsiasi propria aggressività viene soffocata, si riducono le prese di posizione individuali, si tacciono le difficoltà personali, si assumono restrizioni su molti piani, i terzi vengono temuti come intrusi, ognuno dei due dimentica i suoi gusti personali. La stretta dipendenza che si crea rende la relazione mutua molto fragile e si può assistere a bruschi risvegli di aggressività, di crisi, di fronte a cui l'altro resta interdetto, nulla avendo presentito di questo improvviso disastro.

4) Neppure i rischi di una dipendenza a senso unico vanno sottovalutati; per lo più - anche se oggi un po' meno di un tempo ad essere dipendente è la donna, la cui sottomissione, voluta o imposta dalle circostanze, sovente si delinea fin dalle prime battute. Ma ove il partner sottomesso alzi il capo, la reazione è spesso grave: la rivolta è scambiata per tradimento di un tacito contratto. Il clima diviene violento e spesso si giunge a comportamenti estremi.

5) Ma è la gelosia ad essere una delle più note torture coniugali. Nel geloso i due termini dell'alternativa, infedeltà constatata o timore d'infedeltà, si situano in una stessa prospettiva, quella di un soggetto che si sente profondamente frustrato nel "possesso" dell'altro, con conseguenti sentimenti di umiliazione e di inferiorità aggressiva verso il supposto rivale. La gelosia ignora che il suo movimento possessivo (e ossessionato) è essenzialmente egocentrico, anche se, paradossalmente, strettamente dipendente dal partner. Il geloso spesso non può tollerare che l'oggetto del suo amore sia o

sia stato amato anche da altri; egli ne deve "possedere" anche il passato, i più reconditi pensieri. E' il vero scacco della coppia, tormentoso e disperante (S. BONAGA).

6) Ma la crisi della coppia, la messa in evidenza della sua patologia, può essere molteplice quanto a configurazione dinamica:

a) *progressiva, aperta*: l'uno "utilizza" l'altro. La coppia può mantenersi per ragioni di facciata, ma in realtà è dissodata.

b) *differita, latente*: l'aggressività è ben controllata per un certo tempo, poi finisce per esplodere, oppure la coppia invecchia presto e si sclerotizza. In questa atmosfera i figli o si oppongono, a volte violentemente, o fuggono, o non accedono all'autonomia.

c) *Può esserci una crisi feconda*, in cui ognuno prende coscienza del proprio fallimento; attraverso la disillusione e/o la demistificazione, la coppia può maturare, l'altro può essere accettato nella sua alterità. Mai come qui si vede quanto il legame d'amore coniugale sia un fenomeno vivente, in perpetua evoluzione. In questo senso la crisi può apparire come uno stadio fisiologico della relazione coniugale.

Entriamo ora nel campo psichiatrico in senso stretto. Ogni alterazione patologica dei sentimenti può riflettersi sull'amore frenandolo, soffocandolo, ostacolando, uccidendolo.

E' stato giustamente detto che al depresso è negata la tristezza, cioè al depresso in quanto malato di depressione è negato attingere il sentimento (normale) della tristezza. Ciò va detto chiaramente per non cadere nell'equivoco di negare a chi è triste la capacità di amare.

L'opposto è stato invece sostenuto da Avicenna là dove egli definisce l'amore un «pensiero assiduo di natura melancolica». Si pensi all'intensità con cui chi è triste vive la lontananza, la nostalgia, la rievocazione, la tenerezza; si pensi a tante situazioni di esistenza sacrificata, soffuse o permeate di tristezza ed anche di accoramento, che mantengono e, pure, ravvivano un dialogo d'amore, anche di quello più autentico.

Forse è proprio nella tristezza (normale) che il divario fra sesso e amore appare nella sua evidenza, senza che il vissuto d'amore ne esca compromesso o mortificato.

(Dott.ssa Maura Santandrea)

La vita di coppia può essere sconvolta da eventi più o meno prevedibili che hanno il potere di generare una vera e propria frattura tra i partners, molto difficile da tollerare e altrettanto dolorosa da affrontare. Uno di questi eventi è il tradimento. Alla scoperta di un tradimento, spesso la coppia reagisce con modalità che mettono a dura prova la stabilità di ogni partner: un alto livello di stress, reazioni aggressive, comportamenti caotici, ansia, incapacità nella gestione della propria rabbia, senso di frustrazione e umiliazione, smarrimento, senso di solitudine, pensieri ossessivi.

Ogni partner attribuisce all'altro degli atteggiamenti irrazionali e chiusi allo scambio e al chiarimento, la comunicazione diventa problematica e incomprensibile, l'altro viene percepito come un estraneo in quanto attua condotte vissute come insolite e indecifrabili.

La frattura, nella coppia, è dovuta soprattutto alla sensazione che siano venute meno le premesse di base su cui si fonda una relazione impegnata. Il tradimento ha minacciato la stabilità, la sicurezza, la fiducia, la reciprocità, il progetto comune, le certezze costruite insieme, la lealtà.....

Spesso il tradimento costituisce una sorta di provocazione/riciesta a quel partner che viene vissuto come colui/colei che non ha saputo soddisfare le attese iniziali e si tradisce nel tentativo che egli modifichi il suo comportamento per rientrare nel "disegno originario".

Questo gesto possiede in sé una grande ambivalenza perché se da una parte colui/colei che tradisce anela anche ad un recupero del rapporto attraverso quest'azione che dovrebbe fungere da stimolo ma anche da punizione per l'altro che si è discostato dall'immagine ideale; dall'altra chi ha tradito l'ha fatto anche nella speranza che qualcun'altro potesse incarnare l'idea di partner che, finora, è stata sperimentata come utopica e irraggiungibile.

Alla constatazione di questa evidenza, si può reagire in diversi modi: c'è chi interviene "dentro la coppia" cercando di modificare l'altro attraverso richieste più o meno dirette, andando incontro a frustrazioni perché o l'altro non accetta queste prevaricazioni o vi si modella spersonalizzandosi; c'è chi interviene "fuori dalla coppia" cercando il soggetto che più si uniformi a ciò che si ha in mente, non tollerando la minima discrepanza.

A volte i partners si stupiscono delle loro stesse reazioni: può accadere infatti che coloro i quali, all'inizio della relazione di coppia, avevano giurato che, se avessero subito un tradimento, avrebbero sciolto il legame, ora invece, davanti al fatto compiuto, non riescono ad andarsene; e invece coloro che, all'inizio della storia, affermavano che la loro relazione era più importante di qualsiasi scappatella, ora invece, alla scoperta dell'infedeltà, se ne vanno di casa senza esitazione. In realtà spesso ipotizzare la propria reazione di fronte al tradimento dell'altro prima che questo avvenga, non è predittivo di come effettivamente ci comporteremo perché è talmente grande il colpo subito che, con nostra stessa sorpresa, possiamo agire i comportamenti più disparati, accomunati tutti da una forte sensazione di perdita di controllo e potere sulla propria

relazione di coppia e dalla percezione di una ferita non rimarginabile inferta dall'altro.

Eventi di questo tipo possono costituire dei fattori molto destabilizzanti per il benessere psico-fisico di ognuno e, quando sono presenti dei figli, possono ripercuotersi notevolmente anche sulla salute della prole.

I sintomi di stress all'interno della coppia, a volte possono manifestarsi anche prima della crisi conclamata e il tradimento può diventare l'esito finale di un disagio presente da tempo.

I fattori in grado di contribuire a questa rottura sono diversi e dipendono dalla storia della coppia, dal contesto di vita, dalla personale capacità di tollerare lo stress, risolvere i problemi, rispondere alle pressioni subite dall'esterno, dalla fase della vita che si attraversa.

Quest'ultimo aspetto è particolarmente importante, infatti i motivi che spingono una coppia di mezza età al tradimento, potrebbero essere ben diversi da quelli presenti in una coppia più giovane. Tra l'altro, quando si tratta di coppie con figli, le variabili che incidono

5. Modalità comunicative nella coppia

Gli altri fattori che possono facilitare l'eventualità di un tradimento, riguardano modalità relazionali che, nel corso del tempo, possono aver ostacolato la costruzione di un rapporto autentico, intimo, comprensivo.

Ad esempio:

- la tendenza a lasciare i conflitti aperti e irrisolti
- il sacrificio dell'autenticità o delle proprie esigenze personali, allo scopo di dare vita ad un'unione ideale che, in apparenza, rasenta la perfezione
- l'evitamento dei conflitti o del disaccordo perché convinti che possano logorare il rapporto
- non saper litigare o pensare che non si "debba" litigare mai
- l'insoddisfazione protratta nei rapporti sessuali che vengono vissuti come poco gratificanti o assenti
- l'evitamento dell'intimità che, di conseguenza, ostacola la condivisione, la complicità e favorisce l'alienazione dalla vita di coppia
- l'assenza di solidi confini che preservino la coppia da ingerenze esterne (amicali o familiari)
- l'assenza di specifici spazi e tempi che appartengano solo alla coppia, lontani dall'intromissione costante di pensieri rivolti ai figli o al lavoro.

Dott. Stefano Ottaviani
(Psicologo, Psicoterapeuta, Psicoterapeuta vocazionale)