

CHIARA MORTARI

# DESIDERI SOSTENIBILI

*Crescere in relazioni mature*



edizioni la meridiana

*p r e m e s s e . . . .  
per il cambiamento sociale*

---

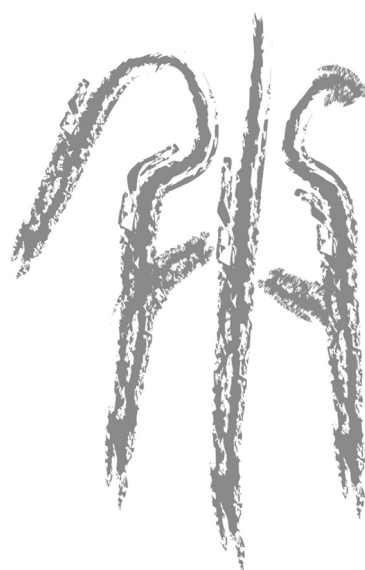


**Chiara Mortari**

# **DESIDERI SOSTENIBILI**

---

**Crescere in relazioni mature**



# Indice

---

<b>Premessa</b> .....	9
<b>Capitolo 1. Le basi della relazione</b> .....	13
1.1 Dentro e fuori dalla famiglia .....	13
1.2 Da uno a due: il legame fondamentale.....	15
1.3 Dipendenza infantile.....	17
1.4 Maturazione della personalità.....	18
<b>Capitolo 2. Tra sogni e realtà dei sentimenti d'amore</b> .....	21
2.1 I nuovi ruoli dei genitori .....	21
2.2 Costi della separazione .....	23
2.3 Solitudine o soggettività.....	25
2.4 Sentirsi parte di un tutto .....	26
<b>Capitolo 3. Emozioni e difficoltà di comunicazione</b> .....	29
3.1 Consapevolezza emotiva.....	29
3.2 Requisiti della relazione amorosa.....	31
3.3 Ideali di coppia.....	32
3.4 Linguaggi e comunicazione .....	36
<b>Capitolo 4. Cura delle relazioni e cura della vita</b> .....	41
4.1 Diritto alla vulnerabilità .....	41
4.2 Relazioni che curano .....	43
4.3 Pratiche di cura e desideri di ascolto .....	46
4.4 Dalla cura alla <i>care</i> .....	48
<b>Capitolo 5. Desideri sostenibili</b> .....	53
5.1 Oltre il disagio personale.....	53
5.2 Verso l'e-co-scienza.....	55
5.3 Last minute.....	56
5.4 La società desiderabile .....	58
<b>Postfazione</b> .....	61
<b>Bibliografia</b> .....	63

# Premessa

---

Le passioni e i desideri più intensi sono per noi guide importantissime, alla cui influenza sulle vicende umane la nostra specie deve in gran parte la propria esistenza.

Il corso della vita di ciascuno di noi è segnato, infatti, da ideali, ambizioni, obiettivi che possono essere anche molto differenti e che includono sogni romantici, illusioni di sicurezza, di libertà e potere, di invulnerabilità. Con molta evidenza, sogni e aspirazioni disegnano la storia universale, incrociando o separando i destini di ogni persona, però esiste – al di là di ogni discrepanza – un agente comune che riguarda tutti e corrisponde al bisogno di amore, di risposte affettive e legami significativi soddisfacenti.

Ma allora, se è condiviso il desiderio di amare ed essere amati, perché i rapporti sono così complicati, a volte impossibili?

Cosa accade tra le persone quando la relazione s'incepisce?

La complessa realtà sociale non facilita la vita di coppia e nondimeno le interazioni quotidiane: nei rapporti tra le persone spesso si aprono interrogativi e conflitti che rischiano di provocare squarci esistenziali e portano ad allontanarsi reciprocamente.

In questa indagine ci si propone di fornire elementi utili per evitare sprechi di affettività e affrontare i problemi che riguardano quei legami che a tutti appaiono come irrinunciabili.

Come spunto di osservazione iniziale, si sottolinea come spesso le difficoltà che sorgono nelle relazioni tra individui e anche nella coppia, sono connesse alle modificazioni del nostro tempo e alle trasformazioni che riguardano le strutture della società. Così le crisi personali e familiari, psicologiche, risulterebbero contenute all'interno di una crisi più generale che riguarda il corpo sociale e la cultura.

Per esempio rivolgendo lo sguardo all'immagine della famiglia attuale osserviamo che è ormai molto lontana rispetto alla sua rappresentazione passata, con il risultato che la riorganizzazione interna di compiti e ruoli femminili e maschili determinano nuovi atteggiamenti e linguaggi apparentemente disparati anche tra i componenti di uno stesso nucleo familiare, non facili da includere. Sempre più spesso la vita di coppia fatica a coincidere con

l'immaginario ereditato dalle precedenti generazioni e radicato nei vari stereotipi culturali di amore coniugale indissolubile, decorato di virtù. Piuttosto, oggi, è diffusa la tendenza a sostituire la provvisorietà delle relazioni alla loro durata. Anche recenti indagini attestano che questa inclinazione studiata dall'etologia e associata più comunemente agli animali, viene adottata dalla collettività umana: in particolare in Europa si assiste alla diminuzione dei nuclei familiari composti da coppie sposate – al suo limite estremo c'è il rapido aumento del numero di nuclei familiari composti da coppie che vivono insieme ma indignati dalla promessa di matrimonio<sup>1</sup>.

In un certo senso, come qualcuno sostiene, si può pensare che abbiamo facilitato a tal punto l'accesso allo stato coniugale da non renderlo più desiderabile, e comunque se i secoli passati hanno oscillato tra l'elogio della sensibilità e la condanna delle passioni, noi siamo entrati nell'epoca delle perplessità<sup>2</sup> –, che ci vede spesso inerti di fronte alla complessità della vita. Inutile negare che il futuro appare più ricco di minacce che di promesse a cui aspirare. Se in passato l'itinerario dell'esistenza si susseguiva seguendo fasi di un percorso predefinito, con un ordine più o meno rigido e considerato naturale, nella contemporaneità il corso che il divenire prenderà non è stabilito in precedenza e soprattutto i vecchi legami sembrano non funzionare più nello stesso modo.

Le trasformazioni che nascono dai nostri tempi hanno prodotto una cultura degli affetti destinata a sollecitare dinamiche e rapporti tra i vari componenti del nucleo familiare ben dissimili dal passato: nuovi schemi di comportamento e diversi atteggiamenti modellano il vivere comune e il crescere i figli in modo meno preordinato. Il mondo degli adulti non è più così separato dalle giovani generazioni, si propongono patti educativi e si discutono le regole a cui aderire preferibilmente per comprensione.

Ai bambini chiediamo d'identificarsi con modelli corretti capaci sempre di dialogo, distanti dalla visione di adulti autoritari che imponevano obbedienza e poco si dovevano occupare di affettività, tanto meno di sessualità o relazioni che uscivano dalla sfera delle competenze etiche attribuite alla famiglia<sup>3</sup>. Dentro queste variazioni di atteggiamenti, come si può facilmente rilevare

le vecchie gerarchie di protezione e di dipendenza non esistono più: esistono solo liberi contratti, che vengono liberamente cessati. Il mercato, che molto tempo fa si allargò a comprendere i rapporti di produzione, si è ora

allargato a comprendere tutte le relazioni [...]»<sup>4</sup>

Gli equilibri familiari, quindi, sono diventati effettivamente molto delicati e perciò viene spontaneo considerare che per compensare tale precarietà, i compiti destinati alla crescita degli individui e dei legami affettivi saranno sviluppati in maniera efficace solo se conseguenti ad una modificazione dei rapporti reciproci e degli atteggiamenti di ciascuno. Come a dire che andando oltre il tumulto dei sentimenti e dei contrasti che inevitabilmente sorgono, è possibile riscoprire nell'impegno più a lungo termine, il piacere e la gratificazione che riserva la relazione profonda con le persone. Oggi ci muoviamo verso nuovi itinerari con attuali modi di vivere e abitare insieme, e questi grandi cambiamenti che hanno modificato la nostra vita personale e collettiva sembrano imporre un confronto adeguato con quanto emerge nella nostra epoca. Pare che, per vivere meglio nel nostro tempo, non sia più evitabile rivolgere attenzione a una nuova coscienza di sé orientata alla trasformazione del proprio modo di pensare, ai valori di convivenza e di rispetto degli individui. Per non lasciare le nostre aspettative ostaggi del destino, si può ipotizzare che ciascuno sia ormai chiamato a promuovere una cultura delle relazioni e delle responsabilità per soddisfare le necessità del progresso e dell'accoglienza di nuove identità sociali. Immaginiamo che la crescente instabilità dei legami umani e l'impopolarità degli impegni a lungo termine possano non deludere una promessa di felicità solo se questa non rimane ispirata a modalità consumistiche di vita facile ma, al contrario, viene costruita ogni giorno con attenzione e cura dei sistemi di relazione che comporta.

Abbiamo il coraggio di affermare che atteggiamenti meno onnipotenti e stili di vita più rispettosi dei rapporti con le persone e con i loro ambienti di vita, consentono di stare nella complessità dell'esistenza senza rinunciare ai nostri desideri comuni d'amore.

## NOTE

1. Bauman, 2009, p. 22.
2. Bruckner, 2011.
3. Mortari, 2008, p. 12.
4. Ehrenreich, English, 1989.



# 3.

## Emozioni e difficoltà di comunicazione

---

*Oggi, è già domani?*

(Francesco, 4 anni)

### CONSAPEVOLEZZA EMOTIVA

3.1

Una persona che manifesta un problema, cela un bisogno.

Spesso la difficoltà a stabilire un equilibrio è legata a una comunicazione poco chiara o addirittura ambigua, proprio a causa di una mancanza di consapevolezza emotiva che porta a confondere i problemi con i propri bisogni inespressi o più nascosti. Come quando si cerca di volere dai rapporti più di quanto offrono.

La consapevolezza emotiva, dunque, diventa la via d'accesso per riconoscere, oltre alle emozioni, anche i loro effetti. Ma come trovare la strada giusta per arrivare ad essere più consapevoli?

Le nuove scoperte scientifiche in larga parte derivate dalle neuroscienze suggeriscono la necessità di prendere in seria considerazione le emozioni e così, ad esempio, nelle scuole degli Stati Uniti si introducono programmi di alfabetizzazione emozionale per insegnare ai bambini le capacità interpersonali essenziali. È in base a tali premesse che si fondono i nuovi progetti che anche l'Oms (Organizzazione mondiale della sanità) sta realizzando come *life skills*, per facilitare durante l'infanzia e l'adolescenza lo sviluppo di abilità emozionali e comunicative necessarie per gestire le proprie relazioni interpersonali.

Nello scenario delineato dalle nuove prospettive nel campo della salute e del benessere, l'acquisizione di competenze socio-emotive diventa il presupposto necessario per mettersi in relazione con gli altri e affrontare le difficoltà di comunicazione.





Sostanzialmente si tratta in linea generale di capire quali emozioni i nostri interlocutori stanno provando e perché:

- rendersi conto del legame tra i propri sentimenti, pensieri e azioni;
- riconoscere il modo in cui i sentimenti influiscono sulla prestazione;
- avere consapevolezza e lasciarsi guidare dai propri valori e dagli obiettivi personali.

Una prospettiva rigorosa delle relazioni comunicative include, in ogni caso, l'attenzione e l'esperienza diretta di quanto avviene nello spazio relazionale, per offrire consapevolezza e visibilità ai significati delle azioni e dei sentimenti provati<sup>1</sup>; altrimenti il dominio delle scienze della cognizione rischia di lasciar cadere la complessità dei vissuti nel vuoto delle astrazioni intellettualistiche che non aiutano a cogliere i significati più profondi nell'interazione tra due o più persone.

La radice dell'altruismo sta nell'empatia, ossia nella capacità di leggere le emozioni negli altri; senza la percezione delle esigenze o della disperazione altrui, non può esserci preoccupazione per gli altri. E se esistono due atteggiamenti morali dei quali i nostri tempi hanno grande bisogno, quelli sono proprio l'autocontrollo e la compassione<sup>2</sup>.

Nella comunicazione la sfera emotiva riveste dunque un ruolo di primo piano che condiziona e determina il tipo di relazione che si stabilisce e la conseguente distanza tra le persone.

Un elemento essenziale nella comunicazione efficace che fa capo alle capacità dell'ambito emotivo è l'abilità di valutare le reazioni di chi ci ascolta e di adeguare la presentazione del messaggio in modo da ottenere un impatto emotivo significativo.

Come qualcuno sostiene, le tesi più potenti e persuasive, oltre che alla mente, parlano al cuore<sup>3</sup>. Questo preciso coordinamento di pensiero e sentimento è reso possibile da una struttura cerebrale che equivale a una sorta di autostrada, un fascio di neuroni che collega il lobo prefrontale – il centro deputato all'attività decisionale – a un'area sita in profondità nel cervello, contenente i centri dell'emozione<sup>4</sup>. Ci sono quindi prove crescenti del fatto che tanti atteggiamenti che si adottano derivino dalle capacità emozionali elementari anche se oltre le abilità e competenze personali rimangono molteplici e complessi fattori culturali e sociali che influenza-

no la modalità di comportamento con gli altri.

## REQUISITI DELLA RELAZIONE AMOROSA

### 3.2

Forse in molti sono d'accordo nel constatare che spesso la coppia si trova in difficoltà a rispondere per tempo e con azioni preventive ai fenomeni che concorrono a determinare l'insuccesso sentimentale. Chi si è occupato di prendere in considerazione la coppia nelle sue interazioni, ad esempio Otto Kernberg, sostiene che pur consistendo di due individui, è un'entità di fronte al gruppo e questo la pone al crocevia in cui conflitti inconsci individuali si intersecano con l'espressione di tali conflitti nel mondo esterno<sup>5</sup>. Come emerge anche nella consultazione psicologica, una componente significativa che in molti casi si collega al fallimento di una storia affettiva, pare essere legata alla mancata integrazione dei soggetti nel gruppo sociale di appartenenza: i cattivi esiti che ne derivano influiscono negativamente sullo sviluppo del rapporto, sull'autostima e sul senso di efficacia dello stare insieme. Lo sviluppo della personalità di ogni individuo, la sua crescita e conseguentemente la possibilità di emancipazione della coppia sono infatti fortemente condizionati dalla qualità delle relazioni che si instaurano sia tra gli individui stessi che con il contesto. Quando al contrario il rapporto tra due persone viene vissuto come esperienza chiusa, si corre il rischio, evidenziato dall'esperienza clinica, di impostare il rapporto sulla base di un rispecchiamento narcisistico destinato ad esaurirsi al risveglio dal sogno infantile solipsistico e illusorio di possedere l'oggetto buono e onnipotente tutto per sé. Questo desiderio di un amore perfetto può trasferirsi erroneamente su un'altra persona e sebbene legami intimi possono fornire lampi abbaglianti di unione assoluta, semplicemente non possiamo contare su di loro per questo<sup>6</sup>.

Allora, con un po' d'immaginazione potremmo pensare che se una coppia si struttura come relazione non chiusa, accogliente e inclusiva di tutte le differenze individuali, improntata al prendersi cura reciproco, questa positiva ricaduta sul versante emotivo e affettivo diventa esperienza fondante e indizio di esiti gratificanti anche per la vita sentimentale. I modelli di rapporto improntati ad atteggiamenti confusi dove le due persone diventano una sola, non rispondono ai requisiti di una vita di coppia costruttiva, e funzionano in modo poco adeguato per la maggior parte delle persone, che,

collezionando prove fallimentari, finiscono per incolpare se stessi o il partner giungendo a coinvolgere anche i propri figli. Pertanto molti approcci delle terapie orientate ai problemi di relazione, suggeriscono di sostituire schemi di vita di “fusione”, con modalità che consentono piuttosto possibilità di confronto e di “connessione”. Il modello di relazione ispirato alle teorie degli psicoterapeuti Robert e Rita Resnick (L.A., California) sottolinea tale differenza affermando sostanzialmente che la “fusione” si basa sulla speranza di appianare tutte le differenze e le difficoltà, e conduce inevitabilmente alla separazione, la “connessione” implica invece il continuo sforzo d’incontrare l’altro con la sua individualità, affrontando il percorso, per nulla semplice, di essere coppia, senza rinunciare a se stessi. In altre parole, più che un problema da risolvere, si tratta di un’abilità da imparare per stabilire un equilibrio da raggiungere nel corso del tempo.

Forse il punto d’incontro di ogni rapporto è da ricercarsi proprio in quella distanza che ciascuno può stabilire tra se stesso e l’altro, che consente di vedersi e riconoscersi nelle reciproche diversità senza confusione d’immagini. Come qualcuno sostiene, rivolgerci ad altre persone alla ricerca di conferme, per soddisfare necessità e colmare buchi affettivi, inganna e priva di quella libertà che serve alla relazione per crescere e non morire.

Vivere la distanza significa affrontare la tensione generata da questo duplice richiamo: quello della fantasia e quello della realtà, quello della voce interna e quello della voce esterna, ma senza negarsi, nei momenti decisivi, la possibilità e la responsabilità di scegliere. Solo così possiamo dire di esserci data, almeno una volta, una *chance* per provare a vivere...<sup>7</sup>

Questo ci può aiutare a costruire rapporti meno improntati alla dipendenza e alla mera soddisfazione dei bisogni personali che poco hanno a che fare con la qualità degli affetti e dei sentimenti che da adulti abbiamo la possibilità di esprimere e magari restituire agli oggetti dei nostri desideri.

### 3.3

## IDEALI DI COPPIA

Per meglio individuare le differenze tra vari tipi di relazione che si possono instaurare tra le persone, a partire da quella amorosa, è stato chiesto a un campione di 40 giovani studenti di età media compresa tra i 18 e i 25 anni di fornire, in forma anonima,

# 5.

## Desideri sostenibili

---

*Un tepore riesce a insinuarsi  
nelle gelide volte del magazzino.  
Da vecchi le lotte più dure,  
le rivalità più accanite,  
ci tornano alla mente  
con una valenza nuova.  
La lunga malattia, il matrimonio fallito  
le sassate e le frecce dell'oltraggiosa fortuna –  
perdono il loro bersaglio.  
Che sia una sottile allusione al fatto che  
l'anima sta abbandonando i fardelli che portava,  
preparandosi a una più agile partenza<sup>1</sup>?*

J. Hillman

### OLTRE IL DISAGIO PERSONALE

### 5.1

Il disagio che può coinvolgere un individuo viene espresso come una condizione di malessere che fa sentire inadatti a certe situazioni o più all'estremo, inadatti a vivere.

In funzione della durata e dell'intensità di questo sentimento si può ipotizzare la sua transitorietà o resistenza. Va però sottolineato che diverse cause concorrono ad amplificare tali sentimenti.

Ad esempio il nostro tempo appare talvolta caratterizzato da manifestazioni d'onnipotenza che espongono le persone a un vuoto di senso, nei confronti della vita in generale, e a volte determinano una paralisi della vita emotiva. Questo accade, più spesso, quando le persone si trovano nella condizione di doversi misurare di fronte alle richieste sempre più incalzanti di prestazioni sociali, di risultati da ottenere piuttosto che di abilità e risorse personali da far valere. Espressioni di disagio si comprendono a maggior ragione nel



contrasto stridente con le forme di emarginazione sociale, dove sono evidenti quei sentimenti d'inadeguatezza e fragilità emotiva tipici della sofferenza privata.

In questi anni la crescente complessità sociale, ha sicuramente messo in evidenza il fronte del disagio individuale, ma sempre più ci si rende conto di quanto tale disagio sia legato a tanti fattori tra loro correlati. Di fronte alla sofferenza si cercano delle ragioni di speranza non sempre facili da trovare, soprattutto quando ci si sente vittime di un destino all'apparenza pieno di ostacoli da contrastare. Certamente, al di là di ogni giustificazione filosofica e principi legati anche alle religioni su cui si potrebbe divergere, può essere utile constatare che l'esperienza del dolore si propone come causa comune a tutti, esprime quindi la necessità di uscire dalla definizione limitata di una dimensione solo privata per comprendere, più complessivamente, l'ordine simbolico e il vissuto che vi sono connessi.

Soprattutto in particolari situazioni come quelle della solitudine, sono importanti le condizioni che consentono di affrontare l'isolamento e il senso di abbandono spesso presenti nel quotidiano soprattutto di chi è più fragile.

Molti autori e maestri di pensiero si sono prodigati per trovare nelle varie forme del dolore le ragioni possibili e consolatorie della speranza che comunque, sembrano per lo più coincidere e sopravvivere nell'affermazione della dignità dell'uomo e nella solidarietà.

Inoltre i dati della ricerca scientifica convergono nei risultati, secondo cui l'attaccamento intimo agli altri esseri umani è il perno intorno al quale ruota la vita di una persona, non solo nell'infanzia e nella fanciullezza, ma per tutta l'adolescenza e negli anni della maturità, e anche nella vecchiaia<sup>2</sup>.

Si può pensare allora che nelle varie aree d'intervento per il benessere individuale e sociale, è auspicabile che siano rappresentate e compresenti soluzioni che consentono risposte dal punto di vista della soddisfazione dei bisogni più privati, insieme a quelle che riguardano l'affermazione di valori comuni.

In altri termini, questo significa promuovere spazi di confronto e ascolto per le persone che soffrono, luoghi e occasioni d'interesse, forme di vita meno chiuse, interazioni e rapporti interpersonali, esperienze di solidarietà e condivisione. Al di là di ogni risposta confezionata, le ragioni di ogni speranza sembrano comunque insite nel senso dato all'esistenza da ogni individuo. Esistono molti

presupposti generici su cui possiamo discutere ma, alla fine, vale l'idea che siamo tutti responsabili di ciò che accade a chiunque di noi, e il principio dell'assunzione di responsabilità comporta, come punto di partenza condivisibile, l'esigenza di abbattere, se non altro, i muri dell'indifferenza. Con la tensione che porta ciascuno di noi ad uscire dall'autismo individuale per dare/ricevere buone ragioni di fiducia.

## VERSO L'E-CO-SCIENZA

## 5.2

Potrebbe essere condivisibile l'opinione che la nostra cultura attuale si fondi su storie o miti talmente scontati da essere indiscussi.

Che in futuro saremo più ricchi di adesso. Che la crescita economica potrà continuare per sempre. Che siamo talmente individualisti da considerare impossibile il perseguimento di un obiettivo comune. Che il solo possesso delle cose ci possa rendere automaticamente felici. Che la globalizzazione sia un processo ineludibile e positivo al quale tutti dobbiamo adattarci e dal quale tutti potremo trarre benefici. Non è detto che sia così. Abbiamo dunque un disperato bisogno di nuove storie di nuovi pensieri, di nuove azioni che ci rimettano nel posto giusto rispetto al contesto in cui stiamo vivendo, che ci spingano a vedere il futuro e i suoi cambiamenti, come opportunità [...]³.

C'è chi sostiene che, nel nostro mondo liquido-moderno, ciò che ci rende felici rimanga subordinato alla fiducia nel futuro: siamo felici finché non perdiamo la speranza di essere felici in futuro. Questo presupposto diventa inquietante se facciamo i conti con le precarietà del nostro vivere quotidiano.

Cosa ci salverà allora dalla "tirannia dell'effimero"<sup>4</sup>?

Comunque vadano le cose in un determinato momento storico, è fondamentale sperare di avere davanti a sé occasioni nuove, scegliere obiettivi che conducano ben oltre l'idea facile ma illusoria, di una felicità consumabile, perennemente a portata di mano.

Può essere importante affrontare sfide difficili perché consentono di allargare gli orizzonti di ciascuno, oltre ogni previsione di certezza, riscattando gli sforzi e gli investimenti a lungo termine attraverso la dimostrazione di essere all'altezza della situazione.

Partendo da queste constatazioni, si può meglio cogliere l'affermazione (suggerita da U. Galimberti) che esista una differenza sostanziale tra un *tempo ciclico* che si esprime con semplice puntualità, dove nulla può accadere che non sia già accaduto, dove il futuro è una ripresa del passato e un *tempo progettuale*, o *tempo della tecnica* percorso dalle intenzioni umane. Passando dal tempo ciclico della

natura regolato dal sigillo della necessità, al tempo progettuale della tecnica percorso dal desiderio e dall'intenzione dell'uomo, la storia subisce un sussulto<sup>5</sup>.

Ogni individuo è chiamato oggi a costruire la propria vita all'interno di scenari complessi, che hanno contribuito a trasformare mentalità e cultura del gruppo sociale d'appartenenza: oltre all'integrazione di nuove culture sembrano spostarsi i riferimenti e le modalità di relazione tradizionalmente adottati dalla maggioranza delle persone, verso la realizzazione di modelli diversi di convivenza tra uomini e donne, tra adulti e bambini.

Questo nostro tempo appare dunque contemporaneamente ricco e complicato da nuove modalità di vivere e abitare insieme. Forse allora è condivisibile il principio e la necessità di organizzare la propria vita individuale e collettiva secondo schemi più adeguati alle trasformazioni avvenute in questa nostra post-modernità, operando scelte consapevoli.

L'accrescere e il complicarsi dei bisogni, sollecitano una presa di posizione non più rinviabile, etica e coerente, dove – come afferma Todorov – il costume morale della civiltà coincide con la strada delle virtù quotidiane, non troppo lontane dalle nostre possibilità, poiché consistono essenzialmente nel preoccuparsi per gli altri, di cui abbiamo comunque un estremo bisogno<sup>6</sup>.

In un tempo travolto dalle trasformazioni, le nostre interazioni sociali e comunitarie, l'aiuto reciproco, i modi di convivenza, il rispetto, oltre ad essere virtù e valori, ancora di più si affermano come atteggiamenti pragmatici e di mutuo vantaggio che condizionano il destino di ciascuno di noi.

### 5.3

## LAST MINUTE

Viviamo in una società che sta attraversando crisi economiche straordinarie che sollecitano a evitare sprechi, a preoccuparsi dell'ambiente, a richiedere per tutti più salute e solidarietà. Tutto questo fornisce motivi necessari, insieme a ragioni più personali, che conducono a rivedere i propri comportamenti a partire dalle interazioni quotidiane.

Senza tralasciare quanto può essere rischioso generalizzare modalità di avvicinamento tra due o più persone, si potrebbero comunque individuare alcuni fattori privilegiati irrinunciabili che facilitano un'interazione adeguata:

Le passioni e i desideri sono le guide fondamentali della vita.

Il corso della vita di ciascuno di noi è segnato, infatti, da ideali, ambizioni, sogni romantici, illusioni di sicurezza, di libertà e potere, di invulnerabilità.

Sogni e aspirazioni disegnano la storia universale, incrociando o separando i destini di ogni persona. Eppure, esiste un agente comune che riguarda tutti e corrisponde al bisogno di amore, di risposte affettive e legami significativi soddisfacenti.

Ma, allora, se è condiviso il desiderio di amare ed essere amati, perché i rapporti sono così complicati, a volte impossibili?

Cosa accade tra le persone quando la relazione s'incepisce?

La complessa realtà sociale non facilita la vita di coppia e le interazioni quotidiane: nei rapporti tra le persone spesso si aprono interrogativi e conflitti che rischiano di provocare squarci esistenziali e portano ad allontanarsi reciprocamente.

Questo libro individua gli elementi utili per evitare sprechi di affettività e per affrontare i problemi che riguardano i legami che a tutti appaiono come irrinunciabili.

Inoltre, queste pagine suggeriscono un percorso di riflessione e ricerca sulle condizioni che possono favorire la qualità dei rapporti quotidiani per tutelare le nostre istanze affettive. Nell'infinito gioco di nessi, le azioni che portano a stringere o sciogliere legami, che rendono sostenibili i nostri e altrui desideri, non ci sollevano, in nessun modo, dalle responsabilità che abbiamo per costruire e conservare o viceversa per distruggere.

**Chiara Mortari** è psicologa e psicoterapeuta. Insegna Psicologia Dinamica nel Corso di Laurea per Educatore Professionale dell'Università degli Studi di Brescia.

Esperta di formazione, lavora per Enaip Lombardia e partecipa attivamente a progetti e iniziative rivolti all'educazione e alla prevenzione sociale e sanitaria. Collabora con il consultorio familiare e con le scuole sui temi della difficoltà di relazione della persona, della coppia e della famiglia.

La specifica competenza nell'ambito delle teorie della personalità è sostenuta dall'esperienza clinica ventennale maturata nel privato e nel pubblico.

Euro 14,00 (I.i.)

ISBN 978-88-6153-325-7



9 788861 533257