

La scelta del partner



di Valentina Danzi*

La ricerca del partner nasce dal bisogno di amare ed essere amati. La scelta è più complessa di quanto non si creda. Nasce dalla nostra storia e da ciò che ha caratterizzato i nostri processi evolutivi.

La ricerca del partner nasce dal nostro bisogno di amare e di essere amati, di condividere con un'altra persona ciò che siamo, di sapere di essere importanti per qualcuno e di far sentire quel qualcuno altrettanto importante.

I bisogni solo raramente trovano la loro soddisfazione in maniera lineare nella realtà con cui si entra in contatto e la scelta del partner spesso finisce per condurre, in modo non sempre consapevole, verso rapporti dolorosi e conflittuali, nei quali ci si sente incastrati e dai quali può essere difficile e faticoso uscire.

Ciò che comunemente si crede è che la scelta dell'altro sia libera, cieca... ma l'amore, in fondo, non è poi così cieco. Nella scelta dell'altro, infatti, si è guidati e influenzati dalle proprie esperienze passate, esperienze che finiscono spesso per limitare la propria vita e la propria serenità all'interno della coppia.

Nella scelta del partner le persone tendono a portare sia desideri attuali che bisogni disattesi che appartengono al passato con la speranza che questi vengano

soddisfatti. Le aspettative deluse finiscono puntualmente per rendere insoddisfacente e confusa la propria relazione di coppia.

Una delle fasi evolutive più complesse che un essere umano si trova ad affrontare, è costituita dal

processo di individuazione e differenziazione dalla famiglia d'origine. Tale processo inizia con l'adolescenza e prosegue nel corso della propria crescita, quando si decide di intraprendere una strada autonoma e indipendente dalla propria famiglia e quando si sceglie la persona con cui condividere la propria vita formando così un proprio nucleo familiare.

Il distacco dall'organizzazione familiare in cui siamo cresciuti è un processo graduale che non finisce mai e che ha un'enorme influenza su tutte le nostre scelte future, compresa la scelta del partner.

John Bowlby, importante psicoanalista britannico ideatore della teoria dell' "attaccamento", ha sottolineato l'influenza dello schema di attaccamento, strutturato nell'infanzia, nelle future relazioni da adulto. In altre parole i legami affettivi che costruiamo da adulti, seguono uno schema che si basa sul modello di rapporto madre-bambino esperito nell'infanzia. È in questa prima relazione che si imprimono le rappresentazioni di ciò che siamo, di ciò che è l'altro e di quello che succede quando entriamo in relazione.

I processi di separazione e individuazione giocano, quindi, un ruolo fondamentale nella costruzione della coppia e una lettura sistemico-relazionale ne favorisce la comprensione. La scelta del partner risponde in buona parte al mito familiare, cioè all'insieme di regole e ruoli che i genitori hanno trasmesso ai figli con il compito di mantenerli per generazioni. L'influenza di questo mito familiare è più o meno marcata proprio in funzione del livello di differenziazione che la persona ha raggiunto rispetto alla famiglia di origine, con la conseguenza che il processo di scelta del partner non riguarda soltanto due persone, ma tutto ciò che ha caratterizzato in modo significativo la crescita e i processi evolutivi di differenziazione e individuazione della persona.

La relazione di coppia viene dunque a costituire il luogo all'interno del quale ricalcare o modificare il rapporto che abbiamo avuto con i nostri genitori.

In ultima analisi dirigiamo la nostra attenzione verso ciò che conosciamo, anche se questo ci ha fatto soffrire, cercando, più o meno ostinatamente, di risolvere nella relazione con il partner quello che non siamo riusciti a risolvere nel rapporto con le figure primarie. Questa tendenza, per buona parte inconsapevole, porta spesso ad una relazione di coppia sentita non solo come frustrante e insoddisfacente, ma anche imprigionante. Può essere allora importante, all'interno di un percorso di terapia, riappropriarsi delle parti di sé stessi, buone e cattive, costruendosi come un intero e non come la metà dell'altro, altrimenti si rischia di rimanere una metà per sempre.

*Psicologa e Psicoterapeuta

