

Suoceri, come andare d'accordo?

Secondo l'Associazione avvocati matrimonialisti italiani, un matrimonio su tre entra in crisi per l'eccessiva interferenza da parte dei genitori di lui o di lei. Ma perché i rapporti con i suoceri sono così problematici? E come riuscire a trovare il giusto equilibrio? Ne abbiamo parlato con Lucia Paturzo, psicoterapeuta specializzata in psicologia della famiglia presso il consultorio familiare di Udine

DI IRMA D'ARIA



Secondo i dati Istat, la nostalgia dei genitori è uno dei fattori di maggior attrito tra marito e moglie (31%), peggiorato dalla frequente invadenza dei suoceri nella vita di coppia (27%). Ecco perché, secondo l'Ami (Associazione avvocati matrimonialisti italiani), un matrimonio su tre entra in crisi per l'eccessiva interferenza da parte dei genitori di lui o di lei. Ma quali sono le ragioni per cui i rapporti con i suoceri sono così difficili? E come riuscire a trovare il giusto equilibrio senza mettere in crisi né la coppia, né la relazione affettiva con i genitori? Lo abbiamo chiesto a Lucia Paturzo, psicoterapeuta specializzata in psicologia della famiglia presso il consultorio familiare di Udine, nonché "docente" nei primi corsi per imparare a diventare bravi suoceri.

Il terzo cordone ombelicale. Le cause dello storico disaccordo tra suocera e nuora possono essere molteplici, ma in genere si parte sempre dalla rivalità. Quando un figlio va via di casa può succedere che una madre faccia fatica ad accettarlo, che veda la nuora come la donna che le ha portato via "il suo bambino", rivendicandone pertanto con ogni mezzo le attenzioni. "In molti casi, è venuto a mancare il naturale svincolo dei figli dalla madre o in genere dalla famiglia d'origine", spiega Lucia Paturzo, psicoterapeuta specializzata in psicologia della famiglia presso il consultorio familiare di Udine, nonché "docente" nei primi corsi per imparare a diventare bravi suoceri. "Ci può essere anche una reciproca dipendenza emotiva per cui si fa fatica a staccarsi dalla famiglia e ciò ha dei risvolti pratici che complicano la vita di coppia". È quanto succede a Mara, 35 anni di Milano: "Mi rendo conto che per ogni decisione che devo prendere ho bisogno di consultarmi con i miei genitori e questo dà molto fastidio a mio marito perché si sente sminuito specie se poi le loro opinioni divergono e io non sono d'accordo con la sua posizione ma con quella della mia famiglia", racconta. In effetti, a volte sono i figli stessi a non sapersi staccare ma trovano terreno fertile se anche i genitori sono ancora molto legati. "In molti casi, si fa fatica a tagliare il cosiddetto terzo cordone ombelicale, cioè quello che coincide con l'uscita dei figli dalla casa di origine", aggiunge la psicoterapeuta. "Accade perché i genitori non vogliono perdere il contatto con i figli che inevitabilmente cambia perché ci sono nuove esigenze della famiglia che si sta formando".

L'invadenza non richiesta. Spesso, però, i problemi nascono più per l'invadenza da parte dei suoceri. "Anche se è a fin di bene perché vogliono rendersi utili, l'eccessiva intromissione crea conflittualità all'interno della coppia. Ma questo accade quando non vengono definiti confini chiari. Se non ci sono regole i genitori possono assumere dei ruoli impropri e sconfinare", avverte la psicoterapeuta. È la storia di Maurizia e Michele che alla fine hanno divorziato. "Siamo stati fidanzati per 8 anni e non ci sono mai stati problemi nei rapporti con i suoi", racconta Maurizia, 41 anni, di Roma. "Dopo il matrimonio, però, sono iniziate le invasioni di mia suocera: veniva a casa e spostava i soprammobili oppure si metteva in cucina e preparava la cena al posto mio". Ma la situazione è degenerata dopo la nascita di nostro figlio: "Non si è più posta nessun limite: me lo toglieva dalle braccia, decideva come vestirlo e non faceva che criticarmi su come lo svezzavo". E il marito? "Michele non si è mai reso veramente conto dell'invadenza ma anzi gli faceva piacere che la madre fosse tanto presente. Così quando abbiamo iniziato la psicoterapia di coppia è emerso che per lui era più importante salvare il rapporto con la madre anziché quello con me. A quel punto non ho più avuto dubbi e ho chiesto il divorzio".

La sindrome del nido vuoto. Quando i figli si sposano e mettono su famiglia, in genere i genitori sono in età da pensione e magari stanno vivendo a loro volta altri distacchi che pesano emotivamente, per esempio la malattia o addirittura la morte dei loro genitori. "La perdita del lavoro che coincide con il matrimonio di un figlio è qualcosa di molto pesante da gestire perché improvvisamente ci si sente senza più un ruolo: non si è più lavoratori e nemmeno genitori a tempo pieno", spiega Paturzo. "Se poi hanno perso anche i loro genitori, i figli restano gli unici a cui rivolgere le loro attenzioni".

Quando i suoceri fanno i baby-sitter. Stando agli ultimi dati Istat, il 55% delle donne che lavora affida i figli ai propri genitori o ai suoceri. "È chiaro che una scelta di questo tipo espone al rischio di un'invadenza sia fisica che emotiva perché, anche non volendo, chi si prende cura dei tuoi figli ha voce in capitolo, dal momento che se i genitori non sono presenti, sono loro ad assumersi la responsabilità di prendere piccole decisioni e iniziative nel quotidiano", dice Paturzo. "Quando sono nati i gemelli, non potendo contare sull'aiuto dei miei genitori che vivono in un'altra città, ho chiesto supporto a mia suocera", racconta Luisa, 40 anni di Foggia. "All'inizio si comportava con una certa riservatezza ma poi pian piano la situazione è cambiata. E, più che la nonna, sembrava lei la mamma dei miei bambini. Tutto ciò che facevo io non andava bene. Ho retto per un po', poi sono crollata. Ho avuto bisogno di farmi aiutare da una psicologa. Il primo consiglio che mi ha dato è stato quello di cercare una baby sitter, cosa per me molto difficile da fare anche perché ho dovuto convincere mio marito, che all'inizio ha fatto fatica ad accettare il fatto che io descrivessi sua madre come invadente e prepotente. Alla fine ci sono riuscita e ho riconquistato il mio ruolo di mamma". Una situazione che si sarebbe potuta evitare stabilendo fin dall'inizio le regole del gioco e i rispettivi ruoli. "Per evitare tensioni il segreto è parlare, spiegarsi e motivare, reciprocamente, il perché di un comportamento o di una scelta. In fondo non è una gara a chi è più bravo, l'obiettivo è la serenità dei bambini", suggerisce la psicoterapeuta.

Quando c'è dipendenza economica. Complice la crisi, molte giovani coppie decidono di andare a convivere anche senza aver raggiunto l'indipendenza e addirittura continuano a rimanere economicamente dipendenti dalla famiglia di origine. In queste circostanze, i suoceri esercitano un certo potere nella vita dei figli, ne controllano le spese e in alcuni casi si sentono quasi "in diritto" di interferire in quelle decisioni che riguardano strettamente la coppia. "Purtroppo sia io che il mio compagno abbiamo un lavoro precario e siamo costretti ad accettare l'aiuto dei suoi genitori", racconta Miranda, 27 anni di Torino. "Ma il fatto è che loro entrano in casa nostra anche quando non ci siamo: è vero ci portano la spesa, ma poi ci criticano se trovano le cose fuoriposto o si accorgono che non abbiamo mangiato la cena che ci hanno preparato. Così, alla fine litighiamo anche io e lui perché secondo me, anche se ci aiutano economicamente, non dobbiamo essere del tutto asserviti mentre lui si sente in dovere di assecondarli".

Il punto di vista dei suoceri. Ogni tanto bisognerebbe mettersi nei panni dei suoceri e provare a immaginare come ci si può sentire quando, dopo aver cresciuto un figlio, lo vedi andar via di casa e spesso devi accontentarti delle briciole. "Può essere d'aiuto pensare che un giorno anche tu avrai figli e immaginare i tuoi possibili sentimenti: gelosia, timore di perdere ciò che ami incondizionatamente, paura della solitudine, nostalgia", suggerisce l'esperta. Così, puoi capire meglio il loro punto di vista ed esprimere solidarietà per ciò che provano senza per questo giustificare eventuali comportamenti invadenti.

Come essere dei buoni suoceri. È semplice: basta solo lasciar andare i figli e imparare ad avere un rapporto con la nuova coppia che si è formata. "È importante rivolgersi alla coppia e non solo al figlio in tutte le occasioni e soprattutto per gli inviti. E poi bisogna rivalutare il proprio rapporto a due che è stato trascurato negli anni per crescere i figli". Perciò, vivere il distacco guardando anche i lati positivi come il fatto di aver riacquisito il proprio tempo e di poter dedicarsi ai propri interessi personali senza mettersi in attesa di diventare nonni. Quanto all'aiuto, meglio offrirlo senza imporre.

Come essere una buona nuora. Mettersi nei panni della suocera, è il primo passo per capirla così come evitare di fare paragoni con tua madre. "È importante che i figli smettano di sentirsi tali e si considerino adulti capaci di camminare con le proprie gambe. E poi bisogna darsi il permesso di essere se stessi con i suoceri esprimendo i propri pensieri nel rispetto degli altri, il che significa avere anche la possibilità di dire di no", suggerisce Paturzo. In ogni caso, mai mancare di rispetto ai genitori del partner perché colpiresti anche lui. "E poi comunicare: in genere, uno dei due fa fatica a parlarne o preferisce non farlo per la pace familiare, ma questi silenzi si accumulano mentre parlarne subito è importante per sciogliere quel nodo".

Diari online e corsi di suocertitudine. Intanto, l'esasperazione ha trovato nuove valvole di sfogo on line tanto che un gruppo di nuore, prese dalla disperazione, ha aperto anche un **blog** con consigli su come sopravvivere alla giungla suoceresca e c'è anche una pagina **Facebook dedicata a suocere e nuore**. Ma c'è anche chi ha ideato dei corsi di formazione per diventare bravi suoceri. Per il momento, sono stati organizzati a Udine, in concomitanza con i corsi per i fidanzati della Curia. "Sono dei corsi ai quali partecipano i genitori dei fidanzati in cui vengono affrontate le varie fasi del ciclo di vita della famiglia. Si cerca di far capire che i genitori devono essere dei suggeritori discreti ma non pressanti, devono saper mantenere la giusta distanza pur comunicando affetto ma senza invadere gli spazi altrui", racconta Paturzo che continua a tenere questi corsi proprio a Udine. Di recente anche altri comuni hanno iniziato a interessarsi al problema e a Gemona, per esempio, sta per partire un'iniziativa simile per le coppie che si sposano civilmente e per le loro rispettive famiglie d'origine.