CURA DEGLI AFFETTI E PROGETTUALITÀ GENERATIVA: IL PUNTO DI VISTA DI GENITORI E FIGLI

della Prof.ssa Eugenia Scabini[*]

Emozione, sentimento e affetto

Per affrontare la tematica della *cura degli affetti*, credo sia prima necessario chiarire alcuni termini del discorso.

Vorrei fare dunque una premessa circa ciò che concerne la parola "affetti". Nel gergo si parla di *emozione*, *sentimento* e *affetto*. Queste tre parole spesso sono considerate sinonimi; in realtà, ognuna di esse ha un significato preciso che la differenzia dalle altre.

Si può dire che la parola *emozione* caratterizza l'epoca contemporanea, mentre *affetto* era un termine tipicamente utilizzato nell'antichità. Il fatto che una cultura, un popolo, una società privilegino determinate parole rispetto ad altre è molto significativo; per non smarrire la ricchezza che proviene dalla nostra tradizione è indispensabile capire cosa indichi culturalmente l'utilizzo di questi termini.

Quando si parla di *emozione*, si intende un vissuto molto intenso e forte, anche episodico, che nasce e finisce nel soggetto che lo sperimenta: si dice, ad esempio: "sono scioccato", "provo grande gioia o rabbia"… La nostra società è molto emozionale, nel senso che attribuisce molta enfasi alle emozioni, cosicché esse sembrano tanto più vere quanto più sono forti e intense.

Sentimento è un termine tipicamente romantico: il Romanticismo è stata l'epoca d'oro dei sentimenti. Il sentimento (es.: la gratitudine), a differenza dell'emozione, ha un carattere più duraturo, più pacato, non conosce l'eccitazione, è qualcosa che accompagna.

Non intendo mettere in contrapposizione emozione e sentimento perché entrambi fanno parte dell'esistenza, ma vorrei sottolineare come molto spesso ci si fermi al livello delle emozioni senza arrivare a quello del sentimento; emozione e sentimento, invece, dovrebbero farci approdare all'affetto.

Veniamo alla sfera dell'*affetto*. L'origine di questa parola è antichissima ed è passiva: deriva da "*afficio*", ossia "*essere colpito*"; ed era associata a "*passione*". Anche oggi, in alcune circostanze, soprattutto nel parlato si usa il termine in questo senso passivo, ma con una connotazione negativa: si dice, ad esempio, "affetto da una malattia". Di per sé, invece, *affetto* indica qualcosa che attira il soggetto: anticamente si parlava di "un bene che attira". Quindi, l'affetto è una risposta a qualcosa di buono che attira. Lo scenario è molto meno individuale rispetto a quello dell'emozione, che si può manipolare: è legato ad un rapporto, alla relazione con un altro. È un'esperienza nella quale qualcun'altro mi attira, non si tratta semplicemente di sperimentare un'emozione, ma di giocarsi all'interno di una relazione. In questo senso, il termine *affetto* si può accostare a quello di *amore* in quanto vicino alla sua vera essenza.

Si può dunque affermare che la sfera affettiva rimanda all'aspetto emozionale e sentimentale, ma contempla anche qualche cosa di più, ossia il mio bene e il bene dell'altro. È dunque una dimensione impegnativa della vita: a differenza dell'emozione, che ha carattere meccanico (ad essa si reagisce), nell'affetto è insita una tensione che spinge ad affrontare dei compiti. In altre

[*] Già docente di *Psicologia sociale della famiglia* e Preside della Facoltà di Psicologia dell'Università Cattolica Sacro Cuore di Milano.

parole, si potrebbe dire che il sentimento accompagna, l'affetto chiama ad un compito: è un cammino impegnativo che racchiude una tensione verso il raggiungimento del bene dell'altro.

La vita affettiva come vocazione

Questa premessa ci aiuta a comprendere la necessità di affrontare la tematica della vita affettiva con la ricchezza di significati che ci proviene dalla tradizione. In essa la vita affettiva è legata alla parola *vocazione*, nel senso che non può prescindere dal bene dell'altro che, come me, risponde alla sua vocazione. Quando ci si inserisce in una relazione, sia nella coppia che tra genitori e figli, non si può prescindere dal bene dell'altro e, quindi, da quella che è la realizzazione della sua vocazione. Non si può ragionare solo nei termini "mi sta bene", "mi corrisponde in tutto"; bisogna costantemente camminare insieme per rispondere a quello che la vita misteriosa di ognuno richiede. Si può allargare queste considerazioni al rapporto con Dio per il quale non si parla di emozione, ma di affetto: l'affetto lega il desiderio a qualcosa di veramente grande e infinito, allo stesso mistero che è la vita dell'altro, a Dio. La nostra stessa vita possiede una scintilla di infinito.
Data questa premessa si può parlare di «cura degli affetti», senza ridurre il discorso solamente alle emozioni o ai sentimenti che, pure importanti, non sono sufficienti a dire l'affetto. In questo senso si può parlare di "etica degli affetti": infatti, se l'affetto ha una direzione, una tensione, una spinta, dipende dalla vocazione mia e dell'altro, ha una sua etica, un suo '*ethos*', un suo sviluppo, non può percorrere qualsiasi strada. Quindi, l'affetto implica anche un sacrificio dell'immediato per una gratificazione più grande; è quello che anche il Papa credo abbia cercato sempre di testimoniare e di spiegare mettendo in luce come il cristianesimo sia vissuto spesso solo come una serie di limitazioni perché si guarda all'aspetto etico esclusivamente per ciò che limita e non nella sua essenza più profonda che conduce a mete autentiche.
La nostra cultura non ci nutre tanto di questa dimensione affettiva, piuttosto rimanda costantemente agli aspetti emozionali e contingenti. È questa la ragione per cui si tende a mettere in contrasto gli affetti e i legami: i primi come qualcosa di volubile, nella forma del "faccio ciò che voglio", mentre i secondi come costrizioni. In realtà, il significato autentico dell'affetto emerge all'interno del legame: non è in contrasto con esso, ma suo nutrimento. Nella mentalità odierna legame e affetto sono messi in contrapposizione perché si conferisce all'affetto il senso di pura espressione istintiva dell'io. È lo stesso motivo per cui l'affetto è trasformato in diritto: dal momento che sono legato ad una persona ho diritto ad una serie di cose.
Bisogna pertanto chiarire che cosa si intende con "affetto" e in quale avventura ci imbattiamo parlando di esso. È necessario concepirlo come qualcosa di molto profondo: depauperare gli affetti prima che non essere cristiano, non è umano.

La dimensione affettiva nel rapporto genitori-figli

Oggi, nelle relazioni tra genitori e figli così come tra coniugi è rilevabile un nodo critico, ossia quello di uno sbilanciamento emotivo, le emozioni sono sovrainvestite e gli aspetti etici e di valore sono sottovalutati. Si può notare ciò facendo riferimento alla relazione genitori-figli: la difficoltà che si rileva riguarda i genitori che, sulla base marcatamente emozionale della quale si è parlato, fanno molta fatica a stabilire per i figli, in vista dell'educazione, dei "sì" e dei "no". Spesso si sentono colpevolizzati e terrorizzati rispetto a quello che potrebbe succedere se alla richiesta del bambino non rispondessero positivamente così cercano di saturare i bisogni in modo che le

emozioni siano soddisfatte immediatamente. Ciò comporta il rischio di ridurre le relazioni al solo campo emozionale; in questo modo scompaiono la tensione, l'accompagnamento verso ciò che è giusto e ciò che è sbagliato, ciò che è lecito e ciò che non lo è, ciò che è opportuno e ciò che non lo è.

Personalmente credo che nel rapporto genitori-figli sia importante salvaguardare qualche momento di silenzio perché il silenzio spesso comunica l'affetto molto più che la risposta immediata. Mi riferisco ad un silenzio ricco di domande, di pensieri, di sguardi: penso, ad esempio, ai momenti nei quali si riflette sul futuro dei propri figli, magari la sera, quando si sono appena addormentati, e li si affida al Signore. Si tratta di un registro affettivo – non propriamente di un'azione – in quanto sono presenti emozione e sentimento, ma è racchiuso anche un significato profondo della relazione tra due persone. Se manca questo livello profondo si finisce per giocare le relazioni all'interno di una saturazione reciproca, che diventa presto ricatto reciproco.

Possiamo ricavare un altro esempio, facendo riferimento al registro affettivo all'interno della coppia. Possiamo immaginare, ad esempio, una situazione nella quale il marito è in difficoltà e la moglie provvede a preparargli per cena uno dei suoi piatti preferiti, un gesto che probabilmente impegna tempo. Anche in questo caso siamo di fronte ad un registro simbolico: il gesto comunica più che la cosa in se stessa, non è solo una semplice gratificazione, dice qualcosa. Perché si possa realizzare tale registro è necessaria una certa quota di distanza nel legame, data dalla prospettiva della misteriosità della relazione. La cultura antica stabiliva le distanze in maniera netta: genitori da una parte, figli dall'altra; ciò era sicuramente positivo e rendeva anche più facile la gestione dei rapporti. La cultura odierna, invece, è molto più emozionale e ciò rende più difficile stabilire le distanze. D'altra parte tale difficoltà spinge a trovare il vero nocciolo della distanza tra le persone: l'altro ha una propria vocazione così come io ne ho una e insieme abbiamo una vocazione comune.

Vorrei citare un passo del testamento filosofico di Charles Guitton. Egli, con atteggiamento alquanto ironico, immagina di essere morto e stabilisce un dialogo con la moglie nel quale così riflette: «Alcuni si sposano perché si amano (ciò che caratterizza il tempo moderno), altri finiscono per amarsi perché si sono sposati (ciò che caratterizzava il tempo antico). È meglio che in ogni matrimonio ci siano l'uno e l'altro». Con tale affermazione Guitton intendeva alludere al fatto che ci si sposa perché si ama l'altra persona, ma con il tempo si giunge ad amare maggiormente l'altro perché si è costruito con lui il legame.

Successivamente l'autore pone una domanda: «Perché si finisce per amarsi una volta che si è sposati? È forse il bisogno di conservare la piega che abbiamo preso. Ci deve essere dell'altro, se si tratta di amore» e chiede alla moglie: «Marie Luise, cos'è quest'altra cosa?»; lei risponde: «Deve riguardare il tempo e l'eternità». Ciò equivale a dire che "quest'altra cosa" che nutre costantemente il rapporto riguarda quell'aspetto misterioso dell'altro che sorregge il legame tra due persone e consente di provare emozioni e sentimenti senza svilirli. Insieme esso consente un sano distacco dell'uno dall'altro nella consapevolezza che non è necessaria una continua consolazione per amarsi: si può voler bene all'altro anche nel momento in cui non offre consolazione. A mio parere, oggi, il tema della consolazione è al centro della relazione genitori-figli: siamo in un momento in cui la funzione di tale rapporto è ridotta ad una consolazione ed un rispecchiamento reciproci.

Nelle famiglie odierne, contrariamente a quanto si pensi, è difficile attuare un distacco e una "separazione" positivi e maturi (lascerai tuo padre e tua madre…). Il distacco è difficile perché manca la progettualità: non ci si lega e non ci si distacca bene perché mancano la progettualità e il senso della vocazione. Il fatto che assistiamo ad una minore conflittualità tra genitori e figli non

è un fatto del tutto tranquillizzante. Può essere frutto di "stasi", di stallo della relazione. Non esiste scontro generazionale, è finita l'epoca del '68, poiché ormai si è stabilita una zona di libertà insindacabile all'interno delle famiglie. Vi è, in altre parole, una regola implicita secondo la quale ognuno si mantiene all'interno dei propri spazi e può evitare il dialogo profondo con l'altro.
Come afferma il Papa: «[…] i genitori devono continuare a restituire ai loro figli la libertà, della quale per qualche tempo sono garanti». È una dichiarazione molto forte che richiama ad un distacco in nome della vocazione dell'altra persona in vista di un progetto e della sua realizzazione. Non si tratta di proteggere i figli in eterno: il Papa ci richiama a restituire loro quella libertà, che è anche all'origine della scelta di metterli al mondo, perché il figlio ne risponda. Spesso, quando i figli escono di casa, se i genitori non possiedono la consapevolezza che la loro vita è un progetto, si sentono soli, sembra loro di perdere la giovinezza. Essere genitori per sempre è qualcosa di molto gratificante: è difficile essere genitori, ma è un ruolo al quale ci si affeziona…

Due visioni delle realtà comuni a genitori e figli

Da diverse indagini condotte è risultato che genitori e giovani hanno due rappresentazioni molto simili della realtà. Secondo la prima, il mondo esterno è pericoloso e pertanto da temere. Ciò spiegherebbe il motivo per cui si tende ad allontanare sempre più il momento in cui i figli lasciano la casa. Anche a questo proposito possiamo far riferimento al pensiero di Benedetto XVI: «Quando la famiglia non si chiude in se stessa, i figli continuano ad imparare che ogni persona è degna di essere amata, e che c'è una fraternità fondamentale universale fra tutti gli esseri umani». Al contrario, la famiglia odierna assume maggiormente una posizione difensiva, in contrapposizione con le altre famiglie, con la comunità e con la società: è sempre più difficile oggi uscire dalla propria famiglia per mettere in comune con le altre famiglie un cammino, un percorso di educazione dei figli.
La seconda rappresentazione riguarda il tema della realizzazione. Quest'ultima è intesa sia dai genitori che dai figli principalmente come autorealizzazione sulla base di ciò che piace e non piuttosto come una risposta responsabile a legami costruiti nel tempo. Pertanto, si riconosce esclusivamente la realizzazione delle proprie a volte superficiali e fluttuanti aspirazioni, l'altro non entra a far parte di questa visione. I genitori, che pur da parte loro hanno volentieri fatto sacrifici per i figli, ritengono che la cosa più importante sia che i figli non soffrano e non debbano fare sacrifici. A questo pensiero soggiace l'idea che la sofferenza è solo un'esperienza negativa. Negativa è invece la disperazione e la noia. La vita umana in quanto umana conosce anche la sofferenza. Se pensiamo ai valori, potremmo definirli come "qualcosa per cui vale la pena", ciò significa che… c'è un po' di pena in ogni cosa che vale; in altre parole, se non c'è un po' di tensione e di sofferenza, non è possibile raggiungere ciò che vale.

Il gusto generativo

Credo che le generazioni abbiano smarrito il gusto generativo, che non significa immediatamente il gusto di mettere al mondo i figli, ma il desiderio di investire in un progetto d'amore che ci accompagna ed è il nostro destino e la nostra vocazione. Tale gusto è ciò che permette di non intendere il legame come qualcosa di contrapposto agli affetti e, nello stesso tempo, di legarsi e distaccarsi in maniera sana. Una madre - così come un padre - nel momento in cui mette al

mondo un figlio deve trasmettergli affetto, ma, dal momento che il figlio non è un prolungamento di sé, deve anche imparare come ci si distacca. È questo un atteggiamento da imparare subito, altrimenti, quando i figli diventano grandi, si tende a vivere il rapporto all'insegna del rispecchiamento: il loro successo è vissuto come prova della propria abilità o del proprio fallimento e le relazioni diventano invischiate e ricattatorie. Sia il coniuge che ho sposato e di cui non sono padrone (verso il quale non devo avere soprattutto l'obiettivo di cambiarlo), sia il figlio che ho messo al mondo, devono rispondere della propria vocazione e insieme devono dar vita al progetto che accompagna ogni vita umana.

Il nodo affettivamente importante, non solo dal punto di vista teorico, ma soprattutto dal punto di vista pratico è la comprensione del fatto che l'eredità delle generazioni che ci hanno preceduto non è fatta per essere consumata e nemmeno per essere conservata, ma è fatta per essere trasmessa, cioè trasformata e rilanciata in avanti. Il lavoro di rinnovamento di questa eredità richiede di costituire un tesoro che deve essere continuamente vivificato sia sul piano degli affetti che dei valori. Occasioni di incontro come queste sono importanti appunto in quanto momenti di confronto nei quali ricreare quella socialità tra adulti che permette tale lavoro.

La cura degli affetti e la progettualità generativa devono essere messe in atto dalle singole famiglie, ma è anche necessario che le famiglie si uniscano per non perdersi d'animo di fronte alle difficoltà che il cammino educativo comporta e sappiano mantenere la speranza che costituisce l'humus fondamentale degli affetti più profondi.

È certamente doveroso chiedersi dove e come si è sbagliato con i propri figli e fare in modo che essi raccolgano la nostra eredità. Ma non va dimenticato il gioco delle libertà dell'altro.

Tratto da: Arcidiocesi di Milano, Servizio per i Giovani, *Giovani e famiglia. Legami e distacchi tra genitori e figli*, Centro Ambrosiano, pp. 15-23.