

LA MEDIAZIONE FAMILIARE COME STRUMENTO PER LA GESTIONE DEI CONFLITTI: LA PRESENZA DI UN TERZO NELL'EVOLUZIONE DELLE RELAZIONI PROBLEMATICHE*

di
Paolo Scotti¹

*Psicologo
Mediatore Familiare*

**Newsletter AIPG n° 42, anno 2010*

Chi vuole qualcosa sul serio trova una strada, gli altri una scusa (Proverbio Africano)

La separazione coniugale costituisce a pieno titolo una delle problematiche che molte famiglie devono affrontare² e gli strumenti di intervento su questo tema si sono sempre più evoluti. La difficoltà principale nell'intervento è legata alle diverse ripercussioni che un evento di questo tipo ha sui vari membri della famiglia. La separazione costituisce per una persona un'evenienza altamente stressante, seconda solo alla morte del coniuge³ e come ogni fattore stressante ha ripercussioni sia individuali che relazionali. Se colui che si separa è anche genitore di figli minori, le problematiche aumentano, al punto che in alcune situazioni si può parlare di *maltrattamento da cattiva separazione*⁴.

La possibilità di ripercussioni negative sui figli, tuttavia, è strettamente legata alla gestione della separazione: i genitori potranno aiutare i figli a superare tale situazione se riusciranno a evitare eccessi di conflittualità e a mantenere attiva comunicazione e collaborazione, ma non solo.

In un recentissimo convegno⁵ Silvia Vegetti Finzi, eminente studiosa della materia, ha chiarito che il dolore dato dalla separazione dei propri genitori può essere superato dai figli se hanno la possibilità di esprimerlo, di "narrarlo". Dare la parola al dolore, come diceva Shakespeare⁶, significa affrontarlo, capirlo e, gradualmente, elaborarlo. Accompagnare i propri figli nella narrazione di questo dolore, aiutarli a esprimere la paura, l'ansia e la rabbia che la trasformazione della loro famiglia e della loro vita provoca in loro, significa farli evolvere da una situazione totalmente passiva indirizzandoli verso una faticosa ma necessaria consapevolezza.

Questa evoluzione è possibile se il bambino o il ragazzo si sente "autorizzato" dai propri genitori a manifestare il suo malessere. Se, però, i genitori faticano a contenere i loro eccessi conflittuali, non sono più capaci di dialogare tra loro in modo costruttivo, sono concentrati nella lotta contro l'altro coniuge, non possono rispondere ai bisogni dei loro figli e compromettono la loro funzione genitoriale. In questi situazioni i figli soffrono, non possono rendere palese il loro dolore e addirittura in molti casi devono intervenire a sostegno dei propri genitori.

La partecipazione del bambino all'espressione emotiva dell'adulto (sia essa rabbia o vissuto depressivo) oltre a non permettere una sua esternazione autonoma, lo porta ad un pericoloso schieramento e a conseguenti comportamenti reattivi di attacco o di rifiuto nei confronti dell'altro genitore. E' come se il bambino pensasse: "Non posso permettermi di essere arrabbiato con questo genitore, è troppo in crisi; devo aiutarlo a

¹ lavoro dal 1995 al Centro per il Bambino e la Famiglia dell'ASL di Bergamo, nato per aiutare le famiglie in difficoltà a seguito di comportamenti disfunzionali, elevata conflittualità, problematiche relazionali; faccio parte dell'Associazione GeA – Genitori Ancora di Milano (fondata nel 1987 da Fulvio Scaparro) sia come membro del direttivo che come didatta e supervisore.

² dal 1996 al 2006 siamo passati da 57.538 separazioni a 80.407 con un incremento di circa il 40% (dati Istat 2006)

³ così la collocano T.H. Holmes e R.H. Rahe dell'Università di Washington nella loro "Scala dei valori stressanti" del 1967

⁴ così definita da Fulvio Scaparro fin dal 1979 quando, con i giudici minorili Moro e Battistacci, con il pediatra Nordio, la psicoanalista Renata de Benedetti Gaddini e il neuropsichiatra infantile Caffo, aveva fondato l'Associazione Italiana per la Prevenzione dell'Abuso all'Infanzia, all'interno della quale ha lavorato per introdurre strumenti di pacificazione nelle cause di separazione tra genitori

⁵ "I bisogni dei bambini e degli adolescenti nei conflitti familiari", giornata di studio organizzata dall'Associazione GeA - Genitori Ancora a Milano il 18 novembre 2009

⁶ "Date al dolore la parola; il dolore che non parla, sussurra al cuore oppresso e gli dice di spezzarsi", William Shakespeare in Macbeth, IV, 3

essere arrabbiato con l'altro così da un lato potrà esprimere un po' di rabbia e dall'altro rinforzo il legame con almeno uno dei due". Tali riflessioni ed atteggiamenti conseguenti sono spesso rinforzati dall'approvazione, consapevole o inconsapevole, del genitore-alleato, convincendo sempre più il figlio dell'adeguatezza delle sue azioni⁷.

La mediazione familiare interviene in queste situazioni di maggiore difficoltà, con un obiettivo ben preciso: aiutare i genitori a gestire le componenti distruttive del conflitto attraverso l'attivazione di nuove modalità di interazione, capaci di salvaguardare il loro ruolo genitoriale, ma soprattutto di tutelare i minori presenti⁸.

Brown ha descritto la mediazione come uno strumento per: "ridurre la componente irrazionale del conflitto tra le parti contrapposte limitando le recriminazioni personali e analizzando soltanto i problemi effettivi; studiando soluzioni alternative e lasciando alle parti la possibilità di ritirare o fare delle concessioni senza comprometersi e mantenendo il rispetto di sé e dell'altro; favorendo una forma di comunicazione costruttiva tra le parti; ricordando alle parti le spese processuali del conflitto e le conseguenze delle controversie irrisolte e attribuendo alla figura del mediatore le qualità di competenza, integrità e imparzialità"⁹.

L'assunto di partenza di questo intervento è centrato su una visione "positiva" del conflitto. Le interazioni umane sono necessariamente conflittuali in quanto relazioni tra individui con caratteristiche, capacità, aspettative ed obiettivi spesso molto diversi. In una logica evolutiva il conflitto è un segnale di cambiamento, di crescita: identifica il limite delle attuali capacità di adeguamento e impone la ricerca di nuove forme di assetto. In questo senso la crisi innescata dal conflitto attiva le potenzialità adattative, riparative, ricostruttive delle persone coinvolte aiutandole a raggiungere nuove forme di equilibrio¹⁰.

Il conflitto non è espressione patologica da curare o da reprimere, ma una componente naturale dell'interazione tra persone della quale si devono gestire le derive distruttive. L'abbandono dell'ottica terapeutica secondo cui si deve *curare il conflitto* ed il passaggio alla logica del *prendersi cura del conflitto* è strettamente correlato a una visione *non-patologica* delle espressioni comportamentali dei coniugi in lotta e quindi a una forma di intervento lontana dalla prospettiva psicoterapeutica o sanitaria.

La quasi totalità delle condotte dei componenti della coppia coniugale durante una separazione altamente conflittuale risponde a due classi di motivazione, spesso intrecciate tra loro: a) manifestazioni e azioni indotte dal conflitto e funzionali al suo mantenimento, b) comportamenti e atteggiamenti che nascono dall'exasperazione e dall'impeto emotivo associati al fallimento della relazione a due.

Nel primo caso si tratta di modalità di attacco/difesa (azioni e interpretazioni utili all'ottenimento del massimo profitto per sé, rivendicazioni e vendette più o meno dirette, strategie manipolatorie ...) tipiche di una aspra lotta in cui entrambi i contendenti puntano alla vittoria. Su di esse agiscono come fattori di potenziamento le procedure legali di separazione improntate più allo scontro che alla collaborazione, ma anche la storia personale di ognuno dei protagonisti con i loro stereotipi e pregiudizi individuali e contestuali (frutto dell'azione di famiglia, società, cultura e religione) oltre alle proprie difficoltà. L'evoluzione positiva in questi casi passa attraverso la creazione di spazi e tempi alternativi a quelli "giudiziali", dove sperimentare la logica della cooperazione, del compromesso, dell'accordo che sia sostenibile per entrambi (con un rapporto costi/benefici sostenibile).

Nel secondo caso ci troviamo di fronte a condotte reattive, associate al vissuto fortemente traumatico e fallimentare conseguente al dissolversi di un legame su cui si aveva investito tutto (sia in termini affettivi che relazionali, ma anche economici), spesso andando contro le indicazioni di quanti non credevano in quel rapporto e che, dopo il disastro, sono pronti a sentenziare, a valutare, alimentando rancori e voglia di rivalsa, ma anche senso di colpa e dubbi sulle proprie capacità e competenze. Con le parole di Fulvio Scaparro, per

⁷ L'estremizzazione di tali alleanze genitore-figlio a danno dell'altro genitore è stata descritta in molti scritti di R.A.Gardner come sindrome di alienazione genitoriale (Parental Alienation Syndrome – PAS).

⁸ In pratica la mediazione familiare è un percorso per la riorganizzazione delle relazioni familiari in vista o in seguito alla separazione ed al divorzio. Il mediatore familiare viene attivato dai genitori, a cui garantisce imparzialità, qualificazione certificata, competenze specifiche, massima riservatezza e autonomia rispetto all'ambito giudiziario. Egli facilita la comunicazione e il confronto tra i genitori su tutti gli aspetti relativi alle relazioni con i figli (educazione, istruzione, salute, mantenimento, tempo libero, frequentazioni, organizzazione della presenza di ciascuno accanto ai figli) e su altri temi oggetto di disaccordo (quali, ad esempio, le questioni economiche) in modo che siano i genitori stessi in prima persona ad elaborare un programma di separazione soddisfacente per loro e per i figli in cui potere esercitare la comune responsabilità genitoriale.

⁹ Daniel G. Brown, Divorce and Family Mediation: History, Review, Future Directions, Family Court Review Volume 20, Issue 2, Pages 1 - 44, December 1982 Association of Family and Conciliation Courts

¹⁰ Secondo Erikson, studioso dello sviluppo psicologico, l'intera evoluzione della persona è data dall'attraversamento di crisi successive concepite come momenti di adattamento del soggetto

superare questa fase “due genitori che si comportano come pazzi per il dolore, la rabbia, il rancore e la disperazione associati al fallimento di un progetto di vita, non hanno bisogno di qualcuno che li giudichi o li etichetti, ma di una persona che li aiuti ad affrontare la situazione con modalità costruttive”¹¹.

E' ciò che si propone la mediazione familiare: creare uno spazio e un tempo a disposizione dei genitori in cui loro in prima persona, aiutati da una terza persona qualificata e competente, sperimentano soluzioni adatte alle specifiche esigenze dei loro figli e della loro famiglia in trasformazione. Agli ex-coniugi, soprattutto se in lotta da molto, manca un luogo dove ritrovarsi che sia altro dalle stanze dei giudici, degli avvocati, dei periti o degli operatori socio-sanitari. Serve loro un posto in cui poter parlare, pensare, condividere ma che sia neutro (né mio né tuo ma *nostro*), protetto da interferenze e strumentalizzazioni (in cui poter dire qualsiasi cosa senza che venga usata contro di me), dove ritrovarsi come genitori e non come contendenti. Inoltre a loro necessita tempo per riflettere (capire ed accettare), per lavorare, per cambiare e per imparare a costruire superando i vissuti di fallimento e di inadeguatezza.

Il compito del mediatore diviene quindi quello di organizzare questo spazio-tempo di confronto, di ascolto e di collaborazione, innanzitutto ponendosi come *terzo* nella contrapposizione duale tra i due ex-coniugi. La presenza di un terzo imparziale (che non abbia in alcun modo interessi in comune alle due parti o motivi d'ostilità nei confronti di nessuna) rompe lo schema binario, simmetrico in cui vige la contrapposizione *muro-contro-muro*, per proporre una modalità relazionale basata sulla triangolazione, di per sé più aperta, complessa, potenzialmente in trasformazione, in cui la logica dell'imposizione sull'avversario non è più praticabile e devono essere trovate nuove soluzioni.

Questa evoluzione è possibile se il terzo non ha potere, intendendo questa accezione come capacità reale di influire sul corso degli eventi, ad esempio forzando le parti o imponendo una soluzione. Tali forzature devono essere estranee all'azione del mediatore (come chiarito dal Codice Europeo di condotta per Mediatori e da specifiche Risoluzioni della Comunità Europea¹²) che deriva la sua autorevolezza dalla sua autorità morale, dalla padronanza della tecnica della mediazione e dal rispetto delle regole, delle persone e della particolare situazione in cui si trovano. L'ascolto, il rispetto e l'accettazione delle istanze di entrambi i coniugi creano i presupposti per un rapporto di fiducia tra mediatore e genitori all'interno del quale gli scambi interpersonali diventano proficui e fonte di cambiamento, senza bisogno di ricorrere alla coercizione o a ogni altro mezzo di pressione. L'evoluzione trasformativa viene quindi *innescata* dal mediatore: egli agisce come un *catalizzatore* che attiva una reazione chimica¹³.

Concretamente quest'azione del mediatore si traduce nella *facilitazione*. Egli facilita l'incontro tra i genitori invitandoli al tavolo della discussione, facilita la comunicazione facendo rispettare tempi e ritmi dello scambio comunicativo, facilita la negoziazione aiutando i genitori a formulare proposte di soluzione, facilita la collaborazione valorizzando i risultati positivi e costruttivi ottenuti dai genitori. In questo modo sono i genitori ad agire direttamente, seppur a seguito dello stimolo dato dal mediatore, assumendosi la responsabilità di trovare la *loro* soluzione.

Pur essendo il punto di forza della mediazione, l'azione facilitante è anche il punto critico di questo approccio: molte volte è veramente difficile non intervenire per far evolvere una situazione che sembra bloccata o vittima di dispute sterili e senza fine, oppure quando la soluzione è sotto gli occhi di tutti ma nessuno dei due genitori la propone. L'intromissione del mediatore in questi casi determinerebbe un duplice effetto negativo: toglierebbe ai genitori la possibilità di sperimentarsi nella ricerca della soluzione comune e farebbe sì che la responsabilità della soluzione restasse in capo al mediatore stesso e non ai genitori. Quest'ultimi diventerebbero così dei meri esecutori di un compito pensato e deciso da altri, quindi non sarebbero motivati a portarlo a termine se non per “fare un favore” al mediatore.

Un *mediatore sufficientemente buono*, per parafrasare Winnicott¹⁴, non può accettare la delega di responsabilità che i due genitori, travolti dalla conflittualità e dalla confusione conseguente, gli

11 "I bisogni dei bambini e degli adolescenti nei conflitti familiari", giornata di studio organizzata dall'Associazione GeA - Genitori Ancora a Milano il 18 novembre 2009

12 Raccomandazione n°. r (98) 1 del Comitato dei Ministri Europeo agli stati membri sulla mediazione familiare – Principi della mediazione familiare - Punto III

13 “La mediazione è un'azione per catalisi. Con la presenza di un terzo che non ha potere iniziale si produce una reazione. Questa presenza da sola non serve a niente, ma se non c'è non avviene nulla. E' una presenza ancillare, inutile e... indispensabile. Alla fine del percorso questa presenza si ritira senza essere stata alterata dalla reazione che ha provocato” - Six, JF, 1991, Réflexions sur la médiation à partir de la fonction du médiateur, in AAVV, Médiation familiale, Actes du I Congrès Européen, Caen (France), 20-30 novembre - 1 dicembre 1990, Caen, AAJB - AOMF

14 Winnicott D.W. (1984) Deprivation and Delinquency, The Winnicott trust. Trad. it Il bambino deprivato, Milano, Raffaello Cortina Editore, 1986

attribuirebbero ben volentieri. Egli deve partire dal presupposto che loro *adesso* non sono in grado di decidere insieme ma che lo hanno saputo fare in passato ed hanno bisogno di uno spazio e un tempo, quello della mediazione, in cui riattivare questa loro capacità. Gli ex coniugi non hanno bisogno di nessuno che si sostituisca a loro ma piuttosto di qualcuno che, credendo in loro, crei le condizioni ottimali in cui possano esprimere in prima persona le loro potenzialità risolutive. Un lavoro di questo tipo per un mediatore familiare è reso possibile da due ordini di fattori.

Il primo è la consapevolezza che i genitori in lotta, pur comportandosi a volte in modi difficili da accettare, non sono dei mostri ma sono *mostrificati* dal conflitto, come dice spesso Fulvio Scaparro¹⁵, cioè trasformati dalla logica dell'attacco-difesa, del *vinco-io-perdi-tu*, del massimo vantaggio personale associato al massimo danno per l'altro. Questi due contendenti non hanno bisogno di qualcuno che li giudichi e li squalifichi o che, all'opposto, li incentivi a continuare così. Essi necessitano di una persona che consenta loro di sperimentarsi in nuove modalità di confronto più utili e costruttive, che creda nella possibilità, frutto di un lavoro comune, di trovare soluzioni alla situazione attuale o, in senso più generale, che creda nella capacità dell'essere umano di trovare in se stesso, grazie agli stimoli giusti, la forza e gli strumenti per superare anche le peggiori avversità. Il mediatore è mosso da queste considerazioni, una sorta di *ottimismo di fondo* che consente di andare oltre la maschera del combattente per ritrovare l'individuo sofferente, deluso, sconfitto a cui offrire un'opportunità di riscatto, di evoluzione dalla sua condizione.

Il secondo fattore è una adeguata competenza professionale del mediatore che deriva da una attenta e continua formazione particolarmente attenta alle personali caratteristiche sia espressive che emotive di chi si sta formando.

Un mediatore familiare deve essere un buon comunicatore, quindi dotato di chiarezza, semplicità e padronanza linguistica, ma soprattutto di una attenta capacità d'ascolto, identificata nell'ascolto attivo empatico¹⁶. In generale la modalità comunicativa di un mediatore è improntata al massimo rispetto per il proprio interlocutore e per ciò che ha da dire. Egli opera una attenta lettura sia dei contenuti che delle modalità di espressione verbali e non verbali in modo da proporre eventuali riformulazioni capaci di sgombrare il campo da incertezze, fraintendimenti e incomprensioni spesso presenti in un acceso conflitto.

Questa condotta è possibile se il mediatore riesce a evitare che le proprie reazioni emotive interferiscano sia con la capacità di ascolto che con l'espressione verbale e non verbale. Egli deve imparare a identificare lo stile comunicativo tipico di una contesa fatto di esagerazioni, istigazioni, sottolineature distruttive, apprezzamenti fuori luogo e fuori misura, squalifiche e attacchi ingiustificati, ma soprattutto deve esercitarsi a riconoscere le proprie modalità reattive di fronte a questi atteggiamenti.

Se alla provocazione di un genitore esasperato il mediatore reagisce con sorpresa o con un eccesso di difesa rischia di cadere nella trappola del provocatore, invalidando la propria imparzialità, o di giustificare le reazioni dell'altro, innescando una pericolosa alleanza. Allo stesso modo la totale assenza di reazione comunica indifferenza e insensibilità verso la situazione portata dai genitori. Egli deve allenare la propria capacità di sentire il dolore, la paura, lo sconforto, il senso di fallimento portato dalle persone che ha di fronte, ma anche il dolore, paura, sconforto e fallimento che i loro attacchi suscitano in se stesso, differenziando e gestendo diversamente il livello esterno da quello interno.

Se imparerà a evitare la sovrapposizione tra i due livelli, non aggiungendo le proprie reazioni emotive a quelle dei genitori in lotta, il mediatore non correrà il rischio di identificarsi con l'uno o l'altro dei due e riuscirà a essere veramente empatico, attivando uno dei fattori più potenti di cambiamento, come ci ha insegnato Carl Rogers¹⁷.

¹⁵ Consigli ai genitori per rimanere genitori responsabili anche se separati, in <http://www.associazionegea.it/editoriale4.htm>

¹⁶ L'ascolto attivo empatico è un modo strutturato di ascoltare e rispondere che accresce la reciproca comprensione in quanto interamente concentrato su ciò che l'altro/a sta dicendo. In questo modo, anche se non si condividono in tutto o in parte le affermazioni dell'altro/a, è possibile comprendere con buona precisione non solo il contenuto del messaggio ma anche le emozioni e i sentimenti che lo accompagnano. Nell'ascolto attivo empatico chi parla è al centro dell'attenzione. Chi ascolta attende che l'intervento sia concluso e poi cerca di ripetere con le proprie parole, con la massima fedeltà e senza commenti, ciò che ritiene sia stato detto. In questo modo chi ha parlato può capire se le sue parole sono state comprese e, se così non è, può chiarire ulteriormente il suo pensiero. Alcuni autori, come Thomas Gordon parlano di "ascolto riflessivo".

¹⁷ "[...] un alto grado di empatia in una relazione è probabilmente il fattore più potente nell'apportare trasformazioni e apprendimento"; Rogers C (1980), *A way of being*, Houghton Mifflin, Boston.

Simulando, in fase di formazione¹⁸, il proprio coinvolgimento in reali situazioni di mediazione, i neo-mediatori si esercitano a mettere in atto una reazione empatica equilibrata fatta di comprensione, decisione, chiarezza, assenza di sbilanciamenti, priva di aspetti giudicanti o moralistici, in una parola *utile* ai genitori e non al conflitto. È in queste simulazioni che si scoprono le modalità tipiche di risposta, gli stereotipi e i pregiudizi, i limiti e le capacità di reazione in situazioni altamente stressanti, imparando a gestire se stessi prima che aiutare gli altri a padroneggiare la situazione.

Per questi motivi è importante che il mediatore, in quanto terzo imparziale, metta in campo disponibilità e vicinanza umana associata a una solida professionalità e competenza, capaci di attivare processi di cambiamento con una presenza che, seppur limitata nel tempo, diventa significativa per l'evoluzione della relazione tra i genitori.

¹⁸ La formazione ai mediatori familiari presso i corsi GeA prevede una parte teorica affiancata da una consistente parte pratica in cui i corsisti sperimentano direttamente, attraverso simulazioni di colloqui con genitori in conflitto, quanto hanno appena appreso. Per ulteriori informazioni <http://www.associazionegea.it/formazione.htm>