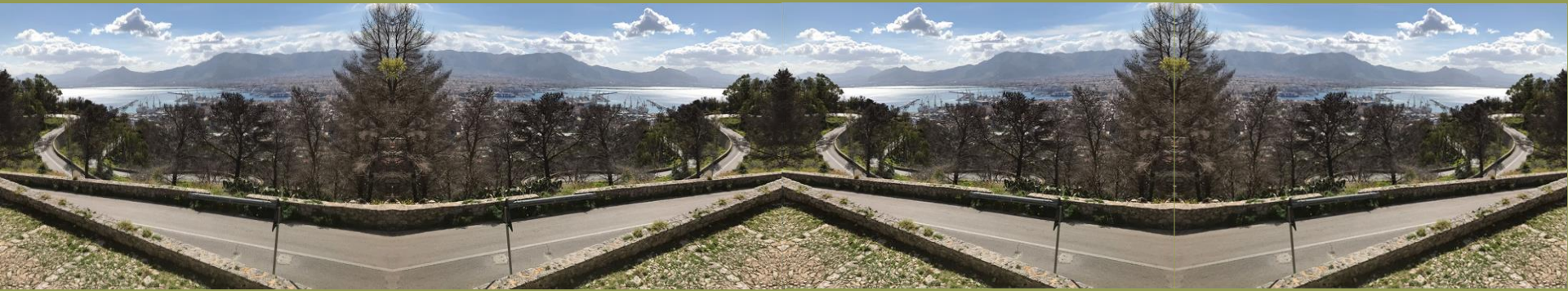


# LA DONNA E LA COPPIA DOPO L'ETA' FERTILE: IL RUOLO DELLE RELAZIONI SOCIALI



Salvatore Varia   Giuseppina Guttilla  
Dipartimento Salute Mentale  
Azienda Sanitaria Provinciale Palermo

## LA DONNA E LA COPPIA DOPO L'ETA FERTILE : IL RUOLO DELLE RELAZIONI SOCIALI

*"Dopo i fulmini dell'eros viene il tempo dell'agape, l'amore generoso, altruista, che ha sempre venature di Eros, che vuole possesso e morte, ma fa prevalere un'affezione continua, come una nota stabile, come la goccia di Chopin, che tiene insieme la melodia e permette di sopportare dolori, sbandate, passioni però viste per quello che sono: roba da piromani".*

V. Feltri, in M. E. Ferro, "Il secondo giro di giostra".



La coppia è da intendersi non come mera somma dei due partner che la costituiscono ma come una *Gestalt*, una totalità, ovvero una sintesi terza nella quale convergono due mondi bio-psico-sociali con i loro rispettivi *network* relazionali.

*La coppia, come l'individuo, ha diversi ritmi vitali e diverse fasi evolutive; alterna momenti di espansione e iperinvestimento delle reti sociali, a fasi di ritiro in cui prevale la centrovversione nella diade, con finalità trasformative.*



- Tali ritmi vitali possono essere osservati:
- ° negli innamorati latitanti dalla rete amicale
  - ° nella neo genitorialità, che può comprimere alcuni rapporti sociali
  - ° nella menopausa, quando la coppia può sperimentare una aritmia negli scambi tra i coniugi e la rete sociale

*"Io sono persuasa che un uomo nasce due volte: la prima è dalla madre che lo porta; ma poi egli deve rinascere in una donna che lo ami"*

(F. Lawrence 1934)

La fase evolutiva del climaterio, modificando il precedente equilibrio bio-psico-sociale della donna, con un effetto a cascata, modifica l'intreccio tra maschile e femminile e il modo in cui la neo-diade incontra il tessuto interpersonale più ampio.



Oggi parlare di coppia in menopausa non stupisce: sia perché abbiamo imparato a considerare questa fase evolutiva come un fenomeno relazionale, sia in funzione delle scoperte biologiche che nel termine andropausa, sintetizzano quell'insieme di alterazioni biochimiche, età dipendenti, che interferiscono sulla capacità riproduttiva dell'uomo maturo.



## Simmetrie

Come il cervello transita dall'espansione della neurogenesi al consolidamento della plasticità sinaptica, analogamente la coppia attraversa una fase evolutiva di sociogenesi a cui segue una fase più matura , di sviluppo dei legami tra i nodi esistenti del network.

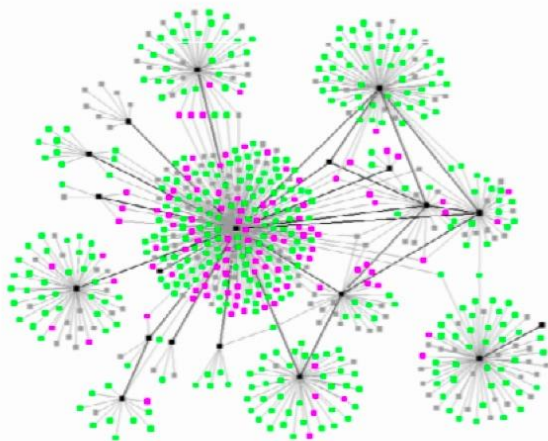


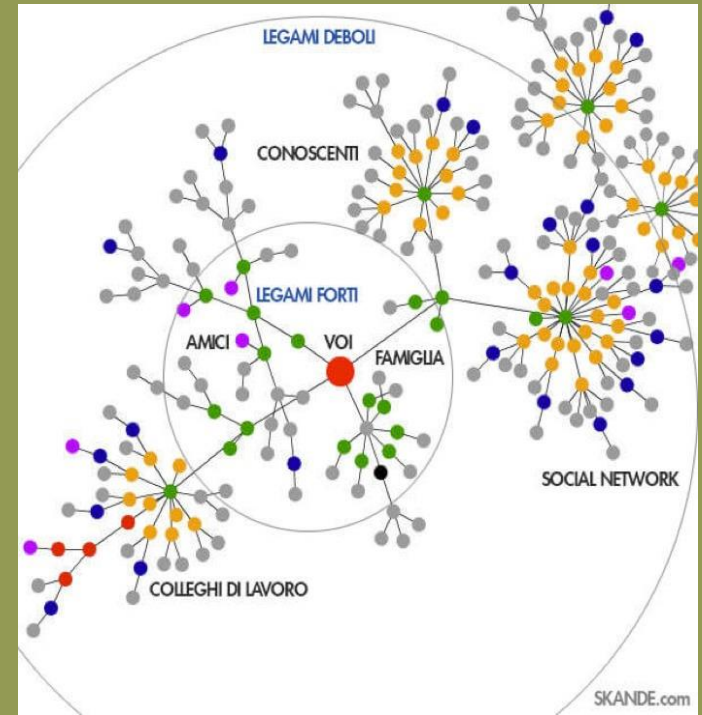
Figura 10. Esempio di rappresentazione di una rete sociale. Fonte:  
<<http://www.antoniopicco.it/images/socialnetwork.jpg>>. [Data di accesso: 06/09/2009].



L'analogia emerge anche sul piano delle rappresentazioni grafiche.

L'attuale contesto culturale, ha apparentemente superato l'antico stigma di genere che attribuiva valore sociale all'identità femminile e alla coppia, principalmente in funzione della sua capacità generativa.

La coscienza collettiva ha apparentemente rinnegato la sinonimia che faceva coincidere Generatività e Creatività.

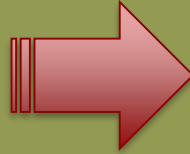


Tuttavia le difficoltà con la rete sociale, che la coppia incontra quando il polo femminile attraversa la fase evolutiva della menopausa, sembrano disconfermare tale progresso culturale.

## Anche il piano dell'epistemologia psicopatologica sembra aver superato i pregiudizi legati alla menopausa.

Sono ormai obsolete le ipotesi relative:

- ° Alla “melanconia regressiva o da involuzione menopausale” di Kraepelin.
- ° Alla “perdita simbolica” di Freud (1907), Deutsch (1949), Achte (1970).
- ° All'eziologia menopausale della psicosi del DSM-III, (1980).



La menopausa, così come i processi d'invecchiamento, sono considerati dalla psichiatria moderna, meccanismi fisiologici dello sviluppo ontogenetico umano. A tale evoluzione hanno contribuito:

- ° Lo Stadio Menopausale di E. Erikson, inteso nell'arco di vita e incentrato sulla dialettica Generatività/Stagnazione.
- ° Gli studi antropologici che rilevano un'eziologia cultura dipendente dei sintomi menopausali non organici.
- ° Le ipotesi psicosociali (Piazza, Sugarman, 2003) della sofferenza menopausale.

I disturbi che possono accompagnare la menopausa non sono fase specifici, ma appaiono come epifenomeni di una transizione esistenziale.

Nelle fasi di passaggio, come l'adolescenza, l'età del pensionamento, la menopausa...., si crea uno “*Spazio Senza*” (Profita 2009) in cui il vecchio modello di adattamento non è più disponibile mentre il nuovo modello deve ancora arrivare.

S'impone una riorganizzazione degli equilibri familiari e identitari in risposta allo svuotamento del “*nido famiglia*”.

Quando i figli lasciano la casa paterna, la rete familiare s'impoverisce e la funzione materna diviene periferica in favore della costruzione di nuove gruppaltà affettive.

Possono emergere parti di sé trascurate o rimosse, porzioni egoiche fragilizzate, rimpianti e rimorsi per il passato.



## **Le macro aree in cui ricadono i disturbi concomitanti alla menopausa possono essere sintetizzate in:**



### **Disturbi dell'Umore**

Disturbo Depressivo Maggiore. Disturbo Disforico, Disturbo Depressivo sotto-soglia, Ipomania sotto-soglia compensatoria

### **Disturbi d'Ansia**

Disturbo d'Ansia Sociale, Condotte di evitamento o di sovraesposizione sociale compensatorie

### **Disturbi da sintomi somatici**

Disturbo con dolore predominante, Disturbo da Conversione

### **Disturbi dell'Adattamento**

Disturbo dell'Adattamento con ansia, disturbo dell'umore o misto

## Sindrome da “densità del nido”

La donna e il rapporto di coppia possono risentire degli effetti prodotti da una matrice familiare fluida, in cui i figli lasciano il nucleo d'origine, ma possono anche farvi ritorno. Tale assetto relazionale può esporre la donna ad una reazione depressiva, a disturbi dell'umore sottoglia o a disturbi dell'adattamento.

I figli, nel loro percorso di crescita, lasciando il nucleo familiare, possono innescare una **“Sindrome del nido vuoto”**

Il ritorno dei figli a casa, a seguito di fallimenti coniugali o lavorativi, può innescare la **“Sindrome del nido troppo pieno”**

# Una prima sintesi

Siamo partiti dall'ipotesi che costruiamo la nostra identità nell'incontro con l'alterità della coppia e della rete sociale più ampia.

Nel descrivere il network sociale abbiamo attraversato le similitudini neuronali per immagini e per funzioni.

Attraverso la “Sindrome da densità del nido” abbiamo avuto modo di cogliere le evoluzioni familiari sincroniche alla menopausa.

Proseguendo attraverso la rievocazione del processo storico che non considera la menopausa come patologia in sè, siamo giunti a quel doveroso sentire culturale che non stigmatizza la donna per la menopausa.

Viene quindi da chiedersi perché molte donne ancora patiscono la fase evolutiva della menopausa? Perché provano disagio? Cosa le spinge a mutare i loro legami di coppia e sociali? La nostra ipotesi esplicativa parte dalla dimensione culturale collettiva per cercare un senso alla sofferenza individuale delle donne.

## Il modello esplicativo dello Stigma Sociale interiorizzato

Una possibile chiave di lettura di questo apparente paradosso può essere rintracciata nel modello dello *stigma sociale interiorizzato*, (Lingiardi,2006), per il quale lo stereotipo rifiutato dalla coscienza sociale può riapparire, come persecutore inconsciamente interiorizzato, nell'originaria vittima del pregiudizio, che qui coincide con la donna non più fertile e con le relative dinamiche di coppia.

La donna e la coppia in menopausa ricevono dal tessuto sociale pressioni indirettamente connesse con lo stereotipo generatività/valore sociale.

Sperimentano senso di colpa e inadeguatezza sociale.



Tali pressioni sociali, intrinsecamente legittime, in realtà riportano alla luce l'errata sinonimia **generatività/valore sociale** attraverso un sistematico diniego della morte e delle manifestazioni di fragilità ad essa secondarie.





*“Il rimosso della coscienza collettiva rischia di divorare i vecchi come Kronos divorava i suoi figli nel tentativo di non mutare l’equilibrio del presente”.*

L’amore veicolato dalla coppia è, sin dal suo etimo latino *a-mors* ovvero *senza morte*, un fattore protettivo e trasformativo per la stessa e per il campo interpersonale tutto.



La menopausa della coppia può attivare un temporaneo ritiro dalle reti sociali nel tentativo di ritrovare un equilibrio nel *Micro Network* della coniugalità; o all’opposto simmetrico, attivare una iper esposizione sociale per recuperare, nel confronto con l’alterità, un’immagine stabile di sé.

## “The Study of Adult Development”, Harvard University Department of Psychiatry”

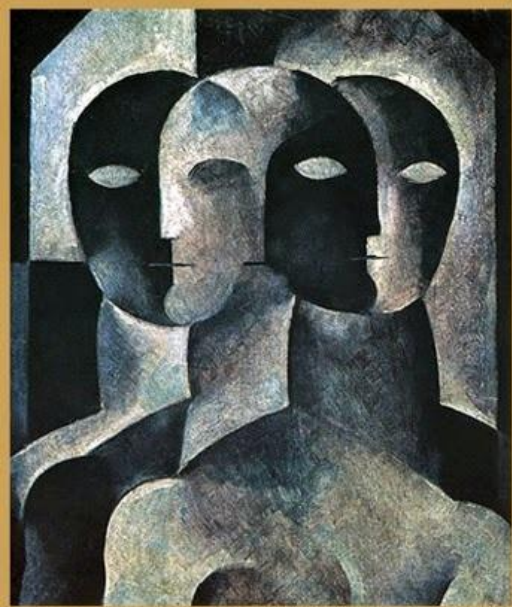
Storico studio longitudinale sulla qualità della vita (QoL, Quality of Life). Dal 1938 al 2015, tre generazioni di ricercatori hanno osservato 724 soggetti selezionati nella città di Boston, concludendo la ricerca con 60 ultra novantenni.

I dati dello studio offrono importanti indicazioni sul range anagrafico 47/55 anni:

- ° Il legame di coppia aumenta la resilienza del singolo individuo a distress esistenziali, inclusi gli insulti somatici.
- ° Investire nelle relazioni sociali in questa fase è un fattore protettivo della QoL a lungo termine.
- ° Il sistema familiare e il network sociale sostengono una regolazione elastica dell'autostima e promuovono rappresentazioni di sé stabili e integrate.
- ° Il volontariato, consolidando l'autoefficacia percepita, svolge, grazie ai feed-back forniti, una funzione protettiva dell'autostima e antagonizza le potenziali evoluzioni depressive associate alla sindrome del “*nido vuoto*” ed alla perdita del ruolo sociale

# Conclusioni

“I legami affettivi e le relazioni sociali, come le ossa, spesso non sono visibili a occhio nudo, ma forniscono una struttura scheletrica che tiene insieme l'esperienza” (Mitchell, 2006)



O Luar – 1925

Ismael Nery

La specie umana, al contrario degli altri animali, non è dotata di caratteristiche specie specifiche che ne garantiscano la sopravvivenza.

L'uomo ha bisogno dei suoi simili, necessita di una rete sociale che supplisca a questo deficit evolutivo.

Poiché l'uomo biologicamente non basta a se stesso, l'incontro tra individuale e collettivo diviene indispensabile per la sopravvivenza.

Tale bisogno, tuttavia, determina un incontro tra gli opposti e richiede una continua ricerca di equilibri omeostatici sempre nuovi nelle diverse fasi della vita.



**Grazie!**

