

IL CICLO VITALE FAMILIARE

*La famiglia è l'unità base
dell'evoluzione e dell'esperienza,
del successo o dello scacco,
della malattia e della salute.*

*Ackerman N.W.
Psicodinamica della vita familiare*

Così come l'individuo percepisce dei cambiamenti nel passaggio di fasi del proprio ciclo vitale, anche i sistemi familiari sono soggetti a continue modificazioni nel corso del tempo, passando attraverso una serie di stadi che nel loro insieme costituiscono il ciclo vitale familiare. Queste fasi vengono individuate in *momenti critici*, relativi, di solito, all'entrata o all'uscita di un membro dalla famiglia, innescando così un processo riorganizzativo di struttura e relazioni.

Ad ogni momento critico ognuno ha dei compiti evolutivi specifici e deve progredire nello sviluppo e nell'individuazione. Non sarà facile per la famiglia adattarsi ai continui movimenti trasformativi (dati dai bisogni di tutti) e nel contempo mantenere una propria stabilità. A volte possono emergere delle difficoltà che portano a mancate ridefinizioni dei rapporti e dunque ad un passaggio incompleto: avviene un blocco che se non risolto può portare a una situazione sintomatica, anche nella generazione successiva.

Il ciclo vitale individuale di una persona e quello della famiglia di riferimento sono interdipendenti. Nella famiglia tradizionale occidentale moderna è possibile individuare 5 stadi fondamentali (momenti critici) e i relativi compiti evolutivi:

- *La formazione della coppia* (consolidamento identità di coppia; ridefinizione relazioni con famiglia estesa e amici; indipendenza emotiva dalla famiglia d'origine).
- *La famiglia con bambini* (responsabilità genitoriali; ridefinizione relazione di coppia).
- *La famiglia con adolescenti o "trampolino di lancio"* (cambiamenti relazionali genitori-figli; gestione del conflitto e dell'indipendenza dei figli).
- *La famiglia dopo che i figli sono usciti di casa o "nido vuoto"* (allontanamento dei figli; ingresso nuove, generi, nipoti; adattamento livello di autonomia dei figli; ridefinizione relazione di coppia dei genitori).
- *La famiglia nell'età anziana* (mantenimento propri interessi; avvicinamento ai figli; assunzione ruolo di nonni).

La suddivisione ciclica delle fasi è arbitraria e risente di eventi critici più o meno prevedibili che in ogni caso mettono costantemente alla prova una famiglia. La separazione o il divorzio consistono in modalità che, comportando l'uscita di un membro dalla famiglia e vari altri adattamenti, provocano un profondo squilibrio familiare, sfociando in famiglie divise o ricostituite (con nuovi compagni). Anche lutti, perdita o cambiamento di lavoro, traslochi, malattie, problemi legali o economici, conflitti con familiari acquisiti ecc. incidono con diverso peso sull'equilibrio familiare.

E' quando la famiglia è in difficoltà nell'adattarsi a una nuova situazione, non riesce ad attingere alle proprie risorse per affrontare il cambiamento ed è incapace di servirsi di modelli interattivi nuovi e funzionali che può emergere un sintomo in uno o più membri della famiglia, come a segnalare la difficoltà e il blocco. L'intervento di uno psicoterapeuta sarà rivolto alla risoluzione di quel problema – sintomo ma anche e soprattutto alla riorganizzazione della famiglia, dando un senso a quel sintomo e aiutando i singoli membri ad andare avanti in maniera adeguata nel proprio ciclo vitale, individuale e familiare!

Bibliografia

- Malagoli Togliatti M., Lubrano Lavadera A. Dinamiche relazionali e ciclo di vita della famiglia. Bologna: Il Mulino, 2002.
- Minuchin S. Famiglie e terapia della famiglia. Roma: Astrolabio, 1976.
- Walsh F. Ciclo di vita e dinamiche familiari tra ricerca e pratica clinica. Milano: Franco Angeli, 2000.