



Associazione Me.dia.re  
Mediazione, Dialogo, Relazione  
Torino

---

Master professionalizzante in Mediazione Familiare

“ La mediazione familiare come strumento di accompagnamento per  
i genitori in fase di separazione ”

Relatori:

D'Alessandro Maurizio

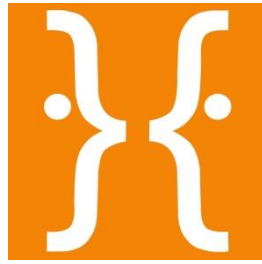
Quattrocolo Alberto

Dott.ssa Ciavarella Pia Emanuela

---

Giugno 2021

Associazione Me.dia.Re  
Mediazione Dialogo Relazione



Master professionalizzante in Mediazione Familiare



LA MEDIAZIONE FAMILIARE COME STRUMENTO  
DI ACCOMPAGNAMENTO PER I GENITORI  
IN FASE DI SEPARAZIONE

*Dott.ssa Pia Emanuela Ciavarella*

Al mio compagno di vita,  
alla mia famiglia, alla mia migliore amica,  
alle mie compagne di corso, ai formatori,  
i quali tutti, seppur in modo diverso hanno contribuito a rendere questa esperienza  
formativa importante ...

## Indice:

Introduzione .....	5
Capitolo uno.....	7
1.1 La nascita e la storia della mediazione familiare.....	7
1.2 Il quadro giuridico che caratterizza la mediazione familiare .....	11
Capitolo due .....	13
2.1 La coppia e le sue fasi di formazione.....	15
2.2 La crisi nella coppia .....	18
Capitolo tre .....	21
3.1 L'arrivo dei partner nella stanza della mediazione.....	23
3.2 L'impatto della separazione sui figli.....	26
3.3 Aspetti pratici della mediazione familiare incentrata sui figli .....	28
Conclusioni .....	31
Bibliografia.....	33
Sitografia .....	34

## Introduzione

“C’era un tempo in cui pensavo di amare la mia prima moglie più della mia stessa vita. Ma ora non la sopporto. Come spiegarlo? Cosa è successo a quell’amore?

Questo è quello che vorrei sapere e spero che qualcuno me lo possa dire.”

Anna Oliviero Ferraris, 2015

Molti sono stati i testi letti e analizzati durante questo importante percorso professionalizzante in Mediazione Familiare e diversi sono stati i punti di riflessione sollevati, ma il periodo utilizzato come introduzione di questo mio elaborato, è stato per me fondamentale, in quanto mi ha portato a riflettere su quello che sarà il corpo di questo testo:

diverse sono le coppie che amano, ma tante sono le coppie che arrivano al punto di non sopportarsi, addirittura odiarsi. Ma perché accade questo?

Cosa porta queste coppie a passare dall’amore all’odio?

L’elaborato non vuole essere un’illustrazione di soli concetti teorici fondamentali della disciplina e tanto meno del tema trattato, ma vuole dipingere un quadro che analizza la storia, l’evolversi e il vissuto delle coppie, della famiglia nel suo aspetto più profondo. Vuole riflettere sugli eventi che accadono all’interno della famiglia, sulle conseguenze che gli eventi hanno su di essa, e di cui non sono pienamente consapevoli. Sempre meno consapevoli di entrare in dinamiche conflittuali aspre e complesse, in cui inevitabilmente portano dentro tutto il sistema familiare, soprattutto i figli, se ce ne sono.

Il testo si struttura in tre capitoli principali, in cui all’interno del primo capitolo viene presentata la mediazione familiare come valido strumento di supporto per le coppie in fase di separazione con una breve analisi storica partendo dalle sue origini fino ad arrivare ad una analisi dell’ordinamento giuridico che la caratterizza in Italia.

Proseguendo, nel secondo capitolo verrà analizzato il ciclo di vita di una famiglia, partendo dalla formazione della coppia: dall'innamoramento fino al matrimonio. Verrà analizzata la famiglia, nella sua struttura più complessa, come un sistema dinamico, mutevole che evolve costantemente a causa di agenti interni ed esterni che la modificano e in certe situazioni la distruggono.

Emergeranno riflessioni sulla crisi, sulla difficoltà emotiva della coppia, su come quest'ultima si trova a vivere schiacciata dal peso non solo di una rottura di fatto, con tutte le riorganizzazioni che essa comporta, ma soprattutto personale di natura emotiva, fatta di aspettative, desideri e sogni. Tutti elementi che hanno un peso nella vita di questi partner, che nella maggior parte dei casi, sono anche dei genitori.

Nel terzo capitolo infatti, l'attenzione verterà sull'emotività vissuta dalla coppia durante questa fase delicata della loro vita e di come la mediazione familiare può essere un valido strumento di aiuto e di accompagnamento per i protagonisti del conflitto, ma indirettamente anche per i figli, poiché per quanto possano esserci diverse figure a sostegno della tutela dei figli, per quanto un genitore possa sforzarsi di tener fuori il conflitto con l'altro nella relazione genitore-figlio, ci saranno sempre risonanze su di loro.

Inoltre, all'interno del capitolo verranno riportate diverse interviste di adolescenti e giovani adulti che hanno vissuto la separazione dei loro genitori e nei diversi racconti emergerà come questa abbia influito notevolmente sulle loro vite.

La mediazione familiare, quindi, potrebbe essere un percorso che può portare la coppia a trovare il giusto modo per comunicare, accordarsi e continuare ad essere genitori nonostante la fine della loro storia d'amore.

Infine, verranno esplorati gli aspetti pratici di una mediazione incentrata sui figli, analizzando varie tecniche che un mediatore può utilizzare nella stanza della mediazione per far sì che i genitori spostino il loro focus dalle rigide posizioni personali ad un obiettivo comune: il benessere dei loro figli.

## Capitolo uno

### La mediazione familiare, cos'è?

“La Mediazione familiare è uno spazio fisico e metafisico che accoglie il disordine, la sofferenza e la separazione. È l'accompagnamento al grido per la ferita subita, alla lotta con sé stessi, un “rito” simile all'antica tragedia greca, in cui è possibile trasformare un'energia distruttiva in opportunità di crescita, cambiamento, trasformazione.”

J. Morineau

#### 1.1 La nascita e la storia della mediazione familiare

La mediazione, come sottolinea l'etimologia stessa del termine indica un processo dinamico mirato a far evolvere una situazione problematica, a far aprire canali di comunicazione e ripristinare una situazione di equilibrio.

Il termine mediazione deriva dal latino «medius, medium» che significa “nel mezzo” ed è proprio il significato di tale termine che porta a sottolineare la neutralità dello strumento: il mediatore, terzo neutrale si pone così tra le due parti in lite in modo equidistante ed equiprossimo non giudicando, non difendendo, ma accogliendo i punti di vista, le posizioni ed i valori dei soggetti in lite facendosi garante dell'equilibrio di potere tra le parti ed eventualmente facendo emergere lo squilibrio esistente in modo che le parti possano prenderne atto e porvi rimedio.

Stupirà sapere che la mediazione non è un fatto recente, come erroneamente si può pensare, bensì una prassi già esistente dall'Impero Romano il quale, utilizzava la mediazione come strumento di risoluzione di una controversia prima di giungere al Pretore che avrebbe confermato o meno le volontà delle parti, qualora avessero trovato un accordo. Ma l'effettiva data rappresentativa della nascita della mediazione è il 1906, in un convegno della American Bar Association, in cui fu tenuta una

relazione intitolata “The Causes of Popular Dissatisfaction with the Administration of Justice”.

Successivamente, con l’affermarsi della rivoluzione industriale, questa prassi esistente da sempre diventa così uno strumento applicato in diversi contesti: commerciale, lavorativo, politico e solo in tempi abbastanza recenti ha ritrovato uno spazio vero e proprio in ambito familiare.

La mediazione familiare nasce così ad Atlanta nel 1974 con James Coogler, un importante avvocato e consulente matrimoniale, il quale a seguito di una drammatica esperienza di divorzio, decise di utilizzare la mediazione delle controversie in circostanze di divorzi difficili costituendo il primo centro di servizi di mediazione:

“Family Mediation Center”, luogo con il solo unico scopo di rendere la separazione meno dolorosa possibile, aiutando i coniugi a raggiungere un accordo condiviso.

Altri importanti autori che vengono ad oggi ricordati come i padri fondatori d’Oltreoceano della mediazione familiare sono: John Haynes e i due colleghi canadesi Irving e Benjamin, i quali si differenziano per i diversi modelli di mediazione messi in atto. John Haynes, esperto negoziatore del mondo socio-assistenziale e del lavoro, si fa promotore di un modello negoziale con la presenza di diverse tecniche usate nella gestione dei conflitti d’impresa: il brainstorming, il problem solving, le tecniche di negoziazione ragionata; mentre gli autori Irving e Benjamin rappresentano i padri fondatori della mediazione terapeutica, un modello focalizzato sui processi relazionali. Per questi due autori, il percorso di mediazione in determinate situazioni può avere effetti duraturi nel tempo solo se vengono risolte problematiche di tipo emotivo e relazionale, quindi nella pratica è necessario concentrarsi sulla soluzione degli aspetti affettivi legati al percorso di separazione, insieme all’accoglimento e la gestione dell’intera molteplicità di variazioni relazionali e di interazioni presenti nelle coppie.

In Europa, la mediazione familiare si sviluppa negli anni ‘70 ed il primo paese ad utilizzarla è il Regno Unito nel 1978. A Bristol, infatti venne fondato il primo



servizio di mediazione familiare pensato per aiutare i genitori in fase di separazione a collaborare tra di loro nella ricerca di una soluzione.

La mediazione familiare si sviluppò anche nel resto dei paesi d'Europa, tra cui la Francia che assunse un ruolo importante grazie alla riforma del Nouveau Code de Procédure Civile del 1966, la quale stabilisce che il Giudice possa nominare un terzo soggetto che ascolti le due parti in causa al fine di trovare una soluzione concordata.

A partire dal 2004 (anno della riforma della Legge sul divorzio), la mediazione familiare diventa un'attività che si affianca a quella del giudice. Il ricorso alla mediazione è soggetto al previo consenso delle parti, tuttavia, nel momento in cui viene introdotta un'azione dinanzi al tribunale, "il giudice adito può, con il previo consenso delle parti, nominare una terza persona affinché le ascolti e confronti i rispettivi punti di vista per consentire loro di trovare una soluzione alla controversia che le contrappone" (articolo 131-1 del codice di Procedura Civile).

Il giudice può inoltre imporre alle parti, nel settore ben delimitato dell'esercizio della potestà genitoriale o delle misure provvisorie in materia di divorzio, di partecipare a un incontro informativo sulla mediazione, che è gratuito per le parti e che non può costituire oggetto di alcuna sanzione particolare (articoli 255 e 373-2-10 del Codice Civile). Ciò che differenzia principalmente la Francia dagli altri Stati, ma in particolar modo dall'Italia è la matrice culturale: in Francia già nel 1929 esisteva una scuola dei genitori e degli educatori, di matrice pubblica, vi era quindi un effettivo interesse delle istituzioni per lo svolgersi della vita familiare e per i rapporti genitori/figli.

Tali scuole, denominate EPE (École des Parents et des Educateurs), offrono tutt'oggi un servizio di aiuto e di appoggio per l'educazione dei bambini e per il superamento delle difficoltà che possono sorgere all'interno dei nuclei familiari.

La mediazione familiare francese, pertanto non tende a costruire un ponte, ma fa da catalizzatore ristabilendo un confine, un contatto con le parti in lite per farle convergere verso un progetto condiviso.

Al contrario, in Italia ancor prima della definizione legislativa manca la dimensione socio-culturale.

La mediazione familiare concretamente in Italia esiste già dalla fine degli anni '80 dopo la riforma sul diritto di famiglia, come una forma di intervento e di riduzione della conflittualità coniugale e genitoriale.

Un punto di inizio rispetto ad una nuova modalità di gestione dei conflitti familiari è rappresentato dalla pubblicazione del contributo dei tre padri della psicologia giuridica italiana: Cesabianchi, Quadrio e Scaparro che, nell'articolo "Maturare la separazione, in "Il bambino incompiuto" parlarono di mediazione familiare.

Si avviò così una prima riflessione sulla necessità di interventi per l'accompagnamento dei soggetti coinvolti nel processo di separazione.

È l'anno 1987 in cui la mediazione appare anche in Italia con la costituzione a Milano dell'associazione *GeA (genitori ancora)*, nata per diffondere la conoscenza e la pratica della mediazione familiare.

Ed è così che i primi centri di mediazione nascono e si sviluppano, ma solo per impulso e iniziativa privata, anche se con il sostegno pubblico, da parte degli enti locali.

Si verificò così la realizzazione di una serie di modelli di mediazione familiare generati, come in parte citati nell'inizio del capitolo in questione, da spunti e dall'unione dei modelli realizzati dai fondatori d'Oltreoceano.

I principali modelli presenti sono:

- negoziale;
- strutturato;
- trasformativo;
- integrato
- mediterraneo;
- interdisciplinare;
- relazionale simbolico;
- eclettico;

La mediazione familiare, che rappresentava una pratica molto diffusa negli Stati Uniti e in Canada, sembrò una risposta possibile al disagio che accomunava i protagonisti della vicenda separativa: i genitori, i figli, ma anche le varie figure professionali coinvolte.

La natura pragmatica e l'efficacia della mediazione familiare, potevano costituire una buona alternativa alla patologizzazione del conflitto separativo dominante in Italia, nonché una modalità di salvaguardia dei bambini dagli aspetti più distruttivi dello stesso.

Principio fondatore era ed è tutt'ora, quello di sostituire la logica della vittoria di una parte sull'altra con il prendere accordi insieme nell'interesse di genitori e figli evitando che la fine dell'esperienza della coppia coniugale coincida con lo scioglimento della coppia genitoriale.

## 1.2 Il quadro giuridico che caratterizza la mediazione familiare

Come citato nella sezione precedente il quadro giuridico rappresentativo della mediazione familiare in Italia è diverso rispetto agli altri Stati: mentre nelle istanze europee sin dagli anni '90 si parla di Mediazione Familiare come strumento valido non solo di risoluzione, ma anche di prevenzione dei conflitti familiari, in Italia la professione in questione ha fatto ingresso molto timidamente e tutt'ora inadeguatamente praticata e scarsamente incentivata da una legge quella sulla separazione dei genitori e affidamento condiviso dei figli(L. 8 febbraio 2006 n. 54). In tale legge, viene inserito un esplicito richiamo alla possibilità da parte del Giudice, sentito il parere delle parti, di avvalersi della mediazione familiare per cercare di raggiungere un accordo a favore dei figli.

Prima della legge 54 del 2006 e dell'introduzione dell'art 155 sexies c.c che è stato poi successivamente abrogato con il D.lgs del 28 Dicembre 2013 n.154, la mediazione familiare aveva fatto la sua apparizione nell'ordinamento italiano con la legge 285/1997, recante "Disposizioni per la promozione di diritti e di opportunità

per l'infanzia e adolescenza", il cui art.4.1 riconosce i servizi di mediazione familiare e di consulenza per le famiglie e per i minori come servizi di sostegno e superamento delle difficoltà relazionali.

Tuttavia, anche l'art.6 c.3 del decreto-legge 12 settembre 2014, n.132 prevede che nell'accordo scaturito da una negoziazione assistita si dia atto che gli avvocati hanno informato le parti della possibilità di servirsi della mediazione familiare.

Si può quindi notare che sono diverse le leggi in cui la mediazione familiare viene citata all'interno del nostro ordinamento giuridico, ma soprattutto risulta necessaria la legge 4/2013 contenente disposizioni in materia di regolazione delle professioni non organizzate in Ordini e Collegi, quale appartiene medesima professione.

Alla luce del quadro normativo sopra delineato, appare evidente che l'Istituto della Mediazione familiare, in una prospettiva *de iure condendo*, verrà rivisitata alla luce dei profondi mutamenti del tessuto sociale, caratterizzato da relazioni che tanto rapidamente possono rompersi quanto ricostituirsi, sempre più fluide, o meglio "liquide" per riprendere una celebre espressione del noto sociologo, Zygmunt Bauman.

Dai dati statistici risulta che gli italiani "si sposano di meno e più tardi rispetto al passato, fanno figli con il contagocce e divorziano facilmente."

Ma come si può spiegare questo scenario di cambiamento?

Diversi sono stati i fatti storici e sociali che hanno influito nello scenario familiare: la legge sul divorzio, l'industrializzazione, l'emancipazione della donna e il suo ingresso nel mondo del lavoro;

Eventi che si possono definire incisivi nell'aver generato una società che continua ad essere sempre più esigente, con individui focalizzati sull'autodeterminazione ed un tessuto familiare che sembra subire tutto questo modificandosi costantemente.

## Capitolo due

### Il ciclo di vita della famiglia

Spesso la famiglia viene definita, a prescindere dal tempo e dalla cultura, come il luogo più importante per l'individuo, il primo gruppo sociale con cui l'individuo interagisce sin dalla sua nascita.

Molti sono gli autori che hanno analizzato la famiglia nella sua complessità e tra questi preme citarne diversi, tra cui Marcello Bernardi pediatra e pedagogista italiano, il quale ha definito la famiglia come “il nucleo affettivo originario” e Ackerman, il quale sostenne che la famiglia è un'entità sfuggente e multiforme: infatti la famiglia è la stessa dappertutto, eppure non è uguale in nessun luogo pur essendosi mantenuta nel corso del tempo. La famiglia non è rimasta mai uguale, poiché si adatta alle condizioni di vita, alle caratteristiche di un peculiare tempo e di un determinato luogo.

Ad oggi, secondo l'ottica sistemica, la famiglia è un sistema aperto, dinamico che subisce diverse influenze da parte degli individui che la compongono, ma anche da diversi fattori esterni che possono incidere duramente sul sistema familiare, come la perdita di un posto di lavoro, l'arrivo di un figlio e altri eventi critici che verranno analizzati nel presente capitolo.

In sostanza, la famiglia vive un vero e proprio ciclo di vita costituito da una serie di stadi con rispettivi compiti evolutivi e difficoltà.

Elisabeth Carter e Monica McGoldrick hanno elaborato un modello di ciclo di vita della famiglia che fornisce un panorama guida relativo alle problematiche e ai periodi di difficoltà che una determinata famiglia può attraversare.

Secondo le autrici il ciclo di vita della famiglia può essere diviso in sei stadi:

1. Giovane adulto senza legami: nello stadio precedente alla formazione della famiglia, è indispensabile il “distacco emotivo” del giovane dal gruppo di origine e ciò si concretizza attraverso la differenziazione e definizione del proprio sé rispetto ai familiari, in ambito lavorativo e delle relazioni con i pari;

2. Formazione della coppia: in questo stadio si costruisce l'identità di coppia, si ridefiniscono relazioni con le famiglie estese e con i gruppi di appartenenza dei coniugi;
3. Nascita del primo figlio e famiglia con bambini piccoli: si caratterizza per l'accettazione dei figli come nuovi membri del sistema familiare: in altri termini si crea un sottosistema genitoriale, il riassetto di quello coniugale per fare spazio ai figli e il riadattamento delle relazioni con le famiglie d'origine dove andranno "rinegoziati" i ruoli di genitori e nonni;
4. Famiglia con adolescenti: famiglie che vivono l'adolescenza dei loro figli.  
È indispensabile aumentare la flessibilità dei confini all'interno della famiglia, per permettere lo svincolo dei figli. Se ciò avviene, l'adolescente si sentirà libero di entrare e uscire dal sistema famiglia senza nessun tipo di condizionamento o di costrizione. In questa fase vi è una nuova attenzione ai rapporti di coppia;
5. Famiglia in cui i figli adulti escono di casa: in questo quinto stadio il processo emozionale centrale sarà l'accettazione di un numero sempre maggiore di movimenti in uscita e in entrata nel sistema: in pratica ciò comporta nuovi interessi entro il sottosistema coniugale degli adulti, lo sviluppo di relazioni alla pari tra genitori e figli adulti e la ridefinizione di relazioni per includere nipoti e generi/nuore;
6. Famiglia nell'età anziana: il sesto, nonché ultimo stadio riguarda l'accettazione del cambiamento dei ruoli generazionali, del mantenimento del funzionamento di coppia, del riconoscimento di un ruolo più centrale alle generazioni di mezzo.

Ogni fase è caratterizzata da specifici compiti di sviluppo, che comportano una ristrutturazione complessiva del sistema familiare: a livello di coppia, delle relazioni genitori-figli e di quelle con la famiglia d'origine.

Il superamento di un compito dello sviluppo permette il passaggio allo stadio successivo. I compiti dello sviluppo, dunque non sono altro che obiettivi di crescita di un determinato stadio raggiunti da una famiglia per arrivare poi allo stadio successivo.

Interessante risulta essere il punto di vista introdotto dallo psicoterapeuta Jay Haley, il quale sostenne che il passaggio da uno stadio ad un altro non è del tutto naturale e scontato, anzi diverse possono essere le possibilità che una famiglia, nel vivere lo stress familiare, causato dal passaggio da uno stadio di sviluppo ad un altro, non trovi una via d'uscita e pertanto possa rimanere bloccata.

## 2.1 La coppia e le sue fasi di formazione

Tra le varie fasi che caratterizzano il modello del ciclo di vita della famiglia di Carter e McGoldrick, riveste un ruolo importante per il mediatore familiare la formazione della coppia, in quanto gli permette di capire quali sono i processi che determinano l'unione e quali possono essere gli elementi che possono giocare un ruolo primordiale nel determinare una rottura.

Stando al modello sopra elencato la formazione della coppia avviene nel momento in cui due persone si scelgono, si innamorano e danno vita a rituali tipici del corteggiamento e si concretizza con la costituzione di una specifica identità.

Possiamo individuare tre diversi momenti che caratterizzano la formazione della coppia: la scelta del partner, l'innamoramento e il matrimonio.

La scelta del partner è un processo strettamente connesso con la storia individuale e familiare del soggetto, in quanto il nuovo partner viene scelto per somiglianza o per contrasto della propria figura genitoriale di sesso opposto. Come osservava Dicks nel testo "Dinamiche relazionali e ciclo di vita della famiglia 2002", le tensioni tra coniugi possono nascere dalla delusione nel constatare, con il passare del tempo che il partner non è altro che l'espressione della figura genitoriale che si voleva evitare, somiglianza che durante il corteggiamento è stata negata.

L'innamoramento, invece definito come il processo più importante per la formazione della coppia è un processo che vede intervenire diversi elementi che spiegano quello che racconti e poemi definiscono magia inspiegabile. Come scrisse Walt Whitman: "Oh, mi giocherei tutto per te ..." Frase emblematica che mette in evidenza la follia

dell'amore, di questo sentimento tanto forte, ma allo stesso tempo tanto vulnerabile. Ma cosa realmente accade nell'individuo in questa fase?

È evidente, come emerso da una serie di studi scientifici delle neuroscienze che nella fase di innamoramento intervengono diversi neurotrasmettitori: dopamina, il neurotrasmettitore che veicola sensazioni di intenso piacere, euforia e iperattività: in questo senso l'amore dà «dipendenza»; ma non solo oltre alla dopamina hanno un ruolo ben affermato l'adrenalina, noradrenalina, vasopressina e l'ossitocina. Neurotrasmettitori che spingono nelle manifestazioni fisiologiche (il batticuore, ad esempio) e determinano vicinanza e legame di attaccamento che cementano il legame spronando fiducia ed empatia.

Inoltre, sempre osservando il cervello dell'innamorato, attraverso risonanza magnetica funzionale (fMRI) risulta visibile come diverse zone del cervello sono attivate, mentre altre disattivate, come ad esempio la corteccia prefrontale (sede della capacità di giudizio) e questo porta a svolgere valutazioni ed analisi non del tutto corrette portando ad idealizzare la persona amata non prendendo atto, di quali realmente sono i suoi pregi e i difetti.

L'idealizzazione di sé e dell'altro sono elementi alla base di questo processo: l'individuo tende a vedere il partner scelto come “il salvatore” colui che può soddisfare bisogni insoddisfatti e aspettative relative al proprio sentimento di intimità e coesione. Malagoli Togliatti, Angrisani e Barone scrivono del “primo contratto” che si stipula tra i due partner, la cui caratteristica principale è quella di somigliare ad un iceberg: la parte in superficie con accordi e norme esplicite (la sessualità e la generatività ad esempio); mentre la parte sommersa costituita da vincoli non consapevoli di natura affettivo-emotiva.

L'illusione alla base di questa prima fase che i poeti descrivono come idilliaca, può essere trasformata in concretezza attraverso una rinegoziazione dell'accordo iniziale in cui i due partner arrivano ad accettarsi nella realtà di ciò che sono con caratteristiche ed esigenze proprie.



Se ciò non dovesse accadere, queste coppie tenderanno a modificare non le premesse stesse del contratto iniziale, ma il partner attraverso una serie di rivendicazioni rispetto ai patti non mantenuti espliciti in diversi contesti del quotidiano di una coppia. Tutto questo verificato a causa di una consapevolezza non avvenuta della parte sommersa che caratterizza il primo contratto e rappresenta poi il nucleo centrale su cui può insidiarsi un conflitto distruttivo tipico del circuito di delusione.

Terzo ed ultimo step che caratterizza la fase della formazione della coppia è il matrimonio.

Esso viene definito come un vero e proprio rito che celebra una linea di demarcazione importante tra le diverse fasi del ciclo di vita e il passaggio a nuove modalità di relazione interpersonale.

Non tutte le coppie, soprattutto in tempi recenti, scelgono di sancire la loro unione davanti alla comunità attraverso il patto dichiarato del matrimonio, piuttosto risultano in aumento le convivenze, forma diversa di unione che molte ricerche confermano vissuta dalle coppie come meno impegnativa e sperimentale.

Infatti, sembra che solo con il matrimonio la coppia incomincia ad affrontare una serie di compiti complessi, questo perché oltre all'aspetto rituale che influenza la percezione del matrimonio si è verificato un notevole cambiamento culturale dei ruoli all'interno dell'ambiente familiare: non si parla più di una donna che gestisce solo il ménage domestico e di un uomo che provvede solo alla sussistenza della famiglia, ma di diritti e doveri sempre più paritari e basati sulla soddisfazione coniugale.

L'organizzazione della vita quotidiana, le difficoltà relative al rapporto lavoro-famiglia, la gestione del bilancio familiare, la regolarizzazione della distanza con la propria famiglia d'origine, l'equilibrio di potere, rappresentano la prima sfida che la neocoppia deve affrontare per costruire un'identità di coppia.

## 2.2 La crisi nella coppia

Diversi sono i compiti di sviluppo con cui una famiglia si deve misurare, ma allo stesso tempo diversi possono essere i fattori che influenzano il modo di vivere tali compiti.

Come ampiamente delineato nel paragrafo precedente la scelta del partner rappresenta uno di quei processi che con il passare del tempo può determinare una crisi nella coppia: questo perché al termine della fase euforica che caratterizza l'innamoramento non si arriva alla consapevolezza di accettare il proprio partner nella sua interezza, con i suoi pregi e suoi difetti rimanendo nella visione idealizzata. Non solo, molti altri possono essere i fattori che intervengono nel determinare una crisi, come ad esempio eventi che portano nella coppia un certo carico emotivo:

- traslochi;
- nascita di un figlio;
- un figlio in fase adolescenziale;
- cambiamenti in ambito lavorativo;
- lutto;

elementi che richiedono una riorganizzazione del sistema familiare, un adattamento nella struttura, nei ruoli e soprattutto nelle relazioni tra i componenti di una famiglia e questo inevitabilmente porta il tessuto familiare a vivere un carico stressogeno non indifferente, tipico del passaggio da una fase di sviluppo ad un'altra del ciclo di vita di una famiglia.

Nel testo di Togliatti e Lavadera, viene analizzato l'evento critico e definito con funzione positiva, perché nonostante le difficoltà notevoli che esso comporta attiva dei processi evolutivi, introducendo nuove variabili e compiti di sviluppo che modificano le precedenti modalità di funzionamento della famiglia.

Ogni evento critico sembra che inneschi due fasi: una prima fase di rottura delle precedenti modalità organizzative e una successiva di transazione che può sfociare in una riorganizzazione o nel caso in cui la famiglia fallisca, in una destrutturazione del

sistema. Inoltre, studi in ambito Sistemico-relazionale evidenziano una distinzione tra due diversi tipi di eventi critici:

- eventi critici normativi o definiti anche con il termine di “orologio sociale”: sono eventi in un certo senso attesi dalla coppia (matrimonio, nascita dei figli, crescita...) e sono in parte influenzati dal tempo familiare e sociale;
- eventi critici paranormativi, anche se frequenti sono meno attesi e prevedibili (crisi economica, malattie, morte...) e questo porta la famiglia in questione a vivere tali eventi con maggiore difficoltà e affanno.

Diversamente dagli eventi normativi che banalmente si possono definire “di prassi”, gli eventi paranormativi non sono tra i piani di una famiglia e nel momento in cui si verificano, l’individuo non possiede gli schemi operativi culturali e familiari per poterli affrontare, quindi bisogna attingere diverse capacità che richiedono diversi anni di riassetamento per poterli superare e non sempre le famiglie riescono a farvi fronte, quindi in alcuni casi si chiede aiuto a figure professionali esterne, in altri si manifesta qualche disagio, in altri ancora si va incontro alla disgregazione totale.

Il tema della crisi nella coppia è un tema di particolare delicatezza che vede coinvolti non solo la coppia in sé, ma anche altre figure come i bambini nel caso di coppie con figli, oppure banalmente le famiglie d’origine.

Vivere la crisi non è facile, porta sentimenti di malessere, sconforto, senso di vuoto che possono durare anche per molto tempo, infatti molte coppie vanno “in crisi”, ma non lo riconoscono o meglio non se lo raccontano, continuano la loro vita accettando una relazione che piace sempre meno retrocedendo in posizioni e funzioni all’interno del tessuto familiare attuando strategie difensive, evitando il contatto o addirittura il dialogo concentrandosi ognuno sulla propria vita, i propri impegni, il proprio lavoro, i propri compiti, e magari anche compiti familiari, ma restando sempre concentrati sul proprio. Una sorta di sdoppiamento in cui i partner incominciano a “vivere separatamente”.

Quello che si può definire “anormale” diventa normale quotidianità per la coppia.

Chiari esempi di questo fenomeno sono quelle coppie che funzionano bene a livello pratico-organizzativo, ma meno nei loro ruoli coniugali: sempre meno presente un grado di intimità intellettuale, emotiva, sessuale e questo inevitabilmente, con il passare del tempo, per quanto entrambi i partner hanno cercato di evitarlo, prima o poi può portare il conflitto.

I sentimenti di malessere vissuti nel tempo si possono così trasformare in dinamiche conflittuali ripetitive, in cui la comunicazione può diventare sempre più difficile e risultare più facile “litigare”.

Il litigio diventa così il canale principale di scambio tra i due partner e anche la semplice tazza messa nella credenza in maniera diversa dal solito può diventare oggetto di discussione, rappresentando così l’elemento di superficie del conflitto, ma non il vero motivo. Anche il denaro, come sostennero Irving e Benjamin nel testo “Money and Mediation” possiede un forte valore simbolico che può essere utilizzato dai rispettivi partner per compensare riconoscimenti emotivi mai ricevuti.

Questo mette in evidenza non solo la complessità del quadro conflittuale in una coppia, ma anche come ogni singolo elemento materiale che la coppia si contende, può avere una valenza tutt’altro che oggettiva e su questo il mediatore deve porre notevole attenzione lavorando sulla emotività della coppia.

## Capitolo tre

### Affrontare la separazione evitando la distruzione

“La separazione è più durevole esperienza che lo stare assieme”

Josif Brodskij

La separazione è senza dubbio un'esperienza che porta con sé molta sofferenza, poiché non determina solo la fine di un patto coniugale e il mutamento di un nucleo familiare che si deve riorganizzare, ma la fine di aspettative, desideri, identità non solo della coppia, ma in parte anche personale.

È un evento forte, uno tsunami si potrebbe definire, che avvolge i due partner in vissuti come sconfitta, perdita, completo fallimento, rancore verso chi si ritiene responsabile di tale accaduto, senso di euforia e liberazione per chi ha preso l'iniziativa della separazione, che spesso però, ha una durata estremamente limitata.

Diverse possono essere le varie sfaccettature emotive provate non solo dai partner, ma da tutto il sistema familiare compresi e soprattutto i figli, se ce ne sono.

La discordia genitoriale provoca sempre nei bambini reazioni di ansia, angoscia non meno rari anche i sensi di colpa nei bambini più grandi per il fatto di sentirsi la causa della discordia tra i genitori.

Nel testo di Anna Oliviero Ferraris intitolato *Dai figli non si divorzia* vengono descritti diversi vissuti di adolescenti e giovani che hanno sentito sulla propria pelle la separazione o il divorzio dei loro genitori.

Margherita scrive: “Da quando iniziano i miei ricordi ci sono sempre stati litigi.

Né mio padre, né mia madre sono mai venuti a dirmi perché litigavano. Volevo chiederlo, ma ero piccola avevo paura. Sapevo però che un giorno si sarebbero separati, perché era una minaccia che mia madre faceva spesso”;

Dario, invece aveva quattordici anni al momento della separazione dei suoi genitori e racconta: “Volevo morire, non mangiavo più, non avevo contatti con nessuno, ero un

vegetale. Mio padre sarebbe dovuto rimanere a casa o almeno avrebbe potuto aspettare che io compissi diciotto o diciannove anni. Con lui vicino a quell'età avrei potuto costruirmi una vita, finire la scuola e non avrei avuto questo contraccolpo psicologico. I rapporti in famiglia hanno contribuito a rendermi insicuro, stressato e chiuso in me stesso. Mia mamma non era in grado di seguirmi, né di farsi obbedire e poi certe esigenze maschili, una donna, anche quando è tua madre, non le capisce.”

È evidente che in questi due racconti prevalgono componenti come l'abbandono, la sensazione di impotenza e si può notare come tutto questo, in entrambi i narratori, inevitabilmente ha avuto un peso nella loro vita influenzando il modo di percepire e vivere determinati vissuti.

Dario, come emerge dal testo, ha venticinque anni, un lavoro, ma esclude tassativamente di potersi sposare potrebbe pensare un giorno di convivere, ma non crede nei rapporti duraturi.

Questi racconti rappresentano solo una minima parte di quello che una grande quantità di bambini e adolescenti vivono e questo ci porta a comprendere che non è la separazione in sé, come fatto a destabilizzare il bambino, ma il modo di viverla, il protrarsi del clima conflittuale tra i genitori e l'essere immersi all'interno di quel clima, spesso diventando oggetto di contesa tra mamma e papà.

La mediazione si pone così l'obiettivo di essere uno strumento di aiuto, di prevenzione lavorando sull'emotività, il riconoscimento e l'ascolto di questi genitori sopraffatti, così da ridurre situazioni altamente conflittuali che inevitabilmente hanno un impatto non solo sulla loro vita, ma soprattutto sulla vita dei loro figli.

### 3.1 L'arrivo dei partner nella stanza della mediazione

Spesso nel quotidiano si resta fermi sui fatti, sugli accordi, sul trovare il miglior modo possibile per gestire il cambiamento o meglio definibile il “travolgimento” di una separazione, ma non ci si ferma mai sull’emotività, sui vissuti che continuano a rimanere inespressi.

Amore, disamore, frustrazione, incredulità, delusione, tristezza tanti e diversi sono i vissuti che porta la coppia nella stanza della mediazione.

La separazione non è solo un fatto che determina cambiamenti oggettivi (cambiare casa, organizzare il calendario per la gestione dei figli, trovare degli accordi ecc ...) è un processo che incomincia prima che uno dei due partner prenda la decisione di separarsi e determina dei cambiamenti nell’identità individuale di ciascun membro del sistema familiare.

Il termine separazione di per sé evoca diversi significati: divisione, dissociazione, scissione, smembramento e distacco.

Si tratta di processi che si incarnano nella persona, poiché prodotto di legami che operano nello spazio del legame con l'altro. Un legame definito come un vincolo-obbligo tra gli individui che nella coppia significa condividere un progetto comune.

È memoria, condivisione e lealtà. Un elemento centrale rispetto al legame che la coppia crea è il rapporto comunione-identità. Il legame, infatti ha il potere di plasmare l'identità del singolo e farlo sentire parte di un qualcosa di più grande e di più sicuro.

*“Significato e appartenenza sono dimensioni centrali nell’esperienza della separazione e del divorzio: esse formano il ponte di collegamento con altri, i legami di cui tutti abbiamo bisogno per vivere. Il divorzio trasforma e trasferisce questi legami”* scrisse Lisa Parkinson nel testo “Separazione, divorzio e mediazione familiare”.

La separazione porta quindi una ridefinizione del proprio sé, porta l’individuo a ridefinirsi, “reinventarsi” come sostengono diversi utenti.

Non si è più un tutt'uno con l'altro, ma si è soli, ruoli e identità devono ricrearsi e dunque, questo porta un'esperienza di crisi.

Nella separazione coniugale si sperimenta un senso di vuoto, di perdita e disorientamento simili al periodo adolescenziale, che vengono superati solo quando si è in grado di far tesoro dell'esperienza, di reintegrarli nella nuova identità e non sempre entrambi i partner riescono a farlo; può succedere che uno dei due, solitamente chi ha richiesto la separazione ha già elaborato il distacco, mentre l'altro è ancora emotivamente coinvolto e non riesce a superare il dolore causato dalla perdita fisica ed emotiva dell'altra persona.

Importanti studi parlano di un processo che pone fine ai legami, paragonabile all'esperienza del lutto che si manifesta per diverse fasi (Bowlby 1979, Oliverio Ferraris 1997):

- Fase di negazione o rifiuto: il coniuge che viene lasciato fa fatica ad accettare la realtà dei fatti e cerca in tutti modi di ripristinare la relazione interrotta, spesso attraverso gesti di recupero oppure si avvale dei figli per inviare messaggi di riappacificazione e implorazione per tornare insieme. Le emozioni prevalenti in questa fase sono angoscia e collera, le quali possono essere accompagnate da un desiderio di punizione e vendetta. L'odio rimane il sentimento che tiene unita la coppia con la stessa forza con cui aveva unito l'amore;
- Fase della resistenza: caratterizzata da una leggera presa di consapevolezza della fine del proprio rapporto coniugale. La rabbia per l'abbandono subito può essere riversata sul partner oppure tenuta dentro di sé. Scontri e conflitti si inaspriscono per il rifiuto di concedere la separazione al partner. In questa fase si può notare come ricatti, accuse, inganni, implorazioni rappresentano l'unico modo per mantenere il rapporto con il coniuge;
- Fase della depressione: in questa fase l'individuo prende atto dell'irreversibilità della situazione e questo inevitabilmente comporta un periodo di dolore, profondo scoraggiamento e delusione;



- Fase dell'accettazione: gradualmente il lutto viene elaborato e i sentimenti dolorosi legati all'abbandono si affievoliscono. Diventa così possibile guardare verso il futuro ed elaborare un progetto di vita separato da quello del partner.

Quando l'elaborazione della separazione emotiva non è completa permangono nell'individuo il senso di colpa e la collera, che possono alimentare dinamiche conflittuali nocive per gli ex partner, i quali incominciano una vera guerra giudiziale. Cigoli, scrittore e psicologo di rilievo in tale ambito, definisce con il termine "legame disperante" quel rapporto che tiene legati i due partner con emotività e bisogni diversi: da una parte colui/colei che "dovendo salvare a tutti i costi se stesso come capace di legame, non può che cercare di togliersi di dosso l'altro, di annullarne e distruggerne la presenza quale vero e proprio essere alieno, contagioso e persecutorio" ( Cigoli 1999) dall'altra parte colui/colei che non è in grado di accettare la fine del rapporto.

Questo ci porta a definire che non sempre le separazioni di fatto coincidono con la separazione emotiva, anzi spesso esse si verificano in tempi differenti dando vita, in molti casi a situazioni estremamente difficili, in cui si può vedere il coinvolgimento di avvocati, consulenze di parte, assistenti sociali, vendette, querele, denunce e in tutto questo caos, come spettatori passivi ci sono i figli.

### 3.2 L'impatto della separazione sui figli

Anche i bambini, come gli adulti vivono lo stress della separazione e il loro modo di esprimerlo dipende dall'età e dalle caratteristiche individuali.

Wallerstein e Kelly, in uno studio longitudinale condotto su 60 famiglie in fase di divorzio hanno individuato diverse reazioni comuni che possono manifestarsi nei figli di coppie che continuano a mostrare forti segni di disagio e si lasciano coinvolgere in lunghe diatribe e sono stati così sintetizzati:

- Dai due a cinque anni: i figli in questa fascia d'età sembrano sperimentare molta confusione riguardo alla loro vita familiare, se i genitori non sono capaci di fornire spiegazioni. Non solo, sembra manifestarsi vissuti come la paura, l'ansia e l'aggressività legati al senso di perdita che sperimentano, il quale nel quotidiano può portare i figli ad essere più aggressivi nei confronti dei fratelli, dei genitori o a scuola. Anche l'accresciuto timore nei confronti del buio, lo sviluppo di problematiche alimentari, forme di regressione (come mancanza della cura personale, tornare a bagnare il letto e comportamenti eccessivamente dipendenti);
- Dai cinque ai sette anni: possono verificarsi situazioni di tristezza e sofferenze profonde, determinati dal clima di agitazione percepito in casa: nostalgia del genitore assente, conflitto di lealtà, definibile come sensazione in cui il bambino non sa come mostrarsi leale verso entrambi i genitori; preoccupazione per l'incapacità dei genitori di affrontare la situazione, poiché aumentando la presa di coscienza del bambino sui problemi dei genitori aumenta inevitabilmente il timore che il genitore su cui facevano affidamento non sia più in grado di provvedere a loro; infine fantasie di riconciliazione presenti anche nella prima fase potranno continuare ad esserci, anche se in forma più lieve nella fascia d'età successiva;
- Dagli otto ai dodici anni: in questa fascia d'età è stato riscontrato che i ragazzi acquisendo maggiore coscienza delle cause e delle conseguenze del divorzio si schierano più facilmente dalla parte di uno dei due genitori. I sentimenti predominanti sembrano essere rabbia, solitudine, possibile senso di vergogna per i

propri genitori, indignazione morale, risentimento, possibile elaborazione di giudizio inteso come il percepire buono o cattivo uno dei due genitori; ridotta autostima, possibili comportamenti devianti e malesseri psicosomatici (come mal di testa, mal di stomaco, disturbi del sonno e altri);

- Dai tredici ai diciotto anni: a caratterizzare questa fascia d'età vige sicuramente la perdita dell'infanzia, in cui i figli più grandi possono essere caricati di una responsabilità per i fratelli più piccoli e delle pretese di un genitore emotivamente dipendente. Le stesse decisioni possono essere vissute come pesanti e troppo esigenti: il conflitto fra il desiderio di vedere un genitore assente e quello di portare avanti l'attività con i coetanei, preoccupazioni riguardo ai soldi, risentimento per ricevere meno rispetto ai loro coetanei, paura di possibili legami dei genitori con altre persone, depressione e delinquenza (furto, assunzione di droghe).

La ricerca è durata cinque anni analizzando diverse tipologie di divorzio con diverse situazioni e questo ha portato ancora di più a sottolineare quanto sia fondamentale la figura dei figli nel conflitto e di come quest'ultima vada protetta, non tenendola all'oscuro di quello che sta accadendo tra la coppia, ma parlandone con modi appropriati in base all'età del bambino, dandogli la possibilità di manifestare le sue emozioni e il permesso di poter amare incondizionatamente entrambi i genitori senza porlo in mezzo alla diatriba di coppia; ascoltandolo, rassicurandolo che non ha nessuna forma di responsabilità in quello che sta accadendo tra i genitori; mantenere una routine quotidiana con uno schema ben preciso, per quanto possibile sia a casa che a scuola.

È fondamentale che i bambini, nonostante le due case e diversi cambiamenti strutturali e organizzativi che la separazione porta con sé, loro continuino a vedere la loro mamma e il loro papà come figure genitoriali solide e presenti.

### 3.3 Aspetti pratici della mediazione familiare incentrata sui figli

La mediazione familiare rappresenta un luogo intimo, riservato in cui la coppia può dar voce alla propria emotività, può parlarsi, confrontarsi su quelli che possono essere gli interessi e i bisogni comuni che spesso, in caso di coppie con figli riguarda il loro benessere e la loro sicurezza. Questo strumento si distingue nettamente da altri interventi: si può definire un lavoro a tre, in cui i genitori e il mediatore, ognuno con le proprie risorse e competenze si “sporcano le mani” muovendosi sul terreno del conflitto in cerca di soluzioni nuove e creative, tali da consentire una buona gestione della separazione senza necessariamente risolvere il conflitto.

Diversi sono i modelli utilizzati in mediazione familiare, come elencato nei capitoli precedenti, ma ogni modello possiede una serie di tecniche che possono essere applicate per favorire comunicazione ed empowerment tra i due partner così da farli uscire da quel circolo vizioso di energia negativa generata dal conflitto e portarli in una situazione di cooperazione e ascolto reciproco.

Molte coppie arrivano ai primi incontri con il mediatore scoraggiati, confusi e indeboliti da liti e divergenze forse durate troppo a lungo e il loro focus principale, che spesso risulta annebbiato dalle loro liti, sono i figli.

Potrebbe essere utile in questo caso, durante le eventuali mediazioni invitarli a descrivere i loro figli. I genitori sono fieri dei propri figli e amano parlare di loro descriverli nella loro personalità, i loro interessi, raccontarsi i dettagli della vita dei loro figli può condurli a spostare il focus su di essi.

Questa operazione nel concreto potrebbe essere molto utile rispetto ad alcuni obiettivi:

- condividere informazioni sui figli, soprattutto nel caso in cui il genitore non coinvolto nella cura quotidiana dei figli non ha un ritratto ben chiaro di quest'ultimi e quindi potrebbe essere utile avere maggiori dettagli dal genitore che invece è coinvolto;

- Stabilire in che misura i genitori siano d'accordo o meno su elementi che caratterizzano i loro figli: può essere sorprendente per loro trovare eventuali punti d'accordo;
- Facilitare la comunicazione;

possono però verificarsi situazioni in cui il conflitto è molto aspro e il mediatore si trova ad interagire con persone che non riescono a stare su un piano di ascolto e di ricezione. In queste situazioni è fondamentale stabilire delle regole chiare e ben precise, ma soprattutto porre interventi ben strutturati.

Molte coppie, nonostante il conflitto aspro con l'altra parte e spesso l'odio che continua a tenerli uniti, decidono di avvalersi della mediazione familiare solo per garantire il benessere dei loro figli.

In questi genitori si può riscontrare tanta preoccupazione, confusione, l'esigenza di trovare risposte e la speranza che essi ripongo nel professionista.

Tutto questo vortice di emotività deve essere riconosciuto, anzi la preoccupazione e la confusione devono essere normalizzate dal mediatore, il quale come più volte emerso da questo elaborato, non deve fornire consigli e soluzioni, ma deve mostrarsi pronto a supportare la coppia, fornire dei riferimenti, ma rimanere sempre in una posizione di neutralità.

Spesso, nelle stanze di mediazione arrivano coppie che l'unica cosa che sembrano saper fare è incolparsi a vicenda, accusarsi e definirsi dei cattivi genitori anche davanti ai loro figli, condizionandoli indirettamente. In queste situazioni, il mediatore può porre delle domande rivolte al passato per portare i due coniugi a raccontarsi e spiegarsi sui fatti concreti che possono averli portati a scaturire i pensieri che portano all'incontro, oppure possono essere altre le tecniche importanti usate, soprattutto in una mediazione incentrata sui figli, quali: la capacità di reframing, porre domande circolari, domande sul futuro, stabilire priorità servendosi di una lavagna magari in cui riportare un calendario oppure delle tabelle dei bisogni, così da utilizzare l'aspetto

simbolico - visivo come metodo concreto per prendere atto della realtà che circonda i due partner soffermandosi sulle rispettive responsabilità.

“Una visione globale, quindi permette loro di riflettere sui legami, sulle vicinanze, sulle distanze e averne un’immagine diversa per elaborare una nuova prospettiva nel futuro” scrisse Lisa Parkinson per mettere in evidenza quanto la mediazione con le sue tecniche e il suo setting può essere di grande aiuto nel costruire una visione globale di fatti e di emotività che nella circostanza del conflitto è difficile realizzare.

## Conclusioni

Il presente lavoro si è proposto di illustrare la famiglia nelle sue caratteristiche, nelle sue difficoltà, attraverso un punto di vista sistemico-relazionale e psicologico, dando uno sguardo di rilievo alla crisi.

In ogni famiglia c'è un momento di crisi, in ogni vita: un momento in cui dici tutto quello che si crede sbagliato, che crea dolore, angoscia, frustrazione ed ingiustizia. Succede a tutti, l'unica differenza sta nel modo in cui quella consapevolezza agisce sulle persone e le cambia. Le cambia pian piano, inconsapevolmente, entrando in un circolo vizioso di negatività e di negazione che coinvolge l'intera vita della persona.

È questo l'elemento centrale su cui questo lavoro ha scelto di focalizzarsi: illustrare la crisi della coppia, nelle sue sfaccettature più profonde, il modo di viverla e le sue ripercussioni nell'intero sistema familiare, compreso i figli e sottolineare quanto sia fondamentale il sostegno e l'aiuto durante un periodo di difficoltà. Servirsi della mediazione potrebbe essere per le famiglie un valido aiuto non solo per trovare un punto di cooperazione e risanare forme di dialogo perse con l'altro partner, ma potrebbe essere l'opportunità per ascoltarsi e sentirsi legittimati ad esprimere la propria emotività senza censure o divieti, senza vergogna, senza l'obbligo di rimanere solo su piano organizzativo, come tendenzialmente accade in una consulenza legale.

È importante per i partner coinvolti nel conflitto poter esprimere liberamente i loro vissuti, sentirsi accolti e meno soli in questo periodo delicato della loro vita.

Questo inevitabilmente ha dei risvolti positivi anche nella gestione della genitorialità. Recentemente sul "Corriere della Sera" lessi un articolo di Elena Meli che scrive di quanto la mediazione familiare piace alle coppie e questo può essere spiegato anche biologicamente. In studio condotto dall'Università di Ginevra, i quali servendosi di un campione di 36 coppie eterosessuali e monogame hanno individuato attraverso risonanza magnetica funzionale come le coppie che hanno seguito un percorso di mediazione mostravano l'attivazione cerebrale del nucleo accumbens, zona del cervello deputata per la gratificazione e il piacere.

“Sembra così che la mediazione familiare piace al cervello”.

In conclusione, si può affermare che la mediazione familiare, per quanto sia entrata nella nostra società rispetto al passato e che abbia portato l'avvio di molti servizi, essa sembra ancora del tutto lontana da un totale inserimento culturale.

Continuare a diffondere questo strumento e la cultura di cui si fa portatrice credo rappresenti una vera e propria missione da perseguire, non solo dai mediatori e dalle mediatrici familiari, ma da tutta la comunità professionale.



## Bibliografia

- Bauman Z. *Modernità liquida*. Editori Laterza. 2011.
- Benjamin M. Irving H. Money and Mediation, in *Mediation Quarterly*, 18, 4, 2001 pag. 349-361.
- Castelli S., *La mediazione: teorie e tecniche*, Cortina ed., Milano, 1996.
- D'Alessandro M, Quattrocolo A. *La mediazione Trasformativa come prassi*, Quaderni di Mediazione Anno II n.5
- Dessi A., *Nella stanza della mediazione*, Delfino editore, Sassari, 2000.
- Ferraris, A. O. (2005). *Dai figli non si divorzia*. Milano Rizzoli.
- Finzi Vegetti Silvia. *Quando i genitori si dividono. Le emozioni dei figli*. Mondadori 2007.
- Helen Fischer. *Il cervello degli innamorati*. 23.01.2014, State of Mind.
- L'esperienza del distacco. Kast V. RED 2005.
- Malagoli Marisa Togliatti, Anna Lubrano Lavadera (2002). *Dinamiche relazionali e ciclo di vita della famiglia*. Il Mulino.
- Morineau Jaqueline (2016) *Lo spirito della mediazione*. Franco Angeli.
- Parkinson Lisa (2013) *La mediazione familiare, modelli e strategie operative*. Erickson.
- Parkinson Lisa (2013) *Separazione, divorzio e mediazione familiare*.
- Quattrocolo A. *La mediazione trasformativa un modo d'intendere e di praticare la mediazione dei conflitti*. Quaderni di Mediazione, n1. settembre 2005, Punto di Fuga Editore, pp29-37.

## Sitografia

<https://www.associazionegea.it/>

<https://www.corriere.it/>

<https://www.diritto.it/>

State of Mind - Psicologia Psicoterapia Neuroscienze