



UNIVERSITÀ DEGLI STUDI GUGLIELMO MARCONI

FACOLTÀ DI SCIENZE DELLA FORMAZIONE

CORSO DI LAUREA IN SCIENZE E TECNICHE PSICOLOGICHE

« LA RESILIENZA FAMILIARE »

Relatore:
Chiar.^{mo} Prof. MARCO BERNARDINI

Candidato:
LUISA GIUDICI
Matr. N°: SFO01963L-24

ANNO ACCADEMICO

2014/2015

INDICE

INTRODUZIONE	p. 3
CAPITOLO I	
LA RESILIENZA FAMILIARE	p. 8
1. Resilienza: una definizione	p. 8
2. Resilienza e famiglia	p. 11
3. Froma Walsh: la famiglia e i cambiamenti sociali	p. 13
3.1. Eterogeneità delle configurazioni familiari	p. 14
3.2. Mutamento delle relazioni e dei ruoli connessi all'appartenenza di genere	p. 16
3.3. Diversità culturale e disuguaglianza socioculturale	p. 18
3.4. Espansione e differenziazione del ciclo vitale della famiglia	p. 20
4. Rischio e resilienza nelle fasi di transizione della famiglia	p. 22
CAPITOLO II	
RICERCHE E STUDI SULLA RESILIENZA	p. 25
1. Le prime ricerche	p. 25
2. Le traiettorie evolutive e i sistemi protettivi	p. 28
3. Altri studi sulla resilienza	p. 30
CAPITOLO III	
IL CUORE DELLA RESILIENZA	p. 35
1. Sistemi di credenze e rituali familiari	p. 35
2. Dare un senso alle avversità	p. 39
3. Disposizione ottimistica nel superamento delle avversità	p. 47
4. Trascendenza e spiritualità nella famiglia resiliente	p. 49
CAPITOLO IV	
FATTORI ORGANIZZATIVI DEL FUNZIONAMENTO FAMILIARE	p. 53
1. Dinamiche relazionali della famiglia	p. 53
2. Le risorse della rete familiare estesa e della comunità locale	p. 67
3. Processi comunicativi della famiglia	p. 68
CAPITOLO V	
COSTRUIRE LA RESILIENZA	p. 86
1. Attaccamento e resilienza	p. 86
2. Promuovere la resilienza: il processo di riconciliazione nelle relazioni familiari	p. 95
CONCLUSIONI	p. 112
BIBLIOGRAFIA	p. 114

ABSTRACT

L'elaborato di tesi approfondisce il tema della *resilienza* contestualizzandolo al funzionamento familiare. Il concetto di resilienza è utilizzato dalla fisica e dalle scienze ingegneristiche per descrivere "la capacità di un materiale di resistere a forza di rottura e sollecitazioni riprendendo la sua forma originaria o posizione iniziale". Nelle scienze umane e sociali ha una storia abbastanza recente e indica la capacità della persona e della famiglia di affrontare i cambiamenti connessi al proprio ciclo di vita, i fattori di rischio, gli eventi normativi e paranormativi e tutte quelle condizioni in grado di generare una perturbazione mantenendo, se non arricchendo, la propria funzionalità.

I primi studi sulla resilienza risalgono agli anni '70 del secolo scorso quando alcuni ricercatori hanno iniziato a documentare lo sviluppo adattivo di bambini esposti a condizioni sociali svantaggiate. Uno dei lavori più interessanti su questo tema è relativo a uno studio longitudinale durato 40 anni in cui sono state raccolte e analizzate le storie di vita di un campione molto ampio di quasi 700 bambini cresciuti in condizioni di disagio e di povertà ed esposti, prima del compimento di due anni di età, all'azione di fattori di rischio secondari, come problemi di salute, ambiente familiare turbato da alcolismo, violenza, divorzio, malattia mentale. I dati della ricerca hanno evidenziato come un terzo dei bambini del campione analizzato, siano diventati adulti competenti e in grado di condurre una vita gratificante. Ciò ha messo in discussione l'ottica prevalente del tempo, e le convinzioni secondo cui fattori di rischio ambientali e familiari e/o esperienze negative implicassero necessariamente un disadattamento nell'età adulta. Su queste premesse molti specialisti della salute mentale e dell'età evolutiva, dallo studio sui fattori di vulnerabilità e di predisposizione al rischio, hanno esteso gli studi ai fattori che esercitano un'azione protettiva sulle condizioni di disagio e accrescono le risorse dei bambini aumentando la loro resilienza. Il concetto di resilienza, sistematizzato negli anni '80, ha modificato il determinismo, profondamente sbilanciato sulla patologia e sul deficit, che vedeva inevitabili e certi gli esiti infelici dei fattori di rischio. Da un modello clinico secondo cui la famiglia è un fattore di innesco e di mantenimento di tutte le disfunzionalità degli individui, la resilienza ha promosso una nuova visione orientata alle potenzialità di cambiamento positivo e di recupero.

L'elaborato di tesi, organizzato dal punto di vista metodologico in cinque capitoli, approfondisce il concetto di resilienza all'interno dell'ambito familiare e lo contestualizza in relazione

all'attuale situazione economica, sociale e culturale in continuo mutamento, caratterizzata da una crescente complessità dagli scenari imprevedibili.

Il primo capitolo approfondisce il significato di resilienza e propone un *excursus* della famiglia e delle diverse configurazioni che si sono andate diversificando nel corso del tempo: dalla famiglia patriarcale allargata del passato, a quella nucleare biparentale tipica degli anni Cinquanta, fino alle famiglie attuali sempre più lontane dalla tradizione culturale e in continua evoluzione. Il capitolo affronta le tendenze essenziali delle famiglie all'interno del loro contesto socio-culturale e approfondisce temi attuali come il mutamento delle relazioni e dei ruoli connessi al genere, la disparità culturale che ha trasformato la società, la disuguaglianza sociale che perpetua un divario incolmabile tra ricchi e poveri e l'espansione e la differenziazione del ciclo vitale della famiglia connessa all'aumento della speranza di vita.

Il secondo capitolo illustra gli studi sulla resilienza iniziati negli anni Settanta che hanno cercato di comprendere come alcuni bambini, figli di genitori psichiatrici o cresciuti in famiglie disfunzionali, riuscissero a superare le esperienze precoci di abuso e incuria e a condurre in seguito una vita produttiva. Il capitolo termina con un approfondimento delle ricerche incentrate sullo *stress* e sul *coping* e degli studi sulle più recenti scoperte nel campo delle neuroscienze relative ai processi biochimici sottesi alla resilienza.

Nel terzo capitolo si attinge alla conoscenza empirica e clinica per identificare quelle credenze fondamentali che promuovono la resilienza nelle famiglie che si trovano di fronte a importanti sfide evolutive. I sistemi di credenze condivisi, infatti, organizzano il modo in cui i membri delle famiglie affrontano la crisi, incrementano le possibilità di stabilire un funzionamento generale adattivo e promuovono l'utilizzo di strategie efficaci per la risoluzione dei problemi. Le osservazioni cliniche confermano che le famiglie manifestano un livello di funzionamento resiliente quando assumono un senso evolutivo del tempo e del suo divenire, riescono a normalizzare e a contestualizzare le avversità e il disagio, guardando alla crisi come a una sfida significativa, comprensibile e gestibile. Allo stesso modo una visione permeata da ottimismo e fiducia, che contempla la consapevolezza di ciò che è possibile fare e l'accettazione di quanto non è possibile cambiare, incoraggia le famiglie ad affermare le proprie potenzialità e le proprie risorse. Tuttavia per accettare le incognite della vita e le perdite gli individui hanno bisogno di un sistema di valori che contempli la trascendenza e la spiritualità e che ri-

fletta il senso degli eventi restituendo loro la speranza; diversamente, in assenza di questa «sfera morale» più ampia, gli individui sono esposti all'impotenza e alla disperazione. Infine, la resilienza emerge quando le famiglie guardano agli eventi sfavorevoli, alle delusioni e ai fallimenti come a momenti da cui è possibile trarre un insegnamento in grado di promuovere un cambiamento e un'evoluzione positiva.

L'esame dei fattori organizzativi del funzionamento familiare e il tema della genitorialità, sono oggetto del quarto capitolo. Uno degli elementi più significativi che caratterizza un funzionamento familiare efficace e che promuove la resilienza relazionale è quello associato alla capacità di sviluppare una struttura flessibile in grado di preservare un funzionamento ottimale di fronte alle avversità; infatti le famiglie e le coppie capaci di rinnovarsi realizzano un funzionamento elevato anche in condizioni di stress. Il capitolo enuclea i fattori organizzativi che definiscono un funzionamento familiare efficace, ad esempio una leadership autorevole in grado di offrire accudimento, guida e protezione ai figli, oppure relazioni di coppia fondate sulla parità e sulla reciprocità o, infine, configurazioni familiari coese che garantiscono ai membri supporto, sicurezza e fiducia. La seconda parte del capitolo, incentrata sui processi comunicativi, individua le qualità essenziali ai fini di un valido funzionamento familiare e mostra come la mancanza di chiarezza nelle comunicazioni influisca negativamente sulla capacità delle famiglie di risollevarsi dagli eventi critici. L'ambiguità pervasiva dei messaggi relativi alle aspettative di ruolo, la mancanza di confini definiti, i tentativi di lettura del pensiero, e la mancanza di regole sono solo alcuni degli elementi che definiscono un funzionamento disadattivo del sistema familiare e inibiscono la capacità di affrontare situazioni difficili. Le parole, infatti, possono riflettere un atteggiamento disfattista, alimentano il biasimo, la riprovazione, la vergogna, il senso di colpa e il fallimento, ma riescono anche a esprimere speranza, orgoglio, stima e fiducia nelle proprie potenzialità e nel futuro, nonché a promuovere la capacità di affrontare nuove sfide.

Il quinto capitolo approfondisce le determinanti precoci della resilienza che associano un funzionamento resiliente agli stili di attaccamento. Gli studi recenti dei legami familiari affermano che il rischio genetico latente può divenire manifesto in funzione del contesto e della qualità dell'ambiente familiare al quale il bambino è esposto; tuttavia i ricercatori hanno considerato l'ipotesi di una evoluzione degli stili di attaccamento nel corso dell'esistenza, stili che possono essere modificati da in-

fluenze tardive connesse a cambiamenti nelle relazioni familiari o ai legami extra-familiari o, ancora, al sostegno sociale. La plasticità degli stili di attaccamento mette infatti in discussione la teoria deterministica degli effetti negativi delle carenze materne precoci sullo sviluppo, un tempo giudicate causa delle psicopatologie adulte. Nell'ultima parte del capitolo, che conclude l'elaborato, si affronta il dogma della famiglia disfunzionale e si evidenzia come un funzionamento resiliente inneschi un processo di riavvicinamento e riconciliazione verso la stessa. Le osservazioni cliniche indicano che gli individui cresciuti in un ambiente disadattivo tendono a seguire un percorso simile adottando come strategia di sopravvivenza l'allontanamento dalle loro famiglie di origine; sebbene tagli emotivi così netti possano rappresentare l'unica opzione in condizioni estreme, nella maggior parte dei casi la separazione non è il percorso più idoneo per affermare una resilienza individuale e un funzionamento ottimale. Questa prospettiva tesa a incoraggiare un processo di perdono e riavvicinamento alla famiglia, si contrappone alla tendenza comune di molti individui di abdicare alle loro relazioni significative e a quelle di coppia problematiche e si affianca alla clinica tradizionale che propone una lettura patologica delle funzioni genitoriali disadattive e rinforza una visione rigida della propria famiglia come irrimediabilmente disfunzionale, nonché delle relazioni come insanabili.

Alla fine dell'approfondimento effettuato e in relazione agli ultimi studi, dunque, si può affermare che la separazione non rappresenta il percorso migliore in quanto una riparazione relazionale rafforza la resilienza man mano che gli individui acquisiscono una nuova prospettiva sulle difficoltà del passato. Perciò, in una prospettiva resiliente, superare il trauma e trasformare l'esperienza negativa permette di realizzare cambiamenti significativi in una direzione costruttiva.