
Valori e Sogni per una “casa” insieme

Autore: Angela Mammana

Fonte: Città Nuova

Quali sono i valori del tuo partner? Hai dei particolari sogni che vuoi realizzare? Li hai mai condivisi con lui/lei? Quale pensi sia la tua filosofia di vita? Vi siete mai detti, dialogando in coppia, quali siano i valori che vorreste condividere con i vostri (futuri) figli?

Da alcune ricerche fatte dagli psicologi Gottman (“Gottman Institute” di Seattle - centro specializzato nelle relazioni di coppia) è emerso che le coppie felici amano soffermarsi su argomenti profondi come i propri valori o i propri sogni di vita. Potrebbe essere molto interessante sapere e condividere **ciò che si desidera “lasciare”** (ai propri figli o alla società) una volta che ce ne siamo “andati”, quel qualcosa che si vuole donare è una grande risorsa anche nella vita a due, conoscere ci permette di partecipare intimamente alle riflessioni, emozioni, motivazioni dell’altro. Riuscire ad andare a fondo nella conoscenza permette alla coppia di aggiungere un pilastro alla propria solidità.

Indipendentemente dal livello socio-culturale, dalle condizioni economiche, dalle capacità intellettive **ogni persona ha una propria filosofia di vita, un modo personale di conferire significato all'esistenza umana.** Secondo la coppia di terapeuti Gottman (sposati) il conoscersi e riconoscersi in questo aspetto (nei “significati” che attribuiamo alle cose importanti della vita) risulta efficace anche nei percorsi terapeutici. **Conoscere i sogni del partner e sostenerlo nella sua realizzazione** diventa un'occasione di crescita per entrambi e per la relazione. I valori personali se condivisi possono diventare familiari e di conseguenza rappresentano anche le linee educative nei confronti dei figli (se ci sono). Dalle ricerche emerge che chi ha questo livello di condivisione e scambio ha una maggiore capacità di affrontare insieme gli stress esterni (eventi, situazioni, incidenti, ecc).

Interrogarsi su questo non è tuttavia facile poiché porta a confrontarsi con la finitudine della vita. Allo stesso tempo la coppia ha bisogno di spazi di profondità. A volte incontrando le coppie ascolto vari vissuti di frustrazione e rabbia per progetti che uno dei due aveva che non sono mai stati né condivisi e né alimentati, oppure, **tante questioni irrisolte nell'educazione dei figli** date da atteggiamenti e scelte in cui uno dei due genitori non si rispecchia. I significati dati alla vita, a ciò che è importante, i valori, orientano le nostre scelte e le nostre azioni - quando si viaggia in due- possono essere disorientanti (se l'uno non conosce qual è la bussola dell’altro). Quando a questo disorientamento si affianca il desiderio di amarsi e di ritrovarsi, di salire un altro gradino della scalinata insieme, darsi **una nuova opportunità di condivisione** può essere una strada per ritrovare l'orientamento. A volte mi capita di vedere delle scene commoventi a cui ho il privilegio di assistere. Dopo settimane di urla, questioni irrisolte con le rispettive famiglie d'origine, idee educative nei riguardi dei figli contrastanti, l'incontro con i limiti e con le tempeste emotive o con i blocchi, dopo tutto questo e tanto altro, **a volte c'è il giorno in cui i due si guardano e qualcosa è cambiato!** Con un sorriso sommerso ammettono che stanno facendo dei passi, che riescono a trasmettersi delle cose, che la strada è ancora lunga... e **guardandosi si scelgono.** In questa strada di riscoperta condividere in profondità cosa ha senso e significato per ciascuno, può essere uno dei pilastri su cui ri-costruire la “casa” insieme.