

CAPITOLO 4 – L' IMPATTO SUGLI ALTRI

Abbiamo due orecchie e una sola bocca in modo che possiamo ascoltare il doppio e dire la metà

Epictetus.

Come si sono comportati gli altri intorno a te nei primi mesi ?

Che cosa ti è stato di aiuto e cosa è stato inutile ?

Quando ho iniziato a raccogliere le risposte a queste domande, mi sono ricordata alcuni versi che avevo ascoltato alla radio qualche anno fa. L'avevano presentata come la "preghiera del disabile". Non l'ho mai vista scritta ma dice così:

Dio benedicimi nell'amarezza
Per sopportare l'aiuto che arriverà domani !

La poesia mi fa sorridere e spesso mi fa tornare a mente un episodio, in cui ho ricevuto un aiuto assolutamente non richiesto. Fotografa la scena: un pub affollato con del cibo da servire. Ho ordinato delle salsicce e purè di patate e sono seduta aspettando l'arrivo del mio pranzo. Nel frattempo il cuoco decide di tagliare le mie salsicce in piccoli pezzi per "aiutarmi"! Se fossi stata un bambino piccolo lo avrei capito, ma ero adulta e mi trovavo lì per un pranzo al pub con i miei colleghi di lavoro! I miei colleghi stavano per scoppiare a ridere. Mi sono sforzata di vedere il lato buffo della situazione, ma all'inizio ero seccata ed irritata perchè il cuoco aveva ritenuto che avessi bisogno di aiuto.

Tuttavia, non ho riso molto dopo la nascita di mia figlia quando un' ostetrica ultra-entusiasta ha cercato di impartirmi lezioni su come mettere i pannolini alla mia bambina. Sapevo che non avevo bisogno di quel tipo di aiuto. Mi chiese chi sarebbe venuto per aiutarmi a cambiare i pannolini quando mio marito non si fosse trovato a casa.

Ero veramente arrabbiata per la sua invadenza poiché desideravo essere lasciata libera di agire con i miei mezzi e di trovare il mio modo di fare le cose. Dopo tutto non ero la prima donna nel mondo con una mancanza di arto superiore a cambiare il pannolino della sua bambina e non sarei stata l'ultima. Se Alison Lapper, la celebre artista senza braccia e con un deficit degli arti inferiori, poteva cambiare un pannolino con i denti, io avrei potuto sicuramente cambiare quello della mia bambina.

Leggendo alcune delle risposte al questionario su “cosa è stato utile e cosa non lo è stato”, mi è tornato in mente che la maggior parte di noi non vuole intromissioni e desidera soltanto riuscire a cavarsela con i propri tempi e con l’aiuto di coloro che gli sono più vicino.

Quello che risulta dai questionari è che, per molti, la nascita e l’accettazione di un bambino con una mancanza di arto (e talvolta altri problemi) è un’esperienza privata pesante. Si tratta di qualcosa che i genitori devono cercare di comprendere da sé, senza interferenze esterne. Desidero assicurare quei genitori che stanno leggendo queste frasi e che hanno appena avuto la notizia: il voler avere spazio per voi stessi e chiudervi nei confronti della vostra famiglia e degli amici è del tutto normale. E’ importante che vi concediate dello spazio in modo da poter riflettere e comprendere di che tipo di aiuto avete bisogno. Infatti non è detto che l’aiuto che vi viene offerto debba per forza essere accettato.

Molti genitori desideravano semplicemente restare da soli. Per alcuni perfino la presenza dei nonni è stata sentita di troppo, secondo le risposte fornite. I genitori trovavano già abbastanza difficile fronteggiare i propri sentimenti, da rendere impossibile preoccuparsi di far sentire meglio i loro genitori! Quello che era veramente di aiuto era un’accettazione gentile e un affetto infinito. Quello che non era gradito era la compassione e gli atteggiamenti antiquati e passivi.

Mi sono resa conto anche che alcuni genitori avevano una grande consapevolezza degli avvenimenti riguardanti la nascita del loro bambino. Ogni commento, espressione del volto e pensieri personali erano stati attentamente memorizzati. Sono convinta che alcuni genitori potrebbero non ricordare cosa hanno mangiato oggi a pranzo, ma sono in grado di dirvi il nome dell’ostetrica e la disposizione della sala parto.

Di conseguenza, ci sono nonni, visitatori e infermiere, che sono stati criticati per anni per aver detto cose sbagliate, e che continuano a combattere per dire la cosa giusta. Alcuni genitori sono più propensi a perdonare inevitabili, stupidi commenti, e riconoscono che è stato un momento difficile anche per le loro famiglie.

Quello che ho trovato più sorprendente è che i genitori scrivessero più delle loro esperienze prima e immediatamente dopo la nascita del loro figlio che nelle risposte a tutte le altre domande messe insieme.

Questo conferma la mia convinzione che gli avvenimenti traumatici si fissano nella mente. Ho continuato a sfogliare i questionari per capire il perché, e sono arrivata alla conclusione che il momento peggiore per i genitori di bambini con deficit agli arti è quello iniziale della scoperta di avere un bambino visibilmente diverso. Per molti è una perdita simile a un lutto. Qui sono stata assistita da mio marito che è un consulente funerario. In molte occasioni abbiamo parlato del dolore che si prova quando muore una persona cara.

Si dice che le persone in lutto attraversano delle fasi:

- shock iniziale e incredulità;
- fronteggiare il dolore, tristezza e disperazione insieme con altre emozioni che possono essere il sentirsi colpevoli, la rabbia, la vergogna e la paura;
- accettare il modo in cui le cose sono realmente;
- riorganizzare la loro vita e andare avanti.

Quello che è divenuto molto chiaro per me è che, in tanti modi, la nascita di un bambino con disabilità e specialmente con mancanze visibili, appare ed è sentito da alcuni genitori come un lutto. Essi piangono la

perdita dell'arto o degli arti del loro bambino (e anche di loro stessi). Piangono anche la perdita di una vita con due mani – di nuovo per il bambino ma forse anche per se stessi.

Di nuovo sono stata aiutata da mio marito che mi ha spiegato che non tutti reagiscono allo stesso modo ad una perdita o mancanza. In alcuni casi, quelli che hanno previsto la morte di qualcuno che è malato terminale, non sperimentano gli stessi livelli di shock degli altri. Così, le mamme che hanno fatto le ecografie e hanno scoperto della mancanza di arti in gravidanza hanno pianto moltissimo e sofferto per questo arto mancato prima della nascita.

Chi ha saputo al momento della nascita sembra aver sperimentato livelli di sofferenza più elevati ed in alcuni casi ha avuto bisogno di più tempo per accettare la situazione. Alcuni riguardavano le fotografie delle ecografie in cerca di indizi, così come si comportano coloro che hanno subito un lutto e ritornano sull'ultimo luogo dove la persona cara ha vissuto.

Quelli che hanno saputo del bambino in gravidanza si sono dimostrati più pronti ad accettare l'aiuto dopo la nascita, e spesso hanno trovato le azioni degli altri più utili di quelli che invece non erano a conoscenza fino al momento del parto. Quest'ultimi erano generalmente più sconvolti e turbati per tener di conto delle emozioni degli altri, e di conseguenza erano più inclini a giudicare le loro azioni e i loro interventi inutili.

Leggendo le risposte, si comprende che i genitori sanno bene cosa è stato loro di aiuto, e talvolta l'onestà dei membri della famiglia è ben accetta.

L'ospedale fu fantastico. Ci hanno dato lo spazio per piangere e ci hanno aiutato a capire che lei era proprio una bambina normale. La nostra famiglia è stata molto paziente –ascoltava me e le mie preoccupazioni concentrandosi solo sugli aspetti positivi. Ho uno zio che è divenuto improvvisamente sordo a 20 anni. Piangeva e diceva di sapere come fosse difficile essere disabile, e che la bambina avrebbe avuto una vita più difficile di tanti altri – ma io ho apprezzato la sua onestà.

Una mamma era molto grata per l'assistenza ricevuta dall'infermiera della maternità.

Nelle prime settimane e nei primi mesi l'infermiera che mi ha accudito è stata sorprendente perché mi ha sostenuto nel momento del bisogno e mi ha lasciato sola quando ha compreso che avevo bisogno del mio spazio. I suoi consigli sono stati preziosi, mi hanno aiutato a superare gli ostacoli e a parlare col bambino di modo che fosse cosciente anche senza comprendere.

Ella mi ha insegnato a rafforzare il suo arto alzandolo e abbassandolo per incoraggiarlo a fare le cose normali, e questo è servito a irrobustire i muscoli dopo la nascita.

Reach è stato citato spesso. In molti hanno espresso le proprie speranze ed aspirazioni per il bambino usando come esempio ciò che i bambini più grandi di Reach erano in grado di fare.

Shared Experience di Charlotte Fielder

Quello che ci ha aiutato è stato dare ai nonni quante più informazioni possibili su Reach e su quello che poteva essere fatto.

Gli amici e la famiglia hanno offerto sostegno e rassicurazioni.

Durante quel periodo difficile mi ha aiutato avere il sostegno di amici e di parenti, pronti a rispondere al telefono quando volevo parlare loro, e disponibili a lasciarci tempo e spazio libero per accettare quello che era successo. Non ho parlato del suo problema agli arti nei primi giorni, perché non ne ero capace, ma poi mi sono adattata più velocemente di mio marito, forse perché mi occupavo ogni giorno di mio figlio. Ho imparato, quando parlavo con gli amici, che era preferibile avvertirli prima della visita, così che nessuno restasse sconvolto e che noi non ci sentissimo a disagio.

Alcuni genitori pensano che sia stato di aiuto anche occuparsi degli aspetti pratici della vita.

Tagliare i vestiti ha permesso al braccio più corto di mio figlio di estendersi oltre la manica consentendogli il massimo uso di entrambe le mani. Abbiamo anche capito che questo rende meno appariscente agli estranei il fatto che le sue braccia sono di diversa lunghezza.

Viene accennato anche al fatto di rendere più confortevole la vita del bambino

L'unico problema che abbiamo avuto è stato perché Jonathan aveva delle dita simili a ponpon. Jonathan succhiava il suo moncherino e questo procurava dolore e fastidio alle dita. Sono stata obbligata a fargli succhiare una cosa finta.

Il senso dell'umorismo è qualcosa che aiuta veramente durante i primi mesi ed anni. La capacità di ridere di se stessi e della situazione in cui ti trovi probabilmente aiuta più che ogni altra forma di rassicurazione dall'esterno.

Senso di umorismo e accettazione. Niente potrà cambiare la situazione ma andiamo avanti e facciamolo con un buon atteggiamento. Devo dire che il fatto che lei fosse la numero quattro ha aiutato poiché non c'era tempo per agitarsi troppo. In famiglia abbiamo inventato un nomignolo, la chiamavamo la nostra Bambola Raggy, la protagonista di una serie televisiva di giocattoli difettosi in una fabbrica.

Sembra crudele ma le è stato di aiuto a vivere la vita con umorismo e rendersi conto che le punzecchiature di tanto in tanto non sono importanti.

Reproduced with the kind permission of Irwin Mitchell Solicitors LLP and Charlotte Fielder MBE

Ci sono state anche risposte concise o di una sola parola per indicare ciò che non è stato di aiuto. Coloro che rispondevano erano molto chiari sia in termini negativi come in quelli positivi. Un comportamento comunemente ritenuto inutile comprende:

- pietà
- commenti male informati sui progressi della scienza
- un ottimismo eccessivo circa il futuro meraviglioso che attendeva il bambino
- un pessimismo eccessivo circa tutti i problemi che il bambino avrebbe affrontato

Un ottimismo eccessivo ha dato sui nervi ad alcuni genitori che lo hanno percepito come un tentativo di indurli a credere che la mancanza di un arto del loro bambino potesse significare che sarebbe stato gratificato con un grande numero di altre virtù e talenti. Ebbene, questo può essere, poiché la natura sembra avere un modo di compensare, ma non è esattamente ciò che desideravano udire i genitori in quel momento.

I genitori desideravano solo che i loro familiari comprendessero il loro senso di perdita e il loro dolore e non fossero ultra ottimisti o eccessivamente pessimisti. Volevano che quelli intorno a loro fossero tristi con loro, e non se ne uscissero con espressioni del tipo “tutto andrà bene alla fine”, o, per esempio “non diventeranno dei pianisti ma sicuramente saranno dei geni in matematica”!

Posso solo dire che i membri di Reach devono essere molto pazienti e perdonare molto. Francamente trovo molto sorprendente che non ci sia una correlazione fra gli arti mancanti e il matricidio! Non esiste una giusta via di mezzo per questo. I questionari hanno rivelato che un ottimismo eccessivo è irritante come un pessimismo eccessivo. Ho incluso un numero di frasi ottimistiche che parlano da sole.

Un modo di dire pieno di buone intenzioni e che intendeva portare conforto era “Almeno non è il suo cervello”. Per noi questo era intollerabile e spesso ci sentivamo estremamente colpevoli nel mostrare la nostra devastazione per la perdita della nostra normalità e per la nostra bellissima piccola bambina così malformata. Per cui quando ci veniva detto annuivamo, ma in silenzio gridavamo che non potevano capire.

Non preoccupatevi, oggigiorno si fanno miracoli.

Certo, naturalmente, oggigiorno ci sono braccia bioniche.

Quello che non era d'aiuto era la frase (in modo da farmi sentire meglio) “certo, non c'è niente che non sarà in grado di fare”.

Sembra che la famiglia e gli amici camminino veramente su una corda stretta per dire le cose giuste.

E se dire le cose sbagliate turba i genitori, cercare di fronteggiare l'angoscia dei membri della famiglia è veramente da esaurimento. La mamma la cui testimonianza è riportata qui di seguito ha trovato molto difficile il rapporto con il turbamento della sua famiglia.

Quando Jessica nacque e lo shock iniziale era finito – abbiamo passato piu' tempo nel gestire le "aspettative degli altri" che le nostre. Per esempio, i nonni erano una sfida difficile. Tutti, specialmente le due nonne, erano particolarmente preoccupati, e una di loro si è ammalata dalla preoccupazione. Questo, ad essere onesti, mi faceva arrabbiare piuttosto che farmi compassione, avevo già abbastanza cose di cui occuparmi. Alla fine li ho allontanati per un po' – mi seccavano proprio.

I parenti che si disperavano erano considerati inutili.

Ho trovato inutile che i miei familiari iniziassero a piangere al telefono oppure durante le visite dopo la nascita di mio figlio. Questo lo trovavo inutile in quanto ero ancora così coinvolta dalla situazione che non ero in grado di cambiare.

C'è una scuola di pensiero che suggerisce che i consigli non richiesti non hanno valore. Infatti la parola che meno amo è "dovrebbe". Se ascolto una frase che inizia con "dovresti", immediatamente cerco le ragioni per cui non dovrei. Era molto chiaro e semplice che i genitori non volevano sentirsi dire che cosa avrebbero dovuto o non avrebbero dovuto fare. E in particolare rifiutavano il consiglio "dovresti" nei primi giorni.

Non amavo sentirmi sotto pressione su cosa avrei dovuto o non dovuto fare per mio figlio. Avevo bisogno di tempo per capirlo da sola, in quanto si trattava di mio figlio, e era lui la persona a cui dovevo pensare e che dovevo sostenere. Nessun altro aveva il diritto di intervenire. Possono consigliare ma la decisione ultima spetta a noi.

Tuttavia, i genitori erano consapevoli che le persone cercavano di aiutarli e che i nonni erano sconvolti per i loro figli come pure per i nipoti.

Penso che i nonni sentano doppiamente la preoccupazione perché sono preoccupati per il loro figlio come pure per il loro nipote, ma trovo questo modo di fare molto seccante e indisponente .

Ho concluso un po' pessimisticamente la compilazione di questa lista di commenti e azioni inutili.

Ma poi ho trovato la risposta seguente, in cui una mamma dice che quello che si pensa sbagliato in quel momento poi dimostra di essere giusto. Per cui aggiungo il suo commento alla fine.

Reproduced with the kind permission of Irwin Mitchell Solicitors LLP and Charlotte Fielder MBE

Tutti ci dicevano come eravamo fortunati, cosa che ci faceva venire voglia di gridare – adesso ci rendiamo conto avevano ragione. Rendersi conto che lei non è l'unica persona con una sola mano ci ha aiutato enormemente. Reach ci ha assistito e ci ha aiutato a comportarci in maniera normale. Anche fare alcune attività con una mano sola mi ha fatto capire che sarebbe stata bene.

Relazioni, difficoltà e smarrimento

Il capitolo si basa sulle risposte alle domande, “che cosa hanno fatto le persone che ti sono state vicine in quei primi mesi?” e “che cosa ti ha aiutato e cosa è stato inutile?”.

Ma che succede quando la persona che ha fatto o detto le cose peggiori, o almeno quelle meno utili, è tuo marito o tua moglie? Come si sono comportati le coppie al riguardo?

Mi rendo conto che quello di cui si parla meno, ma che forse è uno dei più tristi esiti della nascita di un bambino visibilmente diverso (o diventato tale per un'amputazione traumatica) è la fine del rapporto matrimoniale conseguente alla mancata accettazione della disabilità da parte di un genitore. In quel caso l'impatto sulla coppia e sul bambino è enorme.

Bisogna notare che i rapporti crollano per moltissime ragioni e spesso ci sono dei fattori concomitanti, ma è certo che in alcuni casi la disabilità di un figlio può essere uno di questi fattori. Tuttavia ci sono casi in cui la coppia viene rafforzata impara a fronteggiare insieme la realtà della vita. Ogni relazione è unica, e il modo in cui ogni persona reagisce alla nascita e all'educazione del figlio disabile rende anche questo rapporto unico e speciale.

Quando scrivono del disaccordo e delle difficoltà nei loro rapporti, coloro che rispondono al questionario scelgono le loro parole con cura. Sebbene io non abbia ricevuto questionari in cui si parla chiaramente di una separazione o divorzio dovuti alla mancanza di mano o braccio del figlio, nelle risposte non si nasconde che i genitori non stanno più insieme. E' evidente, in alcuni esempi, che la disabilità del figlio ha messo i matrimoni e le relazioni sotto un'ulteriore pressione, e che i genitori si sono sentiti frustrati e scocciati l'uno dall'altro.

In alcune risposte è stato menzionato in particolare lo stress che il matrimonio ha subito a seguito delle diverse visite ospedaliere, specialmente quando un genitore ha messo al centro focale della sua cura e attenzione il bambino, talvolta escludendo il proprio compagno.

Alcuni genitori combattono con il fatto che hanno avuto diverse opinioni sul modo in cui il bambino dovesse essere trattato chirurgicamente come il trasferimento dell'alluce dal piede alla mano. Queste scelte hanno diviso i genitori quando uno optava per la chirurgia e l'altro voleva più tempo per pensare o non la voleva assolutamente.

Ho osservato la tensione e il conflitto occasionale fra genitori ed ho anche parlato con una mamma che si era appena separata alla riunione annuale di Reach. Mi ha spiegato che la sua relazione era divenuta

talmente difficile da decidere di separarsi, ma, come i genitori che hanno risposto ai questionari, non ha parlato della disabilità del suo bambino come causa principale della situazione.

Una sera ho ricevuto una chiamata da una madre che chiamerò Alison. Non aveva risposto al questionario perché riteneva la sua esperienza così dolorosa che non se la sentiva di scriverla.

Ha accettato un'intervista al telefono per spiegare in che modo suo marito aveva chiuso il loro rapporto perché non accettava che il bambino fosse nato con mancanze agli arti superiori.

Alison aveva 20 anni quando Finn nacque con parto cesareo. Finn nacque con tre dita alla mano destra, due di queste erano attaccate insieme, e inoltre aveva delle anomalie alla mano sinistra. Il marito di Alison, Gerry (non è il suo vero nome) era così turbato che lasciò immediatamente l'ospedale. Andò prima dai genitori di entrambi e poi dalla sorella che lo persuase a ritornare in ospedale. Alison ricorda di essere stata molto ferita da questa azione e che si è resa conto che si trattava di un primo rifiuto. Vide che fin dall'inizio Gerry non poteva né voleva avere a che fare con la situazione, e si rendeva conto che "stava mettendo la testa nella sabbia".

Alison portò Finn a casa, ma ricorda che i primi mesi non furono felici e che aveva la sensazione di averli superati a fatica, non avendo ricevuto nessun sostegno da Gerry. Quando le ho chiesto quali erano i suoi ricordi, mi ha risposto che i primi mesi era come se fossero stati "un grido di sconforto continuo"

Mi ha parlato di come voleva e necessitava aiuto e consiglio dall'esterno, ma tanto più discuteva di questo suo bisogno di coinvolgere "dei professionisti" quanto il suo partner diventava riluttante e insensibile. In un'occasione Allison volle parlare con il pediatra di un problema in particolare e ne spiegò il motivo a Gerry. Alison mi ha raccontato che lui "divenne folle" al pensiero e le disse di non coinvolgere nessun altro perché avrebbero pensato che lei non ce l'avrebbe fatta. Lui le disse chiaramente che non gradiva che il pediatra "ci ficcasse il naso".

L'atmosfera domestica era molto influenzata da questo conflitto e dalla non accettazione di Gerry della situazione, per cui non sorprende che lui non abbia legato con suo figlio. Alison si rese conto che Gerry vedeva la disabilità più grande di quanto realmente fosse. Era contrario ai suoi tentativi di fare delle cose per sostenere lo sviluppo di Finn. Per esempio, lei disse a Gerry che avrebbe voluto che Finn imparasse a nuotare; Gerry le rispose che non capiva perché si stesse preoccupando perché il bambino non sarebbe mai stato in grado di farlo. Qualche anno dopo lei versò lacrime di gioia quando Finn nuotò da un lato all'altro della piscina.

Man mano che Finn cresceva e il tempo passava, Alison cominciò a capire che Gerry "non era dalla sua parte". Si rese conto che tanto più cercava aiuto e ne riceveva dall'esterno, quanto più la relazione si disintegrava, finché si separarono quando Finn aveva sei anni. A quel punto Gerry decise di non aver nessun rapporto con il figlio.

Subito dopo la separazione, Alison iniziò a costruire una nuova vita per lei e per Finn. Adesso che l'influenza severa di Gerry se ne era andata, pensò di proseguire dal punto di vista chirurgico e di cercare un sostegno per gli altri particolari bisogni che Finn aveva oltre alla sua disabilità dell'arto superiore.

La prima volta che parlai con Alison, Finn aveva 11 anni e la vita per entrambi era andata avanti, ma il rifiuto prematuro per suo figlio da parte della persona che lei aveva pensato lo avrebbe amato e che si sarebbe preso cura di lui come lei stessa ha fatto, l'aveva ferita e colpita profondamente.

Mi rattristai al racconto di Alison e mi rincuorai soltanto quando lei mi raccontò che mettersi in contatto con Reach per lei era stato un punto di svolta. Mi disse che, molte volte, Reach le aveva procurato il sostegno che le era mancato dal matrimonio, e questo testimonia la cura, l'attenzione e i suggerimenti che Reach offre ai genitori.

Ho parlato con Alison abbastanza recentemente per un aggiornamento e per verificare che la mia descrizione della nostra intervista originale fosse accurata. Finn adesso ha 12 anni e non vede suo padre da cinque anni. Alison ha molto riflettuto e adesso afferma di non aver risentimento per Gerry ma che comunque non lo capirà mai. Da un anno ha una relazione con un uomo che ha pienamente accettato Finn per quello che è.

La mia conversazione con Alison mi ha spinto a verificare di nuovo i questionari per un'ulteriore analisi. I rispondenti certamente descrivono come essi hanno "attraversano le difficoltà", malgrado le differenze di opinioni e le altre sfide alle loro relazioni. Ma è importante notare che talvolta c'è una tendenza a modellare il passato per incontrare il presente, ed io ho percepito una riluttanza generale a rivisitare gli aspetti negativi delle relazioni affettive che potevano riferirsi alla nascita di un bambino diverso.

Alcuni genitori erano in grado di ammettere i ricordi dolorosi di quando non erano stati d'accordo l'uno con l'altro, e non erano stati in grado di sostenere sufficientemente la mancanza di una mano o di un braccio del loro figlio.

C'erano dei casi in cui l'impatto di problemi di relazione aveva portato i genitori a decidere di avere altri figli, talvolta a distanza di poco tempo. Altri si dedicavano alla condizione del loro figlio come se si trattasse di un progetto unificante, e lo sviluppavano come se "noi contro il mondo" fosse un approccio utile per rinsaldare il loro rapporto.

Alcuni genitori sembravano in grado di parlare appropriatamente della loro situazione e quindi di giungere a una fase più stabile di reciproca comprensione e di comuni intenti, ma naturalmente alcuni non ce la facevano per cui i loro rapporti erano conflittuali.

Se c'è un messaggio per i nuovi genitori, sembra che possa essere quello che è del tutto normale incontrare delle difficoltà nei vostri rapporti poiché siete improvvisamente messi a confronto con una situazione da voi mai immaginata, perfino mai presa in considerazione. Dunque, essere turbati e sperimentare una serie di risposte emotive è normale e comprensibile. Per cui forse, non sorprende che le coppie siano sconvolte ed emotivamente provate fra di loro.

Quelle coppie che sembravano fronteggiare meglio la situazione erano in grado di accettare queste risposte aperte perfino quando essi stessi si trovavano in momenti di diversa emotività. Accettavano che talvolta uno di loro avesse il bisogno del sostegno e della vicinanza dell'altro, e che in altri momenti sentisse bisogno di indipendenza e di stare da solo.

Accettavano il fatto che potessero trovarsi in disaccordo. Tolleravano ed accettavano i loro diversi punti di vista, ma mostravano di condividere il modo di trovare un miglioramento.

Un fattore chiave sembra essere l'abilità di comunicare apertamente e con rispetto per l'altro – o per lo meno cercare di comprendere che cosa l'altra persona pensi e quindi tenere in considerazione la vita dalla sua prospettiva.