

Coppie in cattività. La relazione tiene?

Daniela Bellani, Daniele Vignoli | 11 Dicembre 2020



Il lockdown ha dato la possibilità a molte coppie di passare più tempo assieme; ma ha portato anche alla convivenza forzata. In questo studio gli autori mostrano come le relazioni di coppia abbiano risentito di fattori di stress legati sia direttamente (emozioni negative) che indirettamente (perdita di reddito e di lavoro) alla pandemia.

Le conseguenze della pandemia sulle relazioni di coppia

La maggior parte degli studi sulle conseguenze sociali della pandemia si sono concentrati sull'analisi degli effetti economici ed occupazionali. Un recente studio¹ ha affrontato il tema delle conseguenze non economiche del confinamento domiciliare domandandosi: la qualità delle relazioni di coppia si è deteriorata?

Prospettive contrastanti

Da un punto di vista teorico, rispondere a questa domanda non è banale. Da un lato, eventi fortemente destabilizzanti, come una pandemia, potrebbero indurre una riduzione del sostegno emotivo del partner tale da comportare un incremento del disagio psicologico per le coppie (teoria dello stress familiare). Dall'altro, potrebbero aumentare la coesione familiare, avvicinando emotivamente i partner (teoria dell'attaccamento).

Anche la letteratura disponibile sulle conseguenze dei disastri naturali sulla qualità della vita di coppia porta a risultati contrastanti. Alcuni studi hanno mostrato come le relazioni all'interno delle famiglie possano migliorare. La maggior parte delle ricerche, tuttavia, suggerisce che lo stress conseguente ad un evento estremo (come le calamità naturali) erode le relazioni intime.

Epidemia e relazioni: effetti diretti e indiretti

Gli effetti di eventi molto critici sulla qualità delle coppie possono essere sia diretti che indiretti. I partner potrebbero subire un incremento delle tensioni di coppia *direttamente* conseguenti alla

pandemia. Potrebbero emergere emozioni negative, quali la rabbia, la confusione e lo stress, o patologie quali la depressione, fattori che possono peggiorare il funzionamento della coppia e la comunicazione tra i partner. L'esperienza di un evento esogeno altamente stressante può però anche rafforzare il supporto reciproco tra i partner.

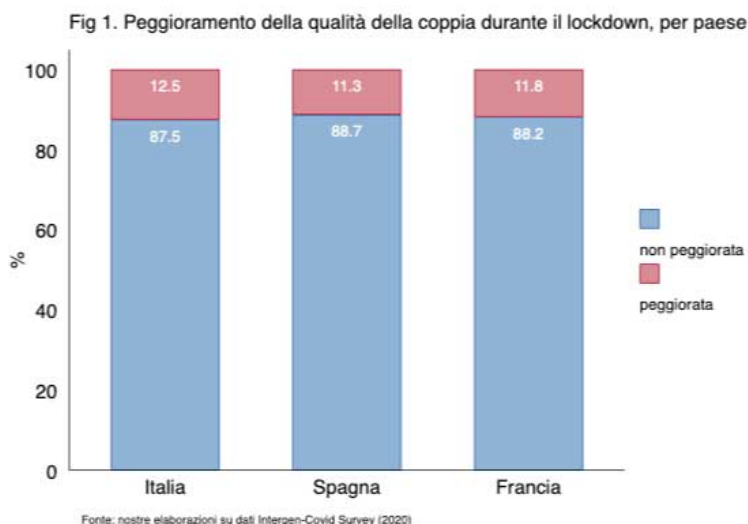
I partner devono fare i conti anche con le conseguenze *indirette* della pandemia. La diffusione del Covid-19 ha avuto un effetto negativo sull'occupazione e sui redditi, contribuendo a incrementare tensioni nelle coppie. Secondo l'Eurostat, la pandemia ha portato ad un aumento del tasso di disoccupazione ed a una drastica riduzione delle ore di lavoro. Inoltre, ha indotto un enorme aumento dell'incertezza economica. La sottoccupazione e l'incertezza sono fattori di stress cruciali che possono potenzialmente indurre insoddisfazione e conflitto nelle relazioni.

Alcuni risultati descrittivi

Presentiamo ora alcuni risultati descrittivi basati su un'indagine chiamata Intergen-Covid². 9.186 individui divisi equamente tra Italia, Spagna e Francia sono stati intervistati nell'aprile 2020, quando la maggioranza dei cittadini era costretta al confinamento domiciliare. I dati sono stati raccolti imponendo quote rappresentative per paese, età, sesso, regione e livello di istruzione. Selezionando uomini e donne sposati o conviventi con un partner, di età tra 20 e 60 anni, il campione risulta composto da 3.920 individui.

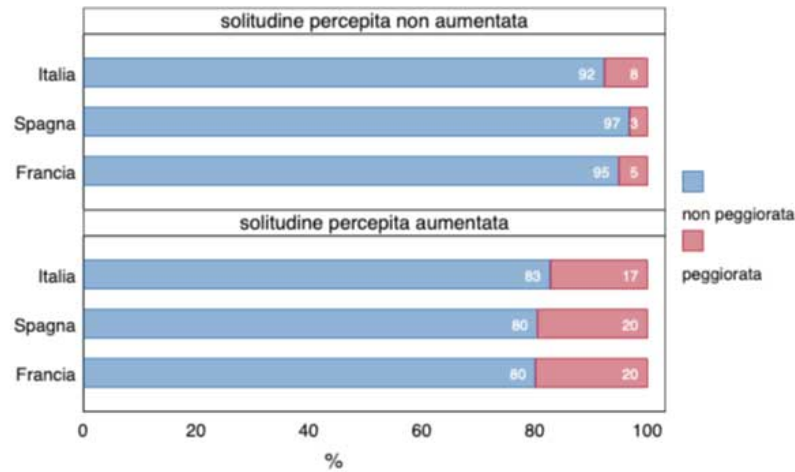
Nella presentazione dei risultati ci concentreremo sulle potenziali conseguenze negative del lockdown sulle relazioni, in quanto un peggioramento della qualità della coppia potrebbe fungere da precursore ad un rilevante evento familiare, la separazione. A tal proposito, la variabile di interesse riguarda la percezione o meno di un peggioramento nella qualità della relazione durante il lockdown.

Nella Fig. 1 osserviamo che in tutti e tre i paesi, circa il 12% degli intervistati dichiara di aver percepito un peggioramento della qualità della relazione.



Adottando il punto di vista della teoria dello stress familiare, esaminiamo se vi sia un'associazione tra alcuni fattori di stress e il peggioramento nella qualità della relazione durante il lockdown. La Fig. 2 mostra che l'aumento di emozioni negative, quali la solitudine, è associato ad una diminuzione della qualità della relazione.

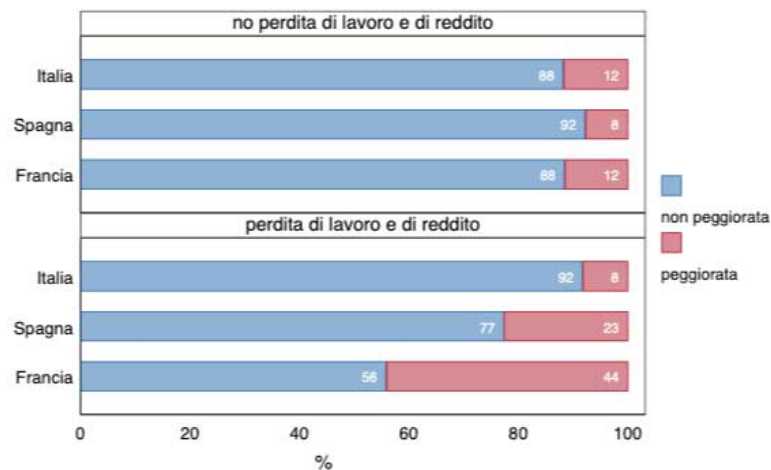
Fig. 2. Peggioramento della qualità di coppia e solitudine percepita, per paese



Fonte: nostre elaborazione su dati Intergen-Covid Survey (2020)

La Fig. 3 mostra che in Spagna e Francia gli intervistati che hanno subito perdite di lavoro e di reddito hanno riportato una diminuzione della qualità della relazione. Questo non sembra essere il caso per l'Italia.

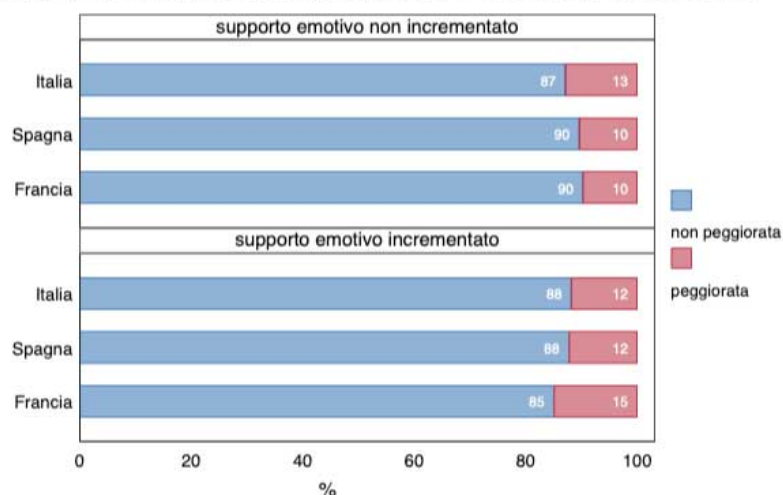
Fig. 3. Peggioramento della qualità di coppia e perdita di lavoro/reddito, per paese



Fonte: nostre elaborazioni su dati Intergen-Covid Survey (2020)

Infine presentiamo i risultati relativi a un fattore 'anti-stress', il supporto emotivo. Secondo la teoria dell'attaccamento, le coppie durante la pandemia potrebbero rafforzare la loro relazione. Ciò significa che i partner che ricevono supporto emotivo dovrebbero essere meno propensi a dichiarare un peggioramento della qualità della relazione. Come mostrato in Fig. 4, i nostri risultati descrittivi non confermano questa previsione - l'indicatore, però, cattura il supporto emotivo ricevuto anche al di fuori della coppia.

Fig. 4. Peggioramento della qualità di coppia e supporto emotivo, per paese



Fonte: nostre elaborazioni su dati Intergen-Covid Survey (2020)

Conclusioni

Questo studio fornisce risultati preliminari e descrittivi sull'associazione tra alcuni fattori di stress causati dalla pandemia COVID-19 e la qualità delle relazioni di coppia. Sembra che l'amore soffra la cattività. Una delle determinanti di questo fenomeno si riferisce alla sfera emotiva individuale. Sentirsi soli durante il blocco sembra essere associato a un indebolimento delle relazioni intime. Anche fattori di stress indiretti, come la perdita di lavoro e di reddito, sembrano influenzare la qualità della relazione, anche se non in tutti e tre i Paesi.

Dato che un deterioramento della qualità della relazione di coppia potrebbe presagire il suo scioglimento, uno studio descrittivo di questo tipo è un punto di partenza necessario per future ricerche sulle conseguenze della pandemia sulle separazioni e sui divorzi.

Per saperne di più

Arpino, B., Pasqualini, M., Bordone, V., Solé-Auró, A. (2020). Indirect consequences of COVID-19 on people's lives. Findings from an on-line survey in France, Italy and Spain. doi.org/10.31235/osf.io/4sfv9.

Bellani, D., Vignoli, D. (2020), Does love laugh at locksmiths? Partnership quality during the lockdown in Italy, France and Spain. Some descriptive findings. *Cambio*.

¹ Bellani e Vignoli (2020)

² Arpino et al (2020)