



**“Separati ma ancora
famiglia:
la genitorialità continua”**

Dott.ssa Valentina Montuschi

Dott.ssa Cristina Pucci

Psicologhe Psicoterapeute familiari



“Ti sposerò perché ...”

Il matrimonio si fonda su un “contratto” in cui entrano in gioco due dimensioni complementari:

- **Patto dichiarato:** si assumono responsabilità ed impegno reciproci per dare vita ad un progetto di vita a due concreto
- **Patto segreto:** consente inconsapevolmente ai partner di soddisfare i reciproci bisogni

“Se mi lasci non vale”...

La crisi avviene nel momento in cui i bisogni reciproci non vengono più soddisfatti dalla relazione e non si riesce a rilanciare il patto di coppia



La separazione come fine

- **Fine come abbandono**: l'impegno coniugale non viene portato a termine e si percepisce un senso di incompiutezza
- **Fine come autocritica**: se il matrimonio "fallisce" sono io che ho qualcosa che non va





L'illusione delusa

La fine di ciò che si era immaginato fosse “per sempre” crea **angoscia nel presente** ma soprattutto **ansia legata al futuro**:

- cosa succederà dopo ?
- dove saremo ?
- saremo dispersi ?
- se ora siamo legati, cosa saremo dopo la fine?



“I giorni dell’abbandono”

(R. Faenza, 2005)



“tu chiamale se vuoi ... emozioni ...”

La separazione, nelle sue diverse fasi, mette in gioco **intense emozioni spesso contrastanti**:
*disillusione, insoddisfazione, ansia, negazione
senso di vuoto e perdita, ambivalenza, bassa
autostima, distacco e depressione*



L'elaborazione del lutto

Con la separazione i coniugi si trovano a dover **elaborare il lutto della perdita** dell'altro:

- l' amore si trasforma in **rabbia** che, nascondendo il dolore, spesso serve agli ex coniugi per mantenere un contatto, per essere ancora in relazione
- **tristezza** come accettazione consapevole della fine che apre le porte al “perdono”

La fine come passaggio



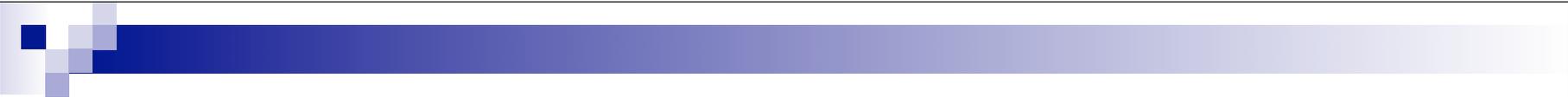
Il legame è finito:

- Cosa si porta in salvo ?
- Ridare la speranza al legame in sé

La fine della coppia

Separazione come paradosso: in presenza di figli coesistono la dimensione della **rottura e frattura** con quella dell'**unione**; il legame va preservato e mantenuto poiché non si è più marito e moglie ma si è ancora genitori insieme





**“Genitori e figli:
agitare bene prima dell'uso”
(G. Veronesi, 2010)**

Figli e conflitto

- I bambini difficilmente rimangono al di fuori del conflitto
- Vi partecipano attivamente o passivamente
- Si sentono colpevoli del conflitto



I ruoli dei figli

- Testimoni e giudici
- ostaggi
- complici
- confidenti
- partner sostitutivi
- antidepressivi





I sintomi

Le possibili sintomatologie che il bambino può sviluppare vanno inquadrare all'interno della sua storia personale (età, livello di sviluppo ...) e familiare

- Somatizzazioni
- Angoscia
- Episodi anoressici
- Insonnia
- Problemi di comportamento (furti, fughe...)
- Fallimento e disinteresse scolastico
- Stati depressivi



Ansia e angoscia

Rappresentano i vissuti affettivi dei bambini di fronte alla separazione per:

- Rottura del quadro di vita abituale
- Allontanamento di un genitore
- Incertezza per il futuro

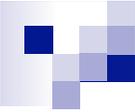


I vissuti dei bambini ...

- Più il **bambino (0-3 anni)** è **piccolo meno** è possibile l'**elaborazione**: si presentano più frequentemente **somatizzazioni e regressioni**;
- Dalla fascia **scolare** possono presentarsi maggiormente atteggiamenti **aggressivi o di ritiro e chiusura**: il bambino ora è in grado di esprimere i propri bisogni e desideri e ha bisogno di qualcuno che li accolga.
- In **adolescenza i vissuti si amplificano e si estremizzano**: i temi del **conflitto** e della **perdita**, centrali per lo svincolo degli adolescenti, si riattivano nella separazione dei genitori

... essere ancora genitori insieme!

- Comunicazioni chiare, costanti e dirette ai figli alla presenza di entrambi i genitori ma anche tra gli ex coniugi
- Evitare coinvolgimenti diretti nei conflitti o discussioni tra adulti
- Favorire il mantenimento di un rapporto continuativo e significativo con entrambi i genitori
- Mantenere le routine in maniera flessibile
- Ridefinire ed esplicitare nuove regole condivise
- Trasmettere ai figli amore e sicurezza
- Accogliere e favorire l'espressione delle emozioni dei figli



“I bambini imparano ...”

Doret' s Law Noltetempo

I bambini imparano ciò che vivono.

*Se un bambino vive nella critica
impara a condannare*

*Se un bambino vive nell'ostilità
impara ad aggredire*

*Se un bambino vive nell'ironia
impara ad essere timido ...*

*Se un bambino vive nella vergogna
impara a sentirsi colpevole ...*

*Se un bambino vive nella tolleranza
impara ad essere paziente ...*

*Se un bambino vive nell'incoraggiamento
impara ad avere fiducia ...*

*Se un bambino vive nella lealtà
impara la giustizia ...*

*Se un bambino vive nella disponibilità
impara ad avere una fede ...*

*Se un bambino vive nell'approvazione
impara ad accettarsi ...*

*Se un bambino vive nell'accettazione e nell'amicizia
impara a trovare l'amore del mondo ...*

