



Figura 1: Separazione, Edvard Munch, 1896, olio su tela, 79x105 cm, The Munch Museum, Oslo.

Separazione e divorzio: effetti e conseguenze sui figli.

Nell'articolo pubblicato nella precedente edizione abbiamo trattato le gravose e svariate conseguenze emotive e psicologiche cui vanno incontro i coniugi a partire dalla decisione di separarsi o divorziare: tra di esse vi è quella che richiede maggior senso di responsabilità e impegno, ovvero dover continuare l'esercizio dei ruoli genitoriali cercando di ridurre al minimo le ripercussioni sui propri figli.

Difatti anche se non si è più conviventi o marito e moglie si continua, però, ad essere genitori: quest'ultimo non è un legame reversibile come il primo e comporta diritti e doveri non sempre facili da ottemperare.

Specialmente in presenza di figli minori, ex marito ed ex moglie sono chiamati necessariamente a disgiungere il ruolo di genitori da quello di coniugi; ciò presuppone da parte dei genitori una maturità tale da subordinare la conflittualità all'interesse dei figli, condizione che non si verifica frequentemente in quanto le parti coinvolte non riescono a gestire in modo appropriato l'evento critico della separazione rimanendo intrappolati in un turbinio di emozioni e sentimenti contrastanti che non permette di operare un'adeguata ridefinizione delle relazioni familiari necessaria in questi casi. La copresenza dei genitori così come prevista dall'ultima legge in materia di diritto familiare e riguardante l'affidamento condiviso (L.54/06) chiama entrambe le figure genitoriali ad intrattenere con i propri figli un rapporto continuativo secondo il principio della bigenitorialità, che presuppone una ragionevole negoziazione presa di accordi tra le parti da rispettare con buon senso nell'interesse *in primis* dei bambini; tutto ciò risulta molto complicato da mettere in pratica quando il livello di conflittualità è alto e/o quando i coniugi incontrano difficoltà emotive nel raggiungere il divorzio psichico (Bohannan 1973).

Vediamo ora, più nel dettaglio, quali conseguenze subiscono i figli coinvolti nella separazione e i genitori specie se minori. Premettendo che per ogni fase evolutiva vi è un corrispondente livello di sviluppo cognitivo ed affettivo differente, i bambini non sono capaci di comprendere a pieno quello che accade intorno a loro quando i suoi genitori si stanno separando, né tantomeno riescono a gestire in maniera adeguata le emozioni intense che scaturiscono da questa situazione, non per mancanza di loro capacità, ma, per l'appunto, di risorse mature al livello cognitivo, emotivo e comportamentale. I pensieri che più comunemente sopraggiungono ai bambini sul tema della

separazione dei loro genitori riguardano principalmente il sentirsi in colpa, pensare che essi siano la causa che sta separando i genitori, e temere di non essere amati abbastanza, paura che possono esprimere anche in maniera ricorrente. Può accadere che i bambini, spaventati, comincino ad assumere comportamenti tipici delle fasi precedenti dello sviluppo oppure che si comportino, consciamente o inconsciamente, in modo tale da tenere uniti i genitori concentrando sempre più spesso le attenzioni su di loro, ad esempio ammalandosi e situazioni simili.

Certamente la spiegazione di ciò che sta accadendo e la rassicurazione da parte di entrambi i genitori facilita il compito ai bambini sia nel comprendere che ad adattarsi più velocemente alla nuova condizione abitativa e familiare cui verranno a trovarsi. Spiegare, ad esempio, al bambino con parole semplici, che anche se i genitori hanno deciso di non vivere più insieme non è per colpa sua, o perché che non è voluto più bene come prima e che non c'è nessun motivo nella decisione della separazione che può riguardarlo; rassicurarlo sul fatto che l'amore che papà e mamma provano nei suoi confronti non è cambiato e così via. Anche le altre figure familiari come i nonni, se presenti, possono avere un fondamentale ruolo di supporto in questa delicata fase, la quale, se gestita nel rispetto dei tempi del bambino, in maniera cauta e graduale e soprattutto responsabile tenendo lontano la conflittualità e l'aggressività dai bambini, si possono creare condizioni favorevoli al superamento di un evento inaspettato e comunque traumatico per loro.

Pertanto, per continuare ad essere buoni genitori, è essenziale impedire alle emozioni di prendere il sopravvento sulle vicende che interessano un divorzio *in primis* per non interferire sul già difficile compito di assicurare al meglio ai figli una continuità delle funzioni genitoriali. A tale scopo è necessario che i genitori "lavorino" prima su loro stessi: per costruire gradualmente un rapporto con l'ex fondato su nuove basi, indispensabile per un'adeguata gestione della genitorialità, è necessario accettare e riconoscere le proprie sensazioni confuse, cercare di far fronte alla rabbia e al sentimento di solitudine, ma soprattutto di elaborare la perdita e l'abbandono conseguente al fallimento della relazione di coppia. Non pochi genitori sono disposti emotivamente a "lasciare" un legame e rifiutano quindi di compiere il passo del divorzio, non si sentono pronti a guardare oltre e restano insabbiati in un turbinio di emozioni contrastanti di cui ne risentono principalmente i figli, i quali vengono in tal modo strumentalizzati spesso inconsapevolmente, nonostante i genitori professano le più buone intenzioni nei loro confronti e ponendo sinceramente il bene verso i figli di loro al di sopra di tutto. Anche se è un'impresa difficile non è impossibile gestire in maniera adeguata una separazione dando allo stesso tempo continuità alle funzioni genitoriali: "Il fatto è che anche se un matrimonio è fallito, un divorzio può avere successo" (Emery

2008).

Dott.ssa M. Luisa Reale
Psicologa - Psicoterapeuta