

IMPULSI PEDAGOGICI

per un'avventura chiamata famiglia



05_Separazione e poi?

"I divorzi felici non esistono" dice chiaramente e inequivocabilmente il terapeuta familiare Jesper Juul. La separazione fa male ai genitori e ancor di più ai figli.

Per i bambini tra i due e i dodici anni la separazione è sempre una catastrofe

Regna la sensazione di aver perso tutto ciò che si conosceva. I bambini si trovano in una specie di stato di shock; vivono un trauma, che però non vuol dire che debbano rimanere traumatizzati, spiega Jesper Juul.

I figli amano entrambi i genitori e sperano sempre in un lieto fine. Sono degli "inguaribili romantici", anche quando la relazione dei genitori è distruttiva. Per questo motivo i figli fanno tutto il possibile affinché i genitori tornino assieme. Alcuni addirittura si ammalano seriamente (ad es. di anoressia o altro) oppure sviluppano comportamenti strani, di modo che i genitori si debbano occupare assieme del problema. Altri ancora, invece, diventano "invisibili", non vogliono creare problemi e tentano inconsapevolmente di non pesare sui genitori, cosa che però si ripercuote negativamente sullo sviluppo della loro personalità. Anche per gli adolescenti una separazione è molto triste, ma molti ne sono anche sollevati.

I figli hanno bisogno di genitori che si comportino correttamente tra di loro

La cosa importante è che i genitori si assumano la piena responsabilità della separazione. Devono cioè riflettere su quando e come dirlo al proprio figlio / ai propri figli, su cosa dire e come prepararsi a farlo. I genitori devono essere onesti riguardo ai propri sentimenti e dire anche di essere tristi. Al più tardi è questo il momento in cui i genitori devono imparare a parlare dei propri sentimenti. Per molti è difficile, anche perché fino a questo momento non l'hanno fatto.

Quando però i genitori non riescono a trovare un accordo e attuano tutta una serie di strategie distruttive, devono ricercare un accompagnamento o un aiuto. Affinché il divorzio non divenga un evento traumatizzante per i figli, i genitori devono imparare a comportarsi rispettosamente l'uno nei confronti dell'altro; devono mostrare per lo meno il rispetto che si avrebbe nei confronti di uno sconosciuto. Le lotte di potere e il denigrarsi a vicenda sono un peso enorme per i figli.

I bambini esprimono il dolore diversamente dagli adulti

Mentre gli adulti esprimono il proprio dolore affliggendosi per un periodo prolungato, i bambini lo fanno a ondate. Sono tristi per cinque minuti, poi giocano, sono di nuovo tristi, poi dormono, sono afflitti, mangiano.... Quando vedono i propri figli che giocano allegramente i genitori spesso pensano che abbiano superato la cosa, ma ai bambini servono dai tre ai quattro anni per superare la tristezza, proprio come nel caso di un lutto. Hanno bisogno di comprensione per il proprio dolore, di tempo e spazio per potersi isolare.

IMPULSI PEDAGOGICI

per un'avventura chiamata famiglia



Può accadere che il bambino dorma male, abbia incubi o mal di pancia, che improvvisamente diventi infantile o affettuoso, che voglia assolutamente mangiare qualcosa in particolare e poi non abbia fame, che diventi aggressivo nei confronti di un genitore o di entrambi.... Altri invece sono distanti e si isolano emotivamente. La cosa importante è che i sentimenti dei figli trovino spazio e vengano accettati. Non si può togliere ai figli il dolore che provano, ma li si può accompagnare.

In questo periodo i figli perdono le proprie certezze

Si sentono soli e soprattutto colpevoli; hanno la sensazione di essere responsabili della separazione, dato che molte liti vertono su di loro. Spesso i figli dicono o pensano: "litigate sempre a causa mia!" A volte bisogna ripetere ai figli anche 500 volte che non hanno nessuna responsabilità per la separazione. La cosa importante è che gli adulti si avvicinino con rispetto alle emozioni dei bambini, che parlino con loro e che siano semplicemente presenti e trascorrono con loro del tempo. Quando si è assieme non ha senso cadere in una sorta di stress da tempo libero, voler distrarre costantemente il bambino o tentare di renderlo felice a suon di regali: è soltanto una forma di compensazione per la propria coscienza sporca.

Degli accordi chiari che vengono rispettati dai genitori e dei riti danno al bambino la sicurezza di cui ha bisogno in questo momento difficile.

Per maggiori informazioni visitate il sito <http://www.provincia.bz.it/famiglia-sociale-comunita/famiglia/quando-le-cose-si-fanno-difficili.asp>

Testo Elisabeth Kußtscher, Traduzione Giulio Monteduro