

Come preparare i figli al divorzio



Nel catanese, una 14enne si è suicidata perché viveva con disagio la separazione dei genitori. La ragazza si è impiccata in casa della madre lasciando un biglietto con cui ha motivato il gesto, salutando famiglia e amici.

“È un gesto che denota una sofferenza non ancora elaborata, che emerge di colpo e diventa pericolosa per l’impulsività che caratterizza quell’età” dice la

dottorssa Margherita Spagnuolo Lobb, psicoterapeuta e direttore dell’Istituto di Gestalt HCC Italy. “Quando due genitori decidono di separarsi è importante preparare i figli con il corretto comportamento e gli opportuni accorgimenti” dice l’esperta.

1. Il riconoscimento del dolore. “I genitori costituiscono per un figlio un’unica realtà, la coppia è un sostegno fondamentale per la sua crescita. Quando la coppia scoppia, il figlio prova un dolore dilaniante, è come se venisse spaccato in due” spiega la dottorssa Spagnuolo Lobb.

“Per questo è importante rendersi conto della sofferenza del figlio e gestire questa sofferenza riconoscendo gli sforzi del minore per restare integro davanti a questo dolore. Ci sono genitori che davanti a un comportamento strafottente del figlio pensano che non gliene importi nulla: non bisogna presupporre mai che il figlio non sia toccato da una separazione, ma imparare a intendere tutti i suoi comportamenti, anche arroganza e strafottenza, come sforzo per restare vivo davanti a questa emergenza. Per questo è importante non lasciarsi prendere dall’ansia per il comportamento del figlio né minimizzare, ma cercare di capire e andarsi incontro con il dialogo”.

Ecco alcuni consigli da seguire: gestire le liti tra coniugi. “Le liti dei genitori non devono caratterizzare tutta la vita familiare. È bene che le liti siano gestite tra gli adulti lontano dai figli” continua l’esperta. “I figli hanno il diritto di sentirsi accuditi nei loro bisogni nonostante la separazione, ma se i genitori litigano a casa si respira emergenza e ansia e i loro bisogni passano in secondo piano”. **Dire la verità.** “Non inventate scuse e non raccontate bugie: ai figli bisogna dire sempre la verità, facendo attenzione che la comunicazione tenga conto delle loro paure e dei loro bisogni”.

Rassicurare. “La separazione deve salvaguardare il bene del figlio e rassicurarlo sul valore che continua ad avere per mamma e papà. Bisogna spiegare al figlio che la separazione non è causa sua, che rimane comunque il frutto del loro amore, che loro gli sono grati per gli sforzi che ha fatto per tenerli uniti, che avranno sempre a cuore i suoi bisogni e la sua crescita. È importante che il figlio sappia che può rivolgersi a entrambi i genitori anche da separati, con la certezza di avere una risposta ai suoi bisogni e che se c’è qualcosa nel comportamento dei genitori che può turbarlo può parlarne con loro – continua la dottorssa Spagnuolo Lobb – Ciò che conta, dunque, è trasmettere al figlio la fiducia che, anche da separati, quello che sta a cuore a genitori è il suo sentirsi identificato con ciò che fa e la libertà di realizzarsi”.

Dottorssa Margherita Spagnuolo Lobb

www.quotidianodiragusa.it - 10/01/2017 - 07:15