

Divorzio, come preparare i figli Il vademecum dell'esperta

La psicoterapeuta spiega qual è il corretto comportamento verso i ragazzi quando i genitori decidono di separarsi

FAMIGLIA Come i recenti episodi di cronaca ci suggeriscono i figli possono vivere con grande disagio la separazione dei genitori, al punto da spingersi anche a gesti estremi (come il suicidio nel catanese di una 14enne). Gesti che denotano «una sofferenza non ancora elaborata, che emerge di colpo e diventa pericolosa per l'impulsività che caratterizza quell'età» dice la dottoressa 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 fi-

glio prova un dolore dilaniante, è come se venisse spaccato in due» spiega la dottoressa 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».

2. Gestire le liti tra co-



I figli possono vivere con grande disagio la separazione dei genitori. 123RF

niugi. «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».

3. 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».

4. 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 dottoressa 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».

METRO