

---

## È possibile ritornare insieme dopo una separazione?

**Autore:** Antonella Ritacco

**Fonte:** Città Nuova

**Secondo uno studio inglese il 54% dei divorziati rimpiange la relazione. Tra questi il 42% fa qualcosa per ricostruirla ed il 21% ci riesce**

Le statistiche non sono in grado di fornire un dato certo, tuttavia alcuni studi evidenziano che alcuni separati e divorziati ci ripensano. La stampa li ha definiti “**i pentiti del divorzio**”. Non esiste un obbligo di comunicare che si è ripresa l'unione e non si può negare che talvolta la separazione venga usata per ottenere vantaggi fiscali, pertanto è impossibile a riguardo avere un numero preciso dei casi in cui i coniugi riprendono la relazione. **Eppure il fenomeno esiste e alcuni si risposano.** Secondo uno studio inglese il 54% dei divorziati rimpiange la relazione. Tra questi il 42% fa qualcosa per ricostruirla ed il 21% ci riesce. **Il tempo prima della separazione e tra questa ed il divorzio offre una pausa di riflessione** che se utilizzata come tale permette di comprendersi e di comprendere meglio l'esperienza maturata, cosa non ha permesso alla relazione di mantenere le sue premesse. L'errore di questo tempo è di alimentare la rabbia e la delusione, rafforzarsi nelle recriminazioni, invece che **rileggere la storia di coppia**. Questa è un'azione che è possibile solo a posteriori e con il giusto distacco emotivo il quale si raggiunge appunto con il tempo. **L'importanza di camminare insieme** Abbiamo già altre volte indicato quanto sia importante nella relazione a due mantenere una andatura analoga. Cosa vuol dire? Nella coppia c'è un **io** ed un **tu** e c'è la **relazione**. Quando i bisogni individuali diventano antagonisti può capitare che ci si perda di vista e la relazione non venga nutrita. Questo spinge a **una crescita personale che se non è condivisa tra i partner ma è vissuta individualmente**, è capace di generare una frattura. La profondità di questa frattura sarà in misura della trascuratezza avuta. Inoltre spesso ci si aspetta che la relazione porti al soddisfacimento di propri bisogni trascurando quelli dell'altro, si generano recriminazioni ma non si contano le proprie mancanze. Ci sono poi situazioni in cui la relazione viene sacrificata per una cattiva gestione dei confini di coppia, **lì dove il partner non è l'interlocutore privilegiato con cui condividere riflessioni**, bisogni, vissuti, e con cui confrontarsi su spunti e progetti si inseriscono più facilmente terze persone come ad esempio la famiglia d'origine o l'amante. **La funzione del tempo** **Questa pausa di riflessione dovrebbe poter generare lo spazio in cui si rimette ordine nella propria cantina dell'interiorità**, luogo dove in genere si accumulano frettolosamente tutte quelle situazioni che hanno a che vedere con passaggi emotivamente complessi in quel momento per la persona. Lo spazio di riordino necessita di tempo. **Tempo personale** in cui analizzare se stessi, la propria fase di sviluppo, il modo come ci si è posti nella relazione, cosa ci si attendeva, cosa si è dato e cosa si è preso/ricevuto. **Tempo del confronto** in cui la propria lettura andrebbe messa a confronto con un'idea chiara e concreta di ciò che una relazione può veramente e concretamente offrire, con ciò che fattivamente si era in grado nel lì e allora di offrire e con ciò che l'altro poteva offrire rispetto alla sua propria situazione di quel momento. Non si può assolutizzare queste considerazioni su ciò che si “dovrebbe”, ma si può tenere conto che con le condizioni di partenza **si può giungere a determinati risultati** e che queste condizioni vanno pensate in un processo di evoluzione sia personali che di coppia. Gli spazi di consulenza matrimoniale o psicologica assolvono a questo ruolo di affiancamento. Quando si sviluppa un simile processo interiore, diventa più chiaro capire cosa nutre la relazione e con che consapevolezza di sé ci si pone di fronte all'altro. È a questo punto che si può generare una scelta: **provare insieme a ricostruire una relazione più matura e consapevole della precedente**. Anche lo psichiatra **Vittorio Sconci** sottolinea che affinché un matrimonio possa ricomporsi è necessario che le problematiche ed i bisogni di un tempo siano stati risolti. Senza questo passaggio le dinamiche che hanno condotto alla crisi sono sempre pronte a riattivarsi e con esse le vecchie ferite. **Ed il buttarsi tutto alle spalle, seppur utile, può**

---

**non bastare**, sia che si stia scegliendo di riprendere la relazione sia che si stia decidendo di intraprenderne una nuova. Film come **Fireproof**, **Tutta colpa di Freud** e **Divorzio d'amore** (Divorce Invitation) mostrano, qualcuno in modo serio, altri in modo più scherzoso, come il ripercorrere le tappe della propria relazione matrimoniale possa aiutare a vedere con occhi nuovi cose che la mente si racconta in un altro modo per abitudine o momentanea cecità nell'attribuzione di significati. La prossima settimana vedremo cosa implica interiormente questo riavvicinamento.