



Quando il papà (o la mamma) non c'è

L'educazione nelle famiglie monoparentali e separate. Sbagli possibili e nuovi inizi

L'Italia è (ancora) uno dei Paesi europei con il numero di divorzi più basso (0,9 ogni mille abitanti nel 2011). Ma la tendenza è

in aumento: in dieci anni (2000-2011), infatti, il numero è quasi raddoppiato (dati Istat). La metà dei separati/divorziati ha un'età compresa tra i 35 e i 54 anni, mentre la com-

posizione media della famiglia si "restringe" sempre più: siamo arrivati, in media, a solo 2,4 componenti. Questo significa che spesso i figli crescono con un solo genitore.

Cambia quindi il modello educativo, si perde la ricchezza di prospettive portata dai due genitori impegnati in un progetto comune, in un dialogo che inizia ben prima che arrivino i bambini, e poi continua, si evolve e si approfondisce per affrontare le varie fasi dello sviluppo dei figli, in una dialettica di prospettive, valori e comportamenti. Dialettica preziosa per i ragazzi che, messi a confronto con modi diversi di stare al mondo, sono aiutati a sviluppare un pensiero elaborato, per costruire il proprio modello di persona in relazione.

E allora che fare? Ne parliamo con Antonella Deponte, psicologa sociale, consulente per la coppia e la famiglia a Trieste.

C'è un modo "giusto" di separarsi?

«La separazione comincia quasi sempre con un disagio di coppia e una conflittualità. È un momento di stress e sofferenza per gli adulti, che possono essere meno disponibili, nervosi, feriti e depressi, o al contrario pieni di progetti al punto da dimenticare i figli. Dovrebbero invece gestire la fine del loro rapporto coniugale senza dimenticarsi che restano entrambi genitori. Le esigenze del figlio vengono prima di quelle dei genitori.

«È un compito difficile, magari c'è accordo a parole, ma poi non c'è la forza

di mettere in pratica quello che si è deciso. Nei genitori possono agire dinamiche inconsce di rivalità, per dimostrare che uno è meglio dell'altro, che il figlio vuol bene più a me che a te. È frequente il caso in cui uno cerca di svilire o cancellare la figura dell'altro agli occhi dei figli, oppure si sostituisce l'ex-coniuge con il figlio, caricandolo di ruoli e aspettative che non gli spettano. Queste dinamiche andrebbero svelate, perché impediscono di affrontare in modo corretto la realtà.

«Ben prima della separazione, poi, è necessario fare un passo costoso in termini psicologici, ma indispensabile: accettare che l'altro sviluppi il "suo" personale rapporto con i figli, pur partendo da un modello condiviso. Non posso pensare che l'altro



La psicologa sociale e consulente di coppia Antonella Deponte, qui intervistata.

sia incapace di essere genitore, solo perché alcuni suoi modi non mi piacciono (noi donne facciamo più fatica in questo)».

Come educare quando si resta soli?

«Quando il marito o la moglie si allontana, la responsabilità educativa finisce sulle spalle di un solo genitore, per il quale diventa importante sia il confronto con altri genitori, sia il supporto di famiglia, amici e servizi. Non bisogna assolutamente isolarsi con la fatica fisica e psichica che comporta il prendersi cura dei figli. Supporto però non vuol dire delega o sostituzione: il genitore presente rimane comunque responsabile della realizzazione del modello educativo per i suoi figli, è lui/lei il custode di quell'idea di fa-

miglia che non ha potuto esprimersi compiutamente, ma che resiste nell'identità dei figli.

«È anche importante tener presente che il genitore ha sì una grossa responsabilità nell'educazione, ma l'esito finale dipende anche dai figli, dalla loro personalità, esperienze, modo di essere al mondo. I figli non reagiscono tutti allo stesso modo, neanche i gemelli. Inoltre, la separazione dei genitori, pur essendo un evento traumatico per i figli, viene vissuta in modo diverso e ha conseguenze diverse a seconda dell'età. Rendersi conto che il risultato non dipende solo dal genitore, allevia il senso di colpa e la paura di commettere errori irreparabili, sentimenti che spesso accompagnano la genitorialità in situazioni di crisi».



Spesso c'è rancore tra gli ex partner...

«Anche quando un genitore mette i figli contro l'altro, lo sminuisce, contrasta le scelte che fa, o non condivide il progetto educativo, bisognerebbe andare oltre il dolore e mantenere un atteggiamento di non giudizio, di apertura, in modo da non mettere i figli davanti a scelte per loro molto difficili: da che parte sto? Con papà o con mamma? Devo mentire per non far soffrire/arrabbiare uno dei due? Purtroppo non è facile. È opportuno ricordare che la genitorialità, separati o no,



porta comunque la possibilità di fare errori. Ma se ce la mettiamo tutta, allora anche quando sbaglieremo, potremo ricominciare. I nostri figli capiranno. Anzi, sarà un bene anche per loro, perché vedendo che non siamo perfetti, ma ci diamo da fare, non si sentiranno costretti ad essere “figli perfetti”».

I figli vanno protetti dal dolore?

«Nel caso della separazione abbiamo la tendenza ad evitare ai figli l'esperienza del dolore. Questo è doveroso, per non manipolarli, per non spingerli nel conflitto coniugale. D'altro lato però, qualche volta questo porta a nascondere il dolore che il genitore vive, a fingere che tutto vada bene, così i figli non se ne accorgono. In realtà se ne accorgono eccome ma, poiché non vogliono a loro volta far soffrire il padre o la madre, si sforzano di finge-

re pure loro che tutto va bene. Così però non sono liberi di esprimere le loro sensazioni ed emozioni, anche negative.

«Non si tratta di “scaricare” il dolore addosso ai figli, ma di ammetterlo, di riconoscere che quella situazione fa male, che quella cosa non si capisce. L'importante è offrire la propria esperienza, non il giudizio sull'altro: “Questo non mi fa piacere, questo non lo capisco, ma ci sarà un motivo...”, e nello stesso tempo ribadire al figlio che comunque gli si vuole bene, che ci dispiace che lui si trovi in mezzo a queste situazioni poco chiare. C'è una grossa differenza tra ammettere davanti ai figli il conflitto e la sofferenza, e scaricarglieli addosso».

A volte solitudine e stanchezza sono troppo grandi...

«Può capitare di sbottare, per esasperazione o stanchezza. Se si tratta

Nella maggioranza dei casi sono i padri che, dopo la separazione, si trovano a vivere senza i figli.

di episodi frequenti, accompagnati da punizioni corporali e sgridate eccessive, è un campanello di allarme, un chiaro segno di sofferenza dell'adulto non più in grado di svolgere il suo ruolo educativo, e quindi è necessario intervenire con i mezzi a disposizione.

«Se invece occasionalmente si sbotta o si brontola o si urla, evitiamo di drammatizzare, o di sentirci troppo in colpa. Ci si spiega brevemente o ci si scusa, poi si ricomincia, rimettendoci in ascolto del figlio, in dialogo. Ci saranno momenti in cui lui non accetterà questo dialogo; soprattutto in adolescenza la sofferenza viene espressa con comportamenti di chiusura o aggressività o

indifferenza. Non importa; si può ribadire con la sola presenza la possibilità di un dialogo, nei tempi e nei modi che il ragazzo vorrà. C'è un linguaggio che esprime amore anche senza parole, attraverso comportamenti di cura e attenzione concreta».

E il genitore costretto “lontano” dai figli?

«Sono soprattutto i padri che, dopo la separazione, si trovano a vivere senza i figli. Per di più, spesso la madre ostacola la loro relazione con i ragazzi. È una situazione dolorosa, perché rischiano di perdere il rapporto o vederlo compromesso. Magari il figlio si sente a disagio, non va volentieri con il genitore, vorrebbe andare alla festa dell'amico, proprio il sabato che finalmente il padre (o la madre) riesce a vederlo.

«Qui, però, “lasciar andare” non significa sempre abbandonare, o essere abbandonati. Qualche volta è necessario del tempo perché le soluzioni emergano da sé o possano essere negoziate. Questo non significa rinunciare alla propria genitorialità, ma metterla in atto nei modi e nei tempi più adatti al figlio. Talvolta sembrerà di “perdere il figlio”, ma se il genitore ha pazienza, se non smette di aspettare e di amare, prima o poi il figlio lo cercherà. È importante però che in quel momento il genitore si faccia trovare».

a cura di Pietro Riccio