



# Il bambino e la separazione

*«Io e mio marito abbiamo deciso di separarci. Come dirlo al nostro bambino di cinque anni?».*

Giovanna - Monza

Innanzitutto grazie per la tua lettera che testimonia il desiderio di tutelare il bambino a fronte della sofferenza che state vivendo. La separazione per un bambino è sempre un evento doloroso. Non è mio compito entrare nelle cause che vi hanno portato a questa decisione, anche se vi suggerisco sempre di tentare, magari anche con un aiuto psicologico a voi come coppia, di trovare eventuali possibilità di riconciliazione.

Se la separazione sarà consensuale, è importante che il bambino ne venga informato in modo appropriato alla sua età. Un bambino di cinque anni fa ancora fatica a comprendere che i genitori, pur decidendo di separarsi, gli vogliono sempre bene. Infatti, il piccolo non è ancora in grado di mettersi nei panni dell'altro e tende a vedere le cose dal proprio punto di vista e quindi ad attribuire a sé tutto ciò che capita. A volte pensa di essere lui la causa dei litigi. Oppure cercherà di allearsi con uno dei due genitori per paura di non essere abbandonato. Suggerirei:

1) Comunicate insieme al bambino la decisione dicendo: «Il papà e la mamma hanno deciso di non stare più insieme, ma ti vogliono sempre tantissimo bene. Ci vedremo comunque sempre e siamo sicuri che andrà tutto bene». Se il bambino porrà domande, cercherete di rispondere in modo semplice e breve; se non ne porrà, non dovrete dire più niente, perché il bambino ha il diritto di pensare e anche di piangere.

2) Quando dovrà andare da uno dei due genitori, bisognerà dire: «Sono sicuro/a che andrà tutto bene con mamma o papà».

3) Possibilmente non parlare mai male al bambino dell'altro genitore.

4) Sarebbe bene inoltre che, almeno tre/quattro volte all'anno, andiate insieme da una psicologa infantile per raccontare come va il bambino e farvi consigliare. Le reazioni del bambino saranno diverse, ma dopo un po', se seguirete i consigli, vedrete che tutto rientrerà nella norma. Certo, la ferita nel bambino rimarrà, ma si accorgerà che potrà comunque gestirla, perché, con il vostro comportamento, la ferita sarà umanizzata. Un grosso bacio al vostro bambino!

acetiezio@iol.it

