

MAMMA E PAPÀ SI SEPARANO ED ORA? LA TUTELA, LA PROMOZIONE E IL SOSTEGNO ALLA GENITORIALITÀ NELLE SEPARAZIONI.

Ubimior

Pubblicazione periodica online

Milano, www.ubimior.org/ubimior-rivista.html

Periodicità: aggiornamento continuo

Anno III, n3

Giugno 2016

ISSN 2283-348X

Barbara Volpi

psicologo clinico e psicoterapeuta, docente presso la scuola dell'Accademia di Psicoterapia Psicoanalitica (SAPP) di Roma

Keywords

Separazione, genitorialità, salute psicologica

Marco 7 anni: *“Io davvero non capisco mamma e papà, ogni volta che vado da papà, mami mette il broncio e non mi parla...e ogni volta che invece devo stare con lei, papà nemmeno mi telefona e io non so nulla di quello che fa. Adesso non parlo più con nessuno dei due perché ho paura di sbagliare e allora preferisco stare zitto”.*

Simona 6 anni: *“Si va bene alcune volte ho sentito la mamma urlare al papà che è colpa sua se faccio la pipì a letto, mi vergogno così tanto quando succede ma non me ne rendo conto perché dormo e magari sogno che la mamma e il papà tornino insieme”.*

Andrea 10 anni: *“Ogni volta che spengo le candeline del mio compleanno esprimo sempre lo stesso desiderio, ormai sono passati sei anni ma per me il sogno più grande è vedere la mamma e il papà di nuovo insieme come quando ero piccolo”.*

La salute psicologica del bambino si sviluppa nella famiglia

La salute e il benessere psicologico dei bambini e delle loro famiglie si struttura nel delicato passaggio della transizione alla genitorialità che la coppia coniugale affronta nel momento in cui nasce il bambino che diventa nucleo e fulcro centrale della formazione della famiglia. Il bambino cresce e si sviluppa in seno ad un ambiente contenitivo di cura e benessere che si distribuisce nei poli di mamma e di papà che sono sì i suoi genitori ma anche la coppia dalla quale è



partito e si è sedimentato il nucleo fondante della famiglia. Il senso del sé del bambino si sviluppa nel corso dei primi anni di vita sulla base della ripetizione rassicurante di scambi comunicativi nei quali viene dispiegato l'affetto e l'amore che i genitori provano per il bambino in una traiettoria di sviluppo funzionale ed adeguata. Questo non significa che essere buoni genitori sia rasentare la perfezione nell'interazione diadica con il figlio ma che tuttavia il caregiver consapevole e attento ai bisogni e alle esigenze del bambino possa comprendere ed interpretare correttamente i segnali espressi negli scambi comunicativi che si incentrano nella routine quotidiana dei cicli sonno/veglia, allattamento, pasti e via dicendo. L'attenzione focalizzata sul bambino, sui suoi bisogni, sui suoi desideri, sulle sue aspettative permettono al genitore di captare un eventuale errore di sintonizzazione affettiva e di procedere alla RIPARAZIONE nel momento in cui percepisce un errore nel processo comunicativo.

Questo processo di riparazione può avvenire soltanto se il genitore non è assorto nel proprio mondo interiore ma è sintonizzato empaticamente sul bambino, ha nella mente il bambino reale e non il bambino immaginario che molto spesso è il ricettacolo di vissuti genitoriali

che vengono proiettati inconsapevolmente su di lui e che ci riportano con le parole evocative di Selma Fraiberg in un altro tempo “con un’altra compagnia di attori”, ovvero l’infanzia dei genitori stessi.

La coppia funzionale si sintonizza e si compatta empaticamente nel delicato passaggio da coppia coniugale a coppia genitoriale, integrandosi nell’assunzione del nuovo ruolo e nel vicendevole appoggio che ognuno può mostrare all’altro nel momento del bisogno. L’attaccamento di coppia, il germe della famiglia, viene a colorarsi in questa prospettiva di una nota aggiuntiva di colore nel quale il legame con il bambino diventa la naturale prosecuzione del processo di innamoramento che nella traiettoria di sviluppo dell’attaccamento sicuro mostra la sua massima espressione salutare.

La ricerca psicologica del XX secolo ha ben mostrato quanto la sicurezza dell’attaccamento nei primi anni di vita predisponga il bambino verso lo sviluppo di un sano senso del Sé. Mamma e papà in questa evoluzione naturale costituiscono i pilastri di appoggio del bambino, che anche nelle situazioni di conflittualità coniugale sono rappresentati come la garanzia del contenimento affettivo nel quali si è nati e che si intende conservare anche a discapito di una sofferenza interiore di cui il bambino spesso si fa carico e assunzione di responsabilità. “È colpa mia se mamma e papà litigano” dice Andrea 6 anni “se non avessi fatto i capricci ieri sera papà non si sarebbe arrabbiato con la mamma”. Giulia 8 anni invece si confida con la maestra Teresa e dice: “alla fine credo che mamma e papà non stiano più insieme perché così è più facile sopportarmi. Credo che si siano separati a causa mia”.

Da coppia coniugale a coppia genitoriale: la ristrutturazione del nucleo familiare nelle separazioni

La separazione dei genitori rappresenta per il bambino un vero e proprio lutto che il bambino cercherà di elaborare e metabolizzare nel corso del tempo e che verrà attutito nel momento in cui egli riuscirà a percepire la singolarità della mamma e del papà come individui a sé stanti e non più come coppia ma soprattutto quando

arriverà a sentire che l’affetto, la cura, la dedizione viene mantenuto e garantito con ognuno di loro separatamente. Questo bisogno di rassicurazione tuttavia molto spesso viene dileguato e non compreso nelle complesse vicende della separazione coniugale che nel coacervo emotivo di recriminazioni, rancori, conflitti e rabbia porta i genitori ad allontanarsi dal bambino e ad un ripiegarsi dei genitori su aspetti egoistici e conflittuali che alla lunga possono generare una profonda lacerazione nell’iter evolutivo del bambino stesso.

La coppia genitoriale funzionale come abbiamo osservato, seppur non priva di rischio nel commettere errori può accorgersi di aver perso il punto di vista del bambino e procedere alla riparazione affettiva ma, nel corso delle separazioni può accadere, che soltanto un genitore sia in grado di attuare questa assunzione di responsabilità a discapito dell’altro e del bambino che assume la veste inconsapevole di strumento di rivendicazione psicologica di un torto subito.

Le reazioni del bambino alla separazione da una figura affettiva di riferimento, come ben sappiamo dalla teoria dell’attaccamento, è inizialmente di PROTESTA (“non è vero, non ci credo”), di DISPERAZIONE (molto spesso nei bambini assistiamo ad una regressione temporale delle fasi di sviluppo) e di DISTACCO (nel quale il bambino torna alle situazione quo ante).

Nel momento difficile e delicato di una *separazione coniugale*, il nucleo familiare deve ristrutturarsi sul polo *esclusivo* di coppia genitoriale e il bambino può rimanere invischiato in complesse dinamiche conflittuali, facendosi spesso portavoce e depositario inconsapevole, di conflitti interni che possono ostacolare il suo normale iter evolutivo e minare il suo benessere psicologico.

I bambini agiscono in comportamenti quello che non riescono a dire

Come ben ci ricorda Bertrand Cramer i bambini agiscono in comportamenti quello che non riescono a dire e molto spesso nella dinamica della separazione dei genitori, il sintomo psicopatologico che il bambino esprime serve per cercare di mettere pace in una situazione

conflittuale ma anche il canale comunicativo per dire: “mamma, papà ci sono guardatemi”, “tornate a prendervi cura di me”, “non mi abbandonate”, oppure “è colpa mia”.

La rottura del legame tra i genitori potenziata molto spesso da un livello molto elevato di conflittualità fa riemergere nel bambino, in modo patologico, ansie arcaiche, timori, di abbandono, ansie persecutorie e depressive, che denunciano in modo inequivocabile una mancanza assoluta di punti di riferimento chiari e rassicuranti da una parte e dall'altra la ricerca ansiosa di trovare qualcuno sul quale appoggiarsi che possa non “tradirlo” come hanno fatto tra loro i suoi genitori. Tutto ciò lo costringe a cercare a qualsiasi prezzo la garanzia e la certezza di riferimenti attivi stabili. Sono situazioni emotivamente importanti che non sono tuttavia specifiche delle separazioni, ma che si ritrovano anche in condizioni di non separazione, quando le relazioni familiari sono disfunzionali e patogene.

L'elemento patologizzante dunque non è la separazione in sé, ma il tipo e qualità di relazione che, sempre esistita nella storia di queste coppie, che viene espressa in modo esplosivo e condensante dal punto di vista emotivo, nel momento in cui l'argine della famiglia si spezza e ognuno deve ristrutturare il proprio ruolo su un'individualità che spesso si è perduta o che non viene accettata.

Lavorare in team per il benessere dei bambini e dei loro genitori

In termini preventivi, appare indispensabile che sia incoraggiata, anche negli ambienti legali e giudiziari, una cultura che promuova l'utilizzazione della consulenza psicologica per il disagio dei figli e per le coppie separate. Consulenze attraverso cui il conflitto possa essere letto in termini di disagio emotivo, disinvestendo le proprie energie dalla battaglia legale. La consulenza psicologica ai bambini e a loro genitori può essere un utile strumento di prevenzione che favorendo la tutela, la promozione e il sostegno alla genitorialità anche nelle separazioni permette la ristrutturazione del nucleo familiare in termini di salute mentale. La sensibilità di alcuni giudici sta rinforzando il successo di questo strumento, ed è auspicabile che professionisti dell'area legale

discrimino o orientino le coppie in conflitto soprattutto quando questo appartiene più all'area delle emozioni che non all'area del diritto, garantendo al bambino una traiettoria evolutiva funzionale anche nel caso delle separazioni.

Lo psicoterapeuta in questo caso può far da tramite utilizzando le sessioni di gioco con il bambino per tradurre e trasmettere ai genitori il disagio espresso e permettere il passaggio ad una nuova genitorialità basata su confini e strutturazioni diverse che garantiscano al bambino un senso nuovo della famiglia.