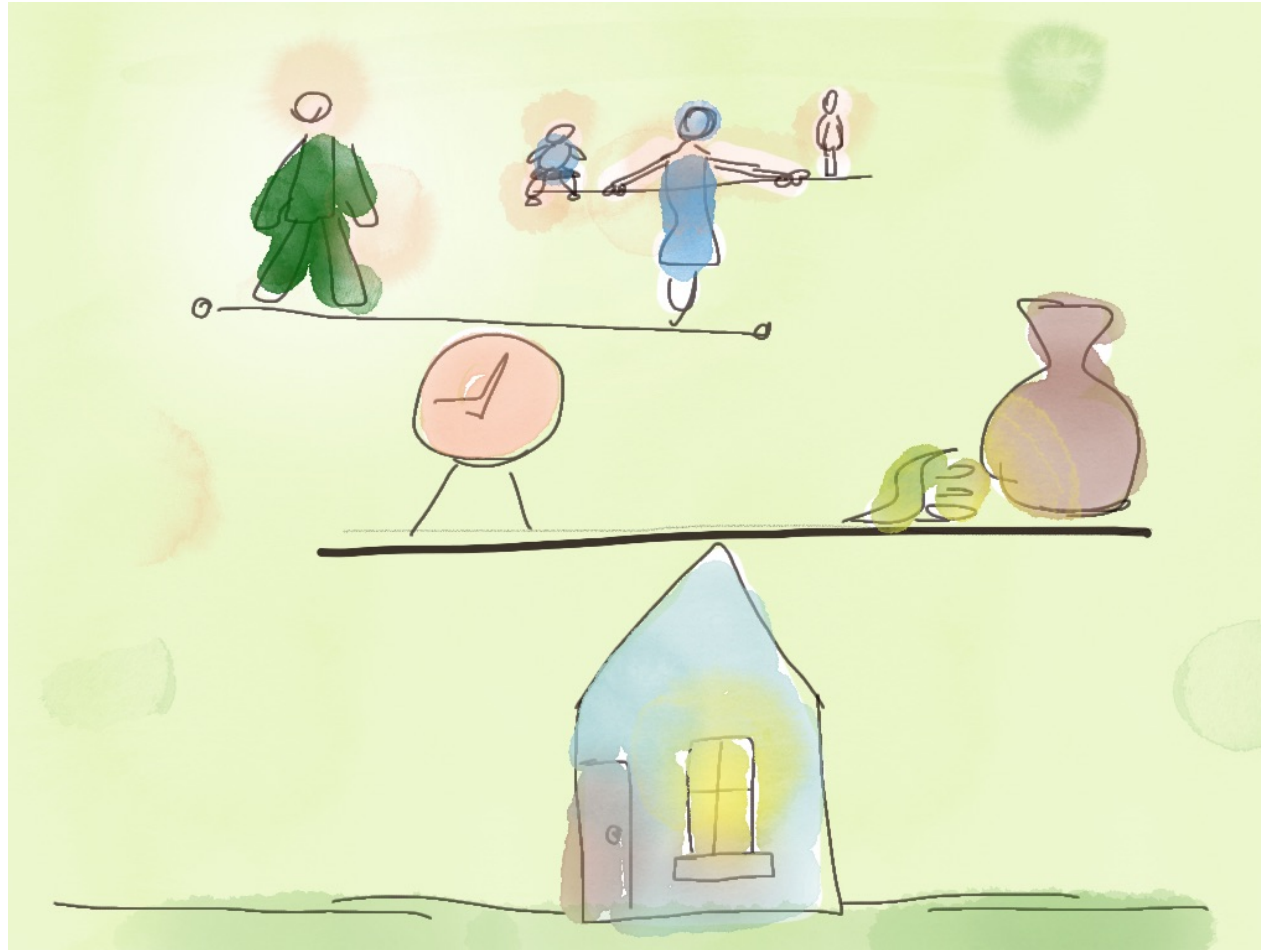


Avvicinarsi a chi è separato



Una STORIA

COMINCIA DALL'INIZIO

La formazione
della coppia

è il risultato di un
continuo e
delicato lavoro....



....di mediazione e traduzione

dei desideri e bisogni individuali
delle storie e culture di entrambe le
famiglie

e di tutte quelle norme, valori e vincoli
sociali del contesto socioculturale di
appartenenza

passaggio
dall'innamora
mento
all'amore



Si arriva ad accettare l'altro nella sua
realtà ed a farsi conoscere nella realtà

La possibilità per una coppia di formarsi dipende anche dalle modalità con cui ciascuno e la coppia si pongono con le famiglie di origine.

Cosa può portare alla separazione?

Le situazioni in genere sono molto complesse

NON SI RIESCE A DARE LA COLPA...AD UNO DEI DUE

Possono essere successi degli avvenimenti che rendono più difficile stare insieme

- Sposarsi molto giovani o molto tardi
- Dipendere dalle proprie famiglie d'origine dal punto di vista economico o affettivo;
- Avere una famiglia d'origine estremamente vicina o lontana;
- Incontrarsi o sposarsi in corrispondenza di un lutto;

- Sposarsi con il parere contrario, più o meno esplicito, di una o di entrambe le famiglie di origine
- Entrambi provengono da famiglie separate
- I due provengono da famiglie molto diverse sul piano culturale, religioso, economico, politico, etnico
- La prima gravidanza subito dopo il matrimonio
- Avere difficoltà sul lavoro impreviste

Oppure può esserci la mancanza di elementi che rafforzano la coppia

- stare in piedi da soli.
- reciproca interazione paritaria e gratuita
- Essere capaci di esprimere i sentimenti per sapersi far capire e comprendere l'altro.
- Avere impegno sulla coppia e sulla famiglia
- Sentirsi capaci come genitori.
- esprimere le proprie idee
- Avere una relazione soddisfacente

**Ma in mezzo ad una separazione o
un divorzio
non è semplice cambiare
e fare ciò che o non si è mai fatto o non
si riesce più a fare**



Cosa deve riuscire a fare una COPPIA IN SEPARAZIONE?

1 Relazione di coppia:

- Elaborare il senso di fallimento e superare il dolore
- Impegnarsi in una gestione cooperativa del conflitto (perdonarsi e perdonare)
- Ridefinire i confini personali (equilibrio di distanze)

2 Relazione genitoriale:

- mettere in atto forme di collaborazione con l'altro genitore per garantire che entrambi possano svolgere il loro ruolo
- Consentire l'accesso alla storia di entrambe le famiglie di origine

Conseguenze della separazione e del divorzio sulla famiglia

OGGI

Si ridimensionano i risvolti negativi

Si enfatizzano gli aspetti di risorsa.

Il clima verso i separati è cambiato nella
cultura e nella Chiesa

Ma resta un periodo difficile
nei primi due anni dopo l'evento Le
difficoltà sono

- di carattere economico
- di carattere organizzativo
- reazioni negative sul piano emotivo e sociocomportamentale da parte dei figli
- sentimenti di perdita e di rabbia e dolore.
- difficoltà a governare il conflitto

Elementi che influiscono in modo positivo o negativo

hanno molta influenza:

l'età, il carattere, la personalità ed anche il genere dei figli, l'intensità dell'attaccamento all'uno, all'altro o ad entrambi i genitori ed il livello del conflitto tra i due.

E' importante che i genitori abbiano la capacità comunicare ai figli ciò che sta accadendo senza farli sentire responsabili della situazione o di farsi aiutare a farlo, di stoppare comunicazioni distorte di altri componenti della famiglia.

Elementi che influiscono sull'adattamento dei figli alla separazione e al divorzio (Francescato,2006)

- ❖ capacità dei genitori di non mostrarsi ai figli troppo sofferenti o troppo arrabbiati
- ❖ capacità dei genitori di prendere sempre in considerazione, nelle scelte conseguenti alla separazione, le esigenze e le necessità dei figli
- ❖ mantenere tra genitori una relazione cooperativa (darsi l'un l'altro il rispetto che si dà almeno a un partner d'affari)
- ❖ Stare molto attenti e prendere tempo prima di ricostituire una nuova vita sentimentale dando vita a una nuova famiglia

SEPARAZIONE NELLE FAMIGLIE SENZA FIGLI

L'unione viene ricordata o come molto piacevole o molto conflittuale.

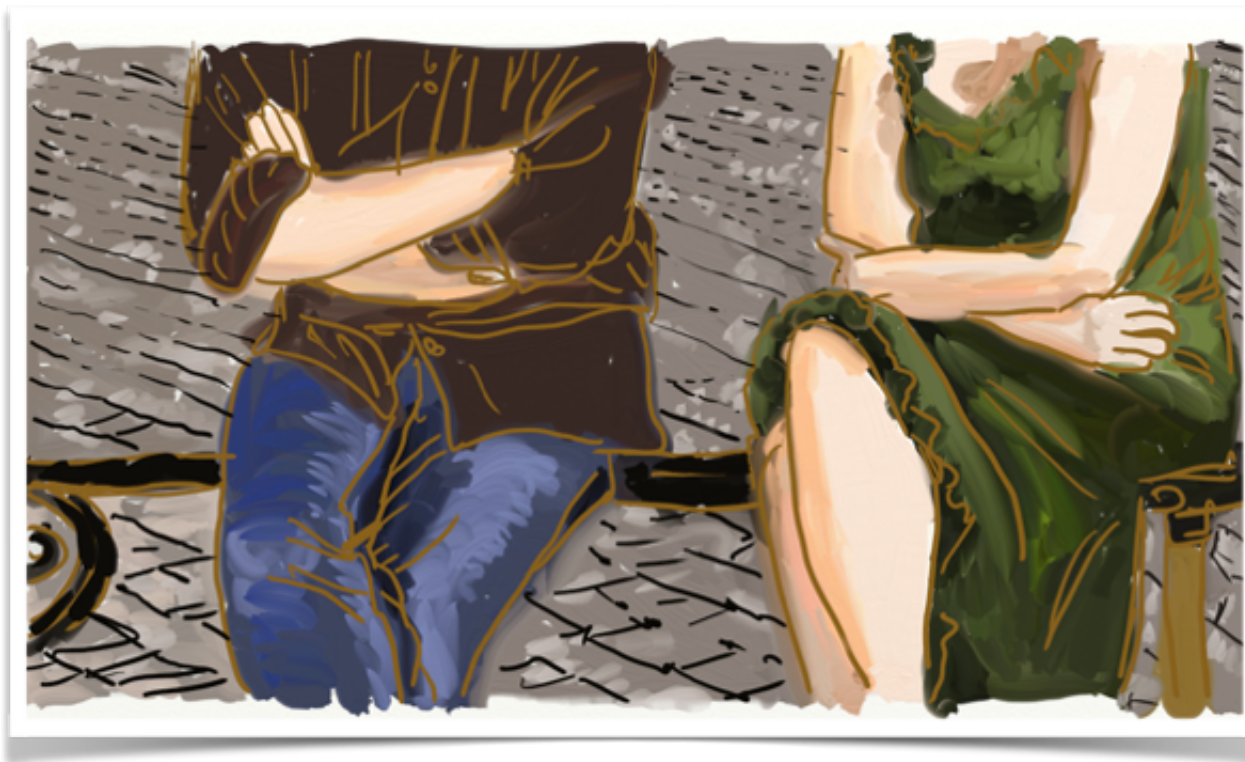
Ci sono meno conseguenze immediate. ma più avanti condiziona i nuovi rapporti che nascono e lo sguardo di chi ci si avvicina.

CONFLITTO

Il conflitto affonda la propria radice nella differenza e sulla difficoltà di gestione della differenza. (Bateson)



Il conflitto, soprattutto nei casi di divorzio giudiziale è un processo che riduce la comunicazione e genera aumento del conflitto a livelli sempre più alti, con posizioni sempre più distanti.



I conflitti profondi che connotano tutta la vita nascono all'interno di una relazione significativa e importante, come quella tra marito e moglie, o tra genitori e figli. Hanno a che fare con la difesa della propria identità e/o con la riaffermazione dei propri valori, convinzioni e abitudini.

I conflitti sono quindi legati al cercare di far crescere la propria autostima nell'aver ragione sull'altro.

La famiglia ideale dentro di noi.

Gli argomenti del conflitto sono vari: riguardano l'ideale di famiglia che abbiamo dentro di noi.

La Famiglia reale

All'interno di una famiglia “serena”, (sia unita che separata o ricostituita) la lealtà ai propri principi comporta flessibilità e tolleranza rispetto alla delusione delle aspettative sul fatto che l'altro condivida in toto quei principi, e si è aperti alla mediazione.

SEPARAZIONE E DIVORZIO

Il tradimento dei valori ereditati dalla famiglia d'origine rappresenta frequentemente un motivo di tensione che ha indotto alla separazione: è importante considerare i modelli culturali di appartenenza della coppia per comprendere le ragioni del conflitto.

SEPARAZIONE E DIVORZIO

Per ridurre il conflitto occorre far emergere i lati positivi delle due diverse famiglie d'origine della coppia soprattutto nell'interesse dei figli.

ACCOMPAGNARE DOPO LA SEPARAZIONE

Si può aiutare la coppia a pensare possibile che ciascun genitore possa trasmettere i propri valori.

ACCOMPAGNARE DOPO LA SEPARAZIONE

Di fronte ad un forte conflitto è utile spostare l'attenzione dal contenuto del conflitto alla forma in cui si esprime: se c'è aggressività di linguaggio questa può essere segno di grande sofferenza della persona e della coppia.

USCIRE DAL CONFLITTO

Vivere significa risolvere i conflitti e le coppie serene li risolvono perché accettano le differenze e trovano punti in comune.

SPERANZA

Con il tempo si può uscire dal conflitto ed i figli possono arricchirsi delle due "culture genitoriali" alla pari.

Gli effetti del conflitto sui figli sono notevoli:

Conflitto di lealtà

Senso di confusione

Disorientamento

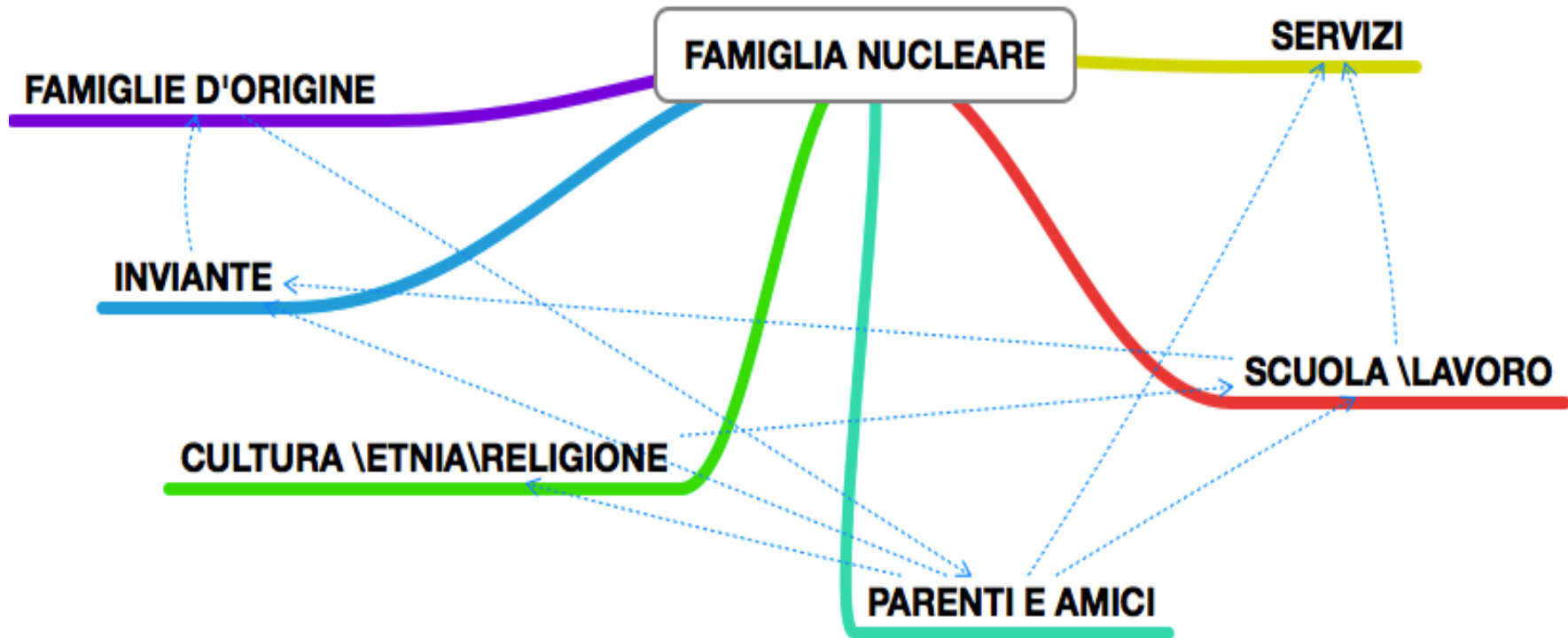
Aumento di aggressività

Addirittura arrivare a sintomi
psicosomatici e patologici

Sistemi coinvolti nella separazione

Tutti i sistemi intorno alla coppia sono parte nella dinamica del conflitto e lo possono ridurre oppure amplificare sostenendo l'una o l'altra parte

Sistemi coinvolti nella separazione



UTILE SAPERE

I percorsi per aiutare una coppia a costruire una buona separazione

Sono molti e differenti.

E' molto utile conoscerli e consigliarli, perché il giudiziale aumenta il conflitto gli altri meno:

Separazione e divorzio Giudiziale

Negoziazione assistita

Pratica Collaborativa

Mediazione familiare

GRAZIE