



STARE IN RELAZIONE CON I FIGLI “DELL’ALTRO”

Che ruolo si ha nel rapporto con i figli del Partner? Come si possono creare nuovi equilibri in una nuova famiglia dove i ruoli sono da ricostruire?

A seguito di una separazione, l'attenzione è rivolta principalmente:

- alla nuova gestione familiare (compresa la situazione economica)

- ai vissuti dei coniugi separati
- alle emozioni dei bambini coinvolti in questa scelta così difficile.

Con il passare del tempo, gli ex coniugi, nella speranza che restino consapevoli che ci si separa dal partner e mai dai propri figli, investono in molti casi in una nuova relazione affettiva. Spesso il nuovo partner entra in relazione con i figli nati dalla relazione precedente arrivando ad assumere un ruolo molto difficile da definire; vivere con i figli dell'altro non è certo cosa facile ed immediata, in particolare se non si è consapevoli di quante dinamiche entrano in gioco.



Premesso che non ci sono regole definite per gestire questa situazione, ci sono invece degli elementi di cui tener conto affinché il nuovo compagno (o la nuova compagna) non rischi :

- di indossare le vesti di un "terzo sgradevole" con un ruolo forzato di "matrigna o patrigno" (termini peraltro che non evocano certo vissuti positivi)
- di entrare in conflitto con i figli (carichi di un bagaglio di

emozioni conseguenti alla separazione e al rapporto più o meno sereno con i genitori e tra i genitori stessi)

- di essere sostanzialmente ignorato all' interno del nuovo nucleo familiare. In prima istanza è necessario comprendere che non si può avere tutto e subito; è un processo che richiede attenzione, sensibilità, molta **pazienza** e la consapevolezza che il tempo richiesto per una nuova armonia familiare dipende da molte variabili. Uno dei primi aspetti di cui tener

conto è lo **stato d' animo** di ogni protagonista di questa nuova avventura:

- i figli hanno una ferita profonda da elaborare (la riparazione di questa ferita dipenderà in gran parte da come i genitori gestiranno la separazione), d' altro canto hanno comunque il desiderio di recuperare serenità e di avere una famiglia che rappresenti un serbatoio di risorse;
- il partner che ha affrontato la separazione porta con sé molte emozioni, in particolare rispetto a se stesso, ai figli e al nuovo compagno/a; spesso è impegnato nel trovare il modo "giusto" per far stare bene tutti. Questo obiettivo può, in alcuni momenti essere fonte d' ansia o di preoccupazione, soprattutto all' inizio, quando ha l' impressione che le cose non funzionino;
- **il terzo genitore**, come definito dalla psicologa e psicoterapeuta Anna Oliviero Ferraris, può provare emozioni contrastanti all' interno di questa situazione, avvertendo un senso di smarrimento, rispetto al suo ruolo dalla sua possibilità di integrazione nel nuovo contesto. In diversi casi si sente escluso, tagliato fuori da dinamiche affettive in cui sembrano essere inclusi solo i genitori legittimi e i propri figli, portando con sé una quota di sofferenza che non sempre viene riconosciuta e compresa dal partner.



Il nuovo compagno ha bisogno di sentire che il partner si è separato non solo legalmente, ma soprattutto

emotivamente dall' ex coniuge, per instaurare un rapporto di fiducia e complicità, che possa essere la base per affrontare il processo di creazione di una famiglia mista e non tradizionale.

I partner che arrivano dopo una separazione nutrono spesso il desiderio, magari inconscio, di essere accettati, integrati e voluti dai bambini/ragazzi con cui entrano in relazione; se questo non accade in tempi brevi, possono sentirsi frustrati e/o esclusi dagli stessi.



Questi descritti sono vissuti legittimi; perché questa frustrazione non diventi una gabbia emotiva da cui farebbero fatica ad uscire, è molto importante che i nuovi compagni tengano presente chi ha il ruolo dell' **adulto** e chi del **bambino** e che il "volersi bene" richiede conoscenza reciproca, tempo, confronto e comunicazione sana. E' buona regola che il **terzo genitore** lasci nei primi periodi la gestione delle regole e dell' educazione al genitore legittimo e che si focalizzi maggiormente nella comunicazione con i figli del partner. Rispettare le loro opinioni, non assumere un atteggiamento giudicante, fare da contenitore alle loro emozioni, dimostrarsi entusiasti per ciò che propongono, sono solo alcuni dei modi che il nuovo compagno può utilizzare per entrare in relazione positiva con i bambini che fanno parte della loro vita; restando nel piano del rispetto reciproco, non solo da parte loro verso i bambini, ma anche da questi ultimo verso il nuovo adulto con cui imparano a relazionarsi

Empatizzare con i figli di genitori separati, non significa permettere loro qualsiasi cosa; si accettano tutte le loro emozioni, ma non tutti i loro atteggiamenti e comportamenti. Questo deve essere molto chiaro anche al genitore, che non deve farsi accecare dal senso di colpa quando il proprio figlio manifesta delle esternazioni scorrette e non rispettose degli altri.

Con il tempo, se queste dinamiche vengono gestite efficacemente, la famiglia troverà il suo assetto ed ognuno si sentirà ben inserito nel proprio ruolo e nei nuovi spazi, sia fisici che emotivi.

Il terzo genitore, soprattutto quando si sente scoraggiato o lasciato solo in questa "avventura", ha bisogno di sapere che quello che accade nella relazione con i figli del partner non dipende solo da lui o dai figli stessi, ma anche da genitore con cui il figlio vive e **dal genitore che non vive** con gli stessi. Dal rapporto con quest'ultimo possono arrivare elementi

che facilitano o che frenano un rapporto sereno tra i figli e il nuovo compagno/nuova compagna del genitore.



Il messaggio che è importante che arrivi ai figli è che il nuovo partner del genitore porta qualcosa **in più** in famiglia, la sua presenza e il suo amore sono una nuova ricchezza per il contesto familiare. E' bene chiarire loro che, l'adulto

con cui cominceranno a relazionarsi, non porta via nulla in termini affettivi, **ma che sarà una persona in più che dà amore**. I figli non vanno mai posti nella condizione di scegliere tra i propri genitori o i genitori e i nuovi compagni degli stessi; questo può muovere in loro degli aspetti di fragilità emotiva, pagando pertanto loro le conseguenze. Se si è guidati dal buon senso e dalla maturità propria della vita adulta, ognuno può trovare il proprio ruolo nella vita di questi bambini/ragazzi. La mia esperienza professionale mi insegna che è molto importante non sottovalutare questi aspetti, che vale davvero la pena occuparsene, per non dover affrontare in un futuro vicino o lontano problematiche di più ampia portata, scaturite da una gestione poco attenta di queste dinamiche. Nel caso in cui si ha la sensazione di non avere gli strumenti per "uscirne bene", la consulenza psicologica genitoriale può essere un valido supporto.



Consigli per la lettura:

- Anna Oliviero Ferraris , 2016, *Il terzo genitore*, Raffaello Cortina Editore
- Silvia Vegetti Finzi, 2013, *Quando i genitori si dividono*, Oscar Mondadori

La dottoressa Consuelo Maritan si è laureata in Psicologia con indirizzo sviluppo e istruzione. Iscritta all' Albo degli Psicologi del Veneto. Operatore di Training Autogeno di base individuale e a gruppi. Attualmente presta consulenze libero-professionali di sostegno genitoriale e consulenze per pazienti in età evolutiva, nonché corsi formativi per insegnanti e genitori inerenti le tematiche relazionali-affettive di bambini e adolescenti. Si occupa di interventi psicoeducativi per l' età evolutiva e l' età adulta.



Collabora con lo Studio Dietistico Pavan con attività di consulenza individuale per bambini e adulti, e il nuovo servizio di consulenze genitoriali aventi la funzione di aiutare la coppia nel difficile cammino dell'essere genitori.

Nel 2014 ha condotto in collaborazione con lo studio Pavan un corso di formazione gratuito dedicato al mondo femminile composto di tre serate dal tema " Universo donna: percorso di accompagnamento alle evoluzioni del corpo femminile".

Per informazioni
Studio Dietistico Pavan
Via Giovanni Falcone 16 Musile di Piave VE
tel 0421 331981 fax 0421 456889
www.studiodietisticopavan.it