

STRADA FACENDO



Comune di Modena
Assessorato alle Politiche
Sociali, Sanitarie e Abitative

VEDRAI OVVERO condivisione nel gruppo



I genitori si confrontano sulle loro esperienze di separazione

aprile - giugno 2010

“La possibilità di condividere,
ognuno con le proprie esperienze,
fa sentire meno soli”



Conduzione del gruppo e stesura a cura di:
Giovanna Vanzini e ***Marcella Ascarì***

Si ringrazia l'illustratrice ***Licia Canova*** per la collaborazione

Ringraziamenti

Questo “libro” è nato dalle idee di alcuni genitori che hanno partecipato all’Iniziativa pubblica di Strada facendo 2010, che hanno continuato a vedersi e confrontarsi in gruppo sul loro vissuto rispetto al periodo della separazione .

Ringrazio tutti coloro che hanno partecipato a questa iniziativa accettando di raccontarsi e condividere i propri sentimenti, emozioni, sofferenze e speranze, sperando che possa essere utile anche ad altri genitori.

L’Assessore alle Politiche sociali, Sanitarie e Abitative

Francesca Maletti

Giovanna Vanzini: Educatrice professionale, Mediatrice familiare del Centro per le famiglie del Comune di Modena dal 1994

Marcella Ascari: Psicologa, Mediatrice familiare collabora con il Centro per le famiglie del Comune di Modena dal 2007 in rappresentanza del Centro di consulenza per la famiglia

INDICE

	Premessa	3
	I protagonisti	7
	Inizio della storia	13
	Le emozioni degli adulti	15
	Le emozioni dei figli	23
	Un saluto	29

PREMESSA

Il Centro per le Famiglie, in collaborazione con il Centro di Consulenza per la Famiglia, organizza ogni anno (a partire dal 2002) un ciclo di incontri informativi e formativi con esperti rivolti principalmente a genitori alle prese con i cambiamenti che la separazione comporta nella sfera degli affetti e dei legami.

In occasione di questa iniziativa, i genitori vengono informati della possibilità di partecipare, assieme ad altri genitori, a gruppi di confronto sulle esperienze vissute nella separazione.

I gruppi vengono formati sulla base di una iscrizione con apposito modulo che viene divulgato durante le iniziative pubbliche e successivamente, attraverso una telefonata dei conduttori, viene richiesta conferma della partecipazione.

Solitamente la proposta è di 6 incontri a cadenza quindicinale, della durata di due ore, in spazi del Centro per le Famiglie oppure messi a disposizione dai soggetti con cui si collabora.

L'esperienza fatta in tutti questi anni ci ha permesso di cogliere più chiaramente i bisogni portati dalle persone incontrate e di definire più precisamente la finalità di questa attività. Molti partecipanti esprimono la necessità di confrontarsi sulle proprie esperienze di separazione, di condividere le emozioni ed i vissuti. Il gruppo offre l'opportunità di sentirsi accolti e non giudicati, "poi quello che accade è di sentirsi un po' meno soli attraverso il racconto e l'ascolto degli altri".

I conduttori sono Mediatori Familiari formati alla conduzione di gruppi che in quel contesto hanno il compito di facilitare la comunicazione, di garantire la riservatezza relativamente a ciò che emerge, di chiedere il rispetto di alcune regole per il buon funzionamento del gruppo e di restituire una memoria degli incontri fatti.

I PROTAGONISTI

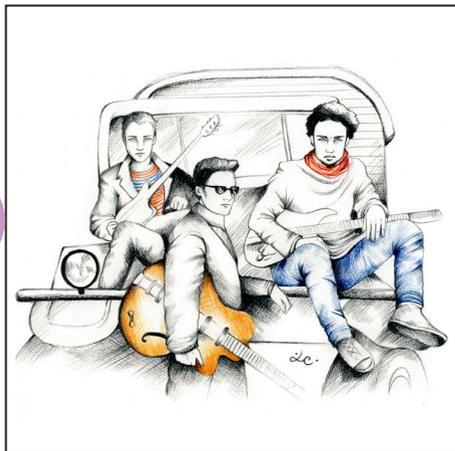
L'inizio di questa storia risale ad un po' di tempo fa... Strada facendo... Quando ci è stata presentata la possibilità di fare un'esperienza di gruppo, per approfondire alcuni aspetti relativi ai vissuti nella separazione, ci siamo un po' intimoriti, a parte alcuni, ma è prevalsa la curiosità perché è sempre grande il bisogno di capire sé stessi e chi ci circonda.

Quel giorno, all'appuntamento presso la Ludoteca Strapapera, lo spazio era familiare, arredato con i manufatti della Ludoteca, le sedie in cerchio attorno a due tavolini; in uno erano disposte le bevande ed alcune caramelle, nell'altro erano sparse tante cartoline e ad aspettarci c'erano le due conduttrici del gruppo.

C'è sempre, all'inizio di ogni esperienza, una fase di conoscenza ed è stato così anche per questo gruppo di cui proviamo a descrivere i tanti volti dei protagonisti.



Ho scelto questa immagine perché mi fa pensare alla musica e al ballo, perché fanno parte della prima parte della mia vita, prima della separazione. Mi ha aiutato a ritrovare me stesso, quella parte di me che era stata sacrificata nell'unione matrimoniale. Mi ha aiutato a superare la solitudine. Tornare ad ascoltare quella musica ti aiuta a ritrovare quella parte di te che si era persa. È stato traumatico, è una cosa che non avrei mai pensato possibile.



Mi ha ricordato una passione nata prima della separazione, passione sulla quale, dopo la separazione, mi sono buttata: il cartonnaggio. La divisione in quattro parti . . . si sente molto dopo la separazione la mancanza di una regolarità. La difficoltà della mia elaborazione è che l'ho deciso io, c'è sempre questo senso di colpa, devo sempre ritrovare le mie motivazioni, devo giustificare con me stessa tutta una separazione per quello che avvertivo come una mancanza di rispetto.

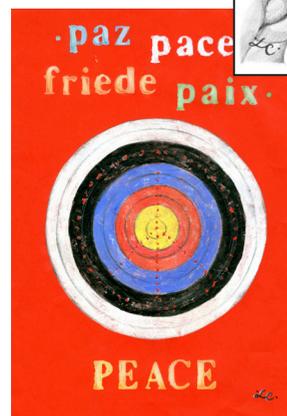


Ho un po' di difficoltà perché la separazione è freschissima. Ora, il problema è mio, sono io che devo superare la cosa. L'estate scorsa ho scoperto che mio marito aveva una relazione da un anno e mezzo con la sua assistente, tre mesi dopo la separazione è andato a convivere. Doppia difficoltà come moglie e madre, il pensiero che loro stiano felicemente con questa persona non è facile da parte mia.



Un centro e un uomo con in braccio un bambino. Sono ancora più indietro di lei, che io sappia non abbiamo avviato niente di legale.

Anche io devo rimotivarmi, mi sto interrogando su queste decisioni che ho preso. Questo è un centro sento l'esigenza di cose centrali, l'altra è sempre un centro sento l'esigenza di concentrarmi sul rapporto padre-figli. Quello che non siamo stati capaci di fare è raccontarci, prenderci il tempo per raccontarci come stavamo cambiando. La mia priorità è la relazione con i miei figli. Siamo ancora pesantemente incasinati. Ritengo di aver preso atto dell'impossibilità di recuperare.



Mi piace il bianco e nero perché mi piacciono le radici e il bianco e nero mi riporta alle foto della mia infanzia che erano in bianco e nero.

Sono abbastanza serena di forma e di sostanza, nonostante il dolore e la sofferenza. Ho conosciuto mio marito a 22 anni, agli occhi di tutti il marito perfetto, la persona che tutte le mamme vorrebbero per le figlie, però per me non è così. Anche io ho avuto sensi di colpa e lacerazioni.

Mi sono resa conto che la nostra vita di coppia era sfinita, ho colto dei segnali a un certo punto di disagio, anche segnali fisici, avevo sempre queste bronchiti, questi segnali psicosomatici, ho cercato di leggere bene le reazioni di mia figlia che non stava bene. Pensavo si potesse star insieme per i figli, non è vero, perché ho capito che l'alternativa sarebbe stata ben peggiore, sarebbe stata fingere.



Ero partita con una penna e un foglio per prendere appunti, ma non ci riesco, l'emotività cresce e ritrovo elementi di me in ogni storia e questo mi commuove.

Mi sento camminare a testa in giù, fare i salti mortali, e poi questi colori contrastanti, ci sono emozioni contrastanti, è come stare sulle montagne russe. Fare i salti mortali anche più di prima della separazione. Perché più di prima? Perché la famiglia di mio marito è molto agiata, venivo da una situazione molto agiata. Ho sentito i nostri progetti finire non so dove, nel fosso e non so perché a un certo punto sono diventate due vite parallele.

Abbiamo capito perché c'era stata una grandissima interferenza della famiglia di mio marito, che ha imposto valori diversi dai nostri.

Quando mi ha chiesto se c'era un'altra persona gli ho detto:

"per fortuna sì, ce ne sono tante, tanti amici che mi hanno fatta sentire adeguata".

Sto ricercando me stessa.

Il rapporto non c'era più, si è freddato negli ultimi 7-8 anni.

Mi sono sentita poco coppia, poco moglie, tantissimo mamma.

Ho sempre pensato che avrei accettato una famiglia di forma, che non avrei fatto vivere ai miei figli la separazione . . .

Sto imparando a esprimere la mia rabbia.



Ho scelto questa immagine istintivamente, attratta dai colori e dal bambino. Pur nella diversità siamo stati felici, a un certo punto siamo stati acqua e olio.



Ho scelto questa immagine con il pinguino perché rappresenta un po' un sogno e a un sogno non bisogna mai rinunciare.

Ho ritrovato la mia libertà, ho avuto un momento di euforia, non ho avuto sensi di colpa, mio marito ha scelto il lavoro a me e io ho smesso di amarlo. Continuo ad essere arrabbiata con lui, la rabbia è un sentimento che penso non svanirà mai.

È complicato, pensavo che con la separazione . . . invece è tutto ancora più complicato.

Ho ripreso le cose del passato, le passioni, viaggiare, andare al cinema. Vado al cinema per sentirmi viva. Perché prima non era vita.



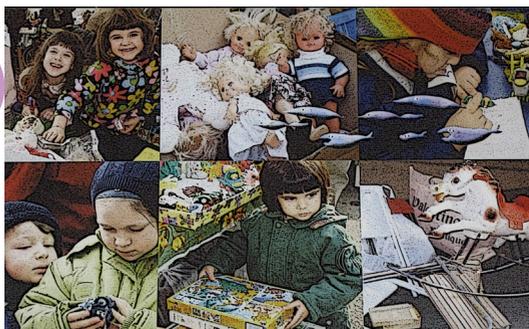
...sono separata da 10 mesi per mia scelta e soffro molto, perché mio figlio di 17 anni vive con il padre e non mi vuole vedere, mentre la piccola di 9 anni abita con me. Più ci penso, più sto male, se avessi saputo che andava così, non so se mi sarei separata. Cerco conforto.



Ho scelto questa immagine con ragazzi che ridono, sembrano star bene, perché vivo una situazione in cui vorrei si ridesse, non si piangesse. Poi c'è anche una faccia triste, qui di lato, ma io sono stato attratto da quelle sorridenti.

Vivo con mia moglie e i miei figli, non sono separato, ma ci sto pensando e pensavo mi potesse essere utile confrontarmi con chi lo sta vivendo. Penso anche io che i problemi di allontanamento tra noi due siano cominciati dopo la nascita del secondo figlio. Non ci si trova più insieme se non per parlare di quanti kilogrammi di zucchine e patate comprare al mercato, di cosa fare il fine settimana, di gestire la quotidianità.

Le cose si trascinano e non vengono a definirsi per le mie paure e i sensi di colpa rimango in un guado e la tensione sale.



..convivo ancora per poco nella casa di proprietà di mio marito. Ho iniziato a chiedere la separazione e sarò io ad andarmene di casa. Siamo stati bene per tre anni senza figli poi con la nascita di mia figlia, che ha 13 anni, il nostro rapporto è cambiato. Lui è straniero e con la complicità della sua famiglia stanno trascinando mia figlia, in modo preoccupante nella conflittualità della nostra coppia. Sto affrontando questa situazione come un lutto, un cancro.



INIZIO DELLA STORIA

Dal gruppo ci aspettiamo:

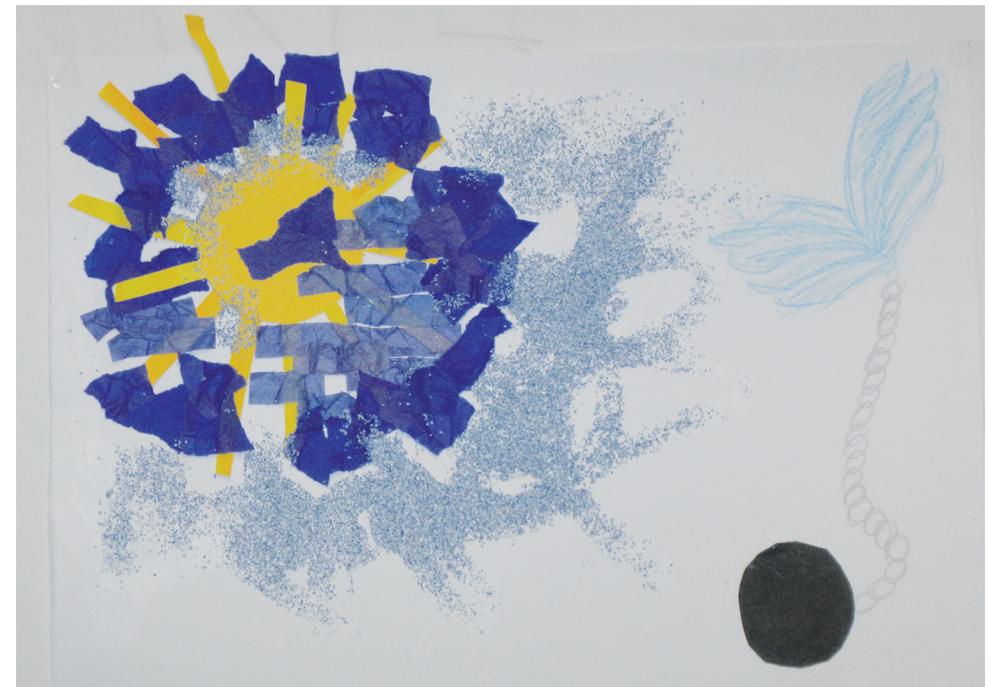
**AIUTO, CONFRONTO,
CONDIVISIONE,
SCAMBIO, SOSTEGNO,
RAGCONTARSI, COMPRENDERE,
ARRICCHIMENTO, CRESCITA,
STORIA, IDENTITÀ, EVOLUZIONE,
CAMBIARE NOI STESSI, CONOSCERE, RESPONSABILITÀ,
CERCARE LE SITUAZIONI GIUSTE ANDANDOSELE A PRENDERE,
VISSUTO, EMOZIONI, TEMPO PER ASCOLTARSI,
CAPIRE, SUPERARE QUESTA SITUAZIONE,
FIDUCIA PER SÉ E PER GLI ALTRI,
SPERANZA,
COGLIERE SPUNTI PER IL FUTURO,
CONOSCERE ME STESSA E LE ESPERIENZE DEGLI ALTRI,
NON SONO UN'EXTRATERRESTRE,
TROVARE ANCHE UN'AMICIZIA.**

LE EMOZIONI DEGLI ADULTI

La separazione è un accadimento, che suscita sentimenti ed emozioni che travolgono e si faticano a riconoscere.

Oggi è tempo di parlare delle emozioni dei grandi, dei genitori, cosa che può aiutarci a capire meglio anche le emozioni dei piccoli, i figli.

Partiamo dalla considerazione che tutte le emozioni sono lecite e si possono nominare, l'importante è cercare di riconoscerle.



Sto prendendo coraggio su tanti versanti, rispetto ai figli e al marito, ad esempio, nel richiedere il rispetto degli orari e del pagamento dell'assegno di mantenimento. Mi reputo una persona buona, ma devo farmi coraggio ed impormi su alcune cose per essere rispettata sia da mio marito che da mio figlio, anche se il coraggio mi impone dolore.

**CORAGGIO,
DOLORE**



Mi sento in una situazione caotica, perché non riesco ad essere serena nell'incastare, dentro questa riorganizzazione, alcune cose che vorrei. Così provo rabbia perché i problemi che c'erano prima della separazione sono rimasti. Forse sono io che ho determinate caratteristiche personali, è il mio modo di pormi nella vita.

RABBIA



Mi accorgo che per me sono aspettative. Vivo e ricomincio, riscopro le piccole cose e che si può ripartire. Ci vuole tempo. Al terzo anno di separazione sono ancora in difficoltà, però certe cose le ho superate. Ho speranza, sto trovando nuove risorse e mi auguro di avere "un porto sicuro".

SERENITÀ



La cosa che mi ha dato forza per reagire ad un matrimonio che non funzionava è stata la responsabilità per me stessa ed in particolare nei confronti di mia figlia. Se non reagiamo a certe situazioni, ci facciamo complici di brutte cose, quali l'arroganza, perciò dobbiamo recuperare coraggio.

Ma sarebbe potuto andare diversamente? Ricordo che ciò che mi ha fatto decidere è che non provavo più un sentimento ed avevo bisogno di provarlo e mi guardavo intorno. Ciò mi ha spaventato, ho preferito chiudere il rapporto con mio marito per evitare di ritrovarmi non a posto con mia figlia. Questo tempo è servito anche a lei per maturare e poter tollerare anche una mia nuova relazione affettiva.

**RESPONSABILITÀ,
CORAGGIO**



...verso sé stessi ed il proprio partner. Sento che avrei bisogno di aver fiducia, ma è difficile perché gli ideali che avevo sono stati messi in discussione. Ci possiamo chiedere se esiste il destino in amore, cosa è l'amore, cosa deve essere e riflettere su come debbano essere intesi i rapporti d'amore. Credo non debbano essere simbiotici o troppo basati sull'appoggiarsi vicendevolmente. Non è facile costruire un nuovo rapporto. Alle volte bisogna ascoltare l'istinto, ma anche dirsi quello che non va.

Come uomo mi sono imposto di avere un buon rapporto con la mia ex moglie, malgrado la rabbia, che è ancora tanta. Come padre, credo che conti di più il mio atteggiamento per un figlio adolescente.

**FIDUCIA,
AMORE E
RABBIA**



L'amore è importante per me stessa, ho voglia di recuperare la parte positiva della mia esperienza, ho voglia di esprimere non di sopportare, perché sento che nella mia storia di coppia ci sono state cose forti. Desidero che emerga anche la mia parte di soddisfazione.

**AMORE,
SOLITUDINE**



Assisto ad una situazione che non capisco nei confronti di mio figlio; ho bisogno di capire, di perdonarlo e di essere perdonata. Non so più cosa fare... L'età dei figli incide sull'accettazione o meno della separazione; fino ai nove, dieci anni sono più in balia degli adulti, nel senso che si fanno guidare, ascoltano le spiegazioni, accettano loro malgrado, la situazione nuova. Mentre più facilmente si insinuano talvolta con giudizi pesanti quando sono adolescenti. Una madre può vivere il terrore che la propria figlia sedicenne decida di andare a vivere con il padre. Si può cercare di capire cosa ci sta dietro questa reazione, quali sono i pensieri che ha. Poi, STRADA FACENDO si troverà una soluzione, perché certi stati d'animo sono transitori.

Quando i figli adolescenti sono maschi, può esserci anche una cultura "maschilista" che definendo certi atteggiamenti... può ostacolare un atteggiamento di ascolto, orientare verso una rimozione del dolore anziché affrontarlo, sopportarlo e attribuire colpe alle madri.

Inoltre ricordiamoci che la scelta di separazione, fatta da una donna, è vissuta a livello sociale negativamente.

**SPERANZA,
PERDONO,
DOLORE**



Mi rendo conto di quanto sia difficile generalizzare. Prendo ad esempio la mia situazione dove sono "il perseguito", quando è stata ventilata la separazione, perché, amo un'altra. Sono io il colpevole.

Potersi esprimere, lasciarsi andare è bello, ma sono lacerato, e non so scegliere con la certezza di fallire comunque. Mi aspettavo più comprensione da mia moglie. L'incontro con l'altra è stato come una "folgorazione sulla via di Damasco", non credevo possibile di potermi innamorare ancora. Non so trovare una soluzione che mi soddisfi. Il problema c'è.

LACERAZIONE E FALLIMENTO



E' il nome di un bambino, figlio di una ragazza di 17 anni nato pochi giorni fa in una successione di situazioni assurde, che mi ha fatto riflettere su due aspetti: il diritto di esistere e il bisogno di trovare la forza per affrontare la nostra vita. Partiamo con speranza anche se non so più cosa vuol dire e che peso devono avere i sentimenti ed il contratto d'amore. Sento che è importante far emergere i legami, dobbiamo imparare a farlo noi adulti e procedere mettendoci alla prova con un pizzico di orgoglio.

ALESSIO



La situazione che vivo in questo momento crea particolare sofferenza, sto cercando di modificare i termini del rapporto e non ci riesco come vorrei. Le decisioni che mi sembravano condivise non lo erano. C'è da contrattare per ogni minima cosa. Vivo questa ambivalenza, questa duplicità. Il controllo asfissiante di lei mi provoca sofferenza. Il sollievo provato inizialmente di ridefinire i ruoli è messo continuamente in discussione.

SOLLIEVO, SOFFERENZA

*Senso di colpa, che quasi quotidianamente torna fuori.
Amore, mi aiuta a dare un senso alla mia scelta e togliermi questo senso di colpa. Nella mia mente ci si sarebbe lasciati solo per cose gravi, invece è stato per questioni caratteriali, l'amore è scemato.
Pensare a una vita senza amore mi intristisce moltissimo.
In questo momento la cosa che più mi rappresenta è l'incertezza.
L'amore ha iniziato tutto questo . . .
Amore col punto di domanda . . .
Nel mio futuro tornerò a provare questo sentimento? Per ora sono molto lontano . . . più va avanti più mi dico . . . ma . . . aiuto . . .
Penso sia un buon esempio verso i figli, aver seguito i sentimenti.
Mi accontento dell'amore di mia figlia.
Il senso di colpa l'ho molto legato all'amore.
Certe sue qualità mi hanno fatto capire che l'ho proprio sposato per quelle.
Il suo essere autoritario . . . mi trattava come una figlia . . . o io o lui.
Se sono stata così importante come hai fatto a perdermi senza ascoltare i miei bisogni le mie necessità?
Poteva essere una coppia che poteva funzionare . . .
Per essere me stessa mi sono dovuta distaccare da lui per rispettare i miei interessi.*

**INCERTEZZA,
AMORE,
SENSO DI COLPA**

*Per me è importante parlare di emozioni in generale, sono molto razionale . . . parlare di emozioni . . . non sono abituato . . . mi sto riducendo ultimamente.
Felicità, sono separato da cinque anni, mi ci sono voluti molti anni per ripensare all'amore. Da otto mesi ho una compagna, questa è felicità. È legata c'è l'ansia, si è liberata con la felicità, forse è il timore di perderla la felicità.
Che bello . . . nessuno ci educa alle emozioni . . .
Il fatto di capire certe cose ti sprigiona ansia, è l'altra faccia della stessa cosa.
L'ansia è salutare è un segnale di pericolo.
Una cosa che abbiamo imparato da questa esperienza: separare vuol dire fare un'operazione per proteggersi.
Per razionalità cerco sempre di trovare una causa per rimuovere il malessere.*

**ANSIA,
FELICITÀ**

*Parlo della mia ansia così abbiamo due ansie diverse.
Ho avuto una separazione complessa.
Nel momento in cui mio marito è uscito di casa ho vissuto il sollievo di riappropriarmi di me.
L'estate scorsa mi definivo una farfalla leggera. Ho incontrato un altro e ho smesso di dormire, sono emersi i sensi di colpa.
Delusione, il principe azzurro non esiste.
Sfinimento, adesso ho male dappertutto, somatizzo.
Con l'altro sembra di essere sulle montagne russe e io ho male dappertutto.
Equilibrio . . . ho bisogno di andare dal gommista.*

**ANSIA,
DELUSIONE,
SENSO DI COLPA**

*Mi sono separata perché mi sono innamorata di un'altra persona.
È difficile, queste cose si superano se ci si ama.
Senso di fallimento riguarda il rapporto con mio figlio.
Ho messo davanti i miei figli e penso di aver sbagliato, si superano tante cose...mentre sono più difficili da comprendere le emozioni dei figli, e si rischia di perderli. Si può sbagliare per il troppo amore verso di loro.
Gli sbagli fanno parte di un percorso e non vanno rinnegati.
Nella vita è un percorso che puoi ritornare nel punto dov'eri con altri strumenti.*

**SENSO DI
FALLIMENTO**

*Per me è tutto nuovo e così all'inizio mi fa paura.
È una cosa molto brutta, non è che dico di essere un cadavere, ma poco ci manca. Adesso devo affrontare tutte queste cose di tribunale che io detesto.
Le cose sono cominciate quando è nata mia figlia non è colpa di mia figlia, ma è sempre peggiorato. In ogni caso ci faremo del gran male.
Mi dico se riuscirò ad arrivare a una certa età mi considererò fortunata
Lo accetto mi è capitato . . . come quando ti dicono che hai il cancro, te lo tieni, vai dal dottore e gli chiedi una cura ma non sai se sopravvivi.
Lo sto elaborando come un lutto.*

PAURA

Insicurezza, sensi di colpa sono in quella fase in cui sembra che debba decidere. Ansia, anche a me sono comparsi scatti nervosi che non avevo mai provato.

Tristezza, mi sento in una fase ancora molto a metà, ma quando riesco a parlare con mia moglie di questa incapacità di agire. . .

Anche gioia oggi, anche se piove, di essere riuscito a riformulare un'esigenza. Poi mi spaventa tutto l'aspetto a cui non penso neanche: l'istituzionalizzazione della faccenda.

Quando non si è presa una decisione, si convive ancora con colei/ colui che non si ama più, ma a cui ci si sente legati affettivamente da una vita ricorrono i sussulti, gli scatti nervosi, l'unica positività del momento è quella di essere riuscito a riformulare delle mie esigenze rispetto a quella vita di coppia che non sento più come tale. Aggiungo lo spavento per tutti gli aspetti legali della faccenda.

**ANSIA,
SENSO DI COLPA,
INSICUREZZA,
GIOIA, PAURA,
TRISTEZZA**



C'è bisogno di tempo per mettere a frutto ogni cosa, con speranza ed onestà, accettando una dose di solitudine, che può essere anche la perdita di amicizie.

È positivo perché è necessaria a ogni persona. In realtà siamo soli, dobbiamo accettarlo, anzi agire per raggiungere un'indipendenza.

Quando si dice c'è una crisi cerchiamo di metterla a frutto.

Solitudine che ahimè è indispensabile, necessaria . . . non ho mai creduto nel chiodo scaccia chiodo che fa solo un monte di buchi nel muro . . . come tempo necessario per riequilibrarmi, capire cosa sta cambiando in me, per confrontarmi con voi.

Che tutto questo impegno, onestà, cercare di rispettare l'autostima, capire cosa conta per te e tirarlo fuori

**SOLITUDINE,
SPERANZA**



LE EMOZIONI DEI FIGLI

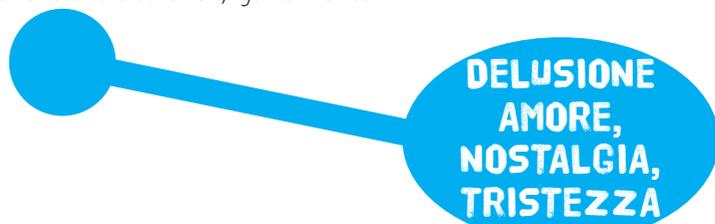
Quando parliamo dei figli, le domande che più volte ci poniamo sono: "Cosa dire loro riguardo alla separazione dei genitori?" "Come stanno in questa situazione i nostri figli?" "Che cosa protegge un bambino o da che cosa va protetto?" "Che cosa è importante per loro tenuto conto delle età specifiche?"

Le considerazioni tengono conto dei diversi punti di vista, del padre, della madre, della storia familiare e di separazione, dell'età dei figli e dell'essere figlio unico oppure avere fratelli.

Quando ad un genitore che si è separato si chiede di parlare delle emozioni del proprio figlio/a emerge una grande commozione, un senso di fragilità...



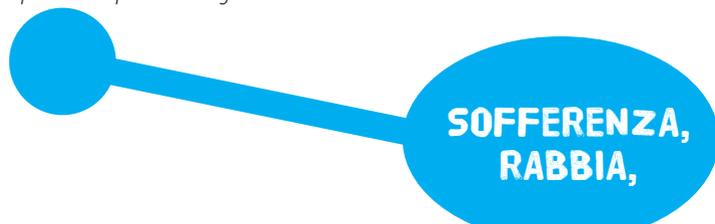
Sofferenza, tristezza per tutto quello che hanno perso: nostalgia, delusione, mia figlia si ricorda bene di quando eravamo insieme e rimpiange quello che non faremo più insieme, fondamentale è che c'è l'amore, i genitori li ama.



Si domanda come mai, è un po' strano che uno sta di qua e uno sta di là, comincia a farsi delle domande. Richiama di più l'attenzione su di sé, tende ad interagire. Non è semplice gestire tutto questo . . . non è facile . . . Questo amore li protegge dalle altre emozioni.



Sono sempre così forte, ma quando si parla dei figli mi sento di una fragilità...



Mia figlia è adolescente, era adolescente quando qualche anno fa mio marito è andato via di casa.

Ricordo che la separazione l'ho voluta io, perché era un matrimonio al congelatore e mi viene da piangere perché volevo risparmiarle tutta questa sofferenza.

Quando l'ho sposato pensavo sarebbe stato un bravo papà. L'ho sempre coperto, mi sono sempre sentita sola. Il matrimonio era congelato, non potevo più andare avanti e sono diventata la mamma cattiva, ha manifestato tutta la sua rabbia nei miei confronti, mi ha detto cose che ti fanno schiantare, ha avuto una reazione tremenda nei miei confronti. Non avevo alternativa.

Mio marito è stato deludente con me e lo è stato anche con lei. Sono schiantata di dolore dentro, lui continuava a comportarsi con lei in un modo assurdo, per me venuto dalla luna.

Ho vissuto anche la sofferenza per lei, la sofferenza che ancora non ha vissuto, che ancora dovrà elaborare.

Ti devo dimostrare che le cose si affrontano con verità e onestà, non posso questa volta ripararti queste sofferenze.

Anni di insicurezza.



Mia figlia ha avuto vergogna, tanta vergogna, all'inizio sono stati anni durissimi, ma sapevo che si sarebbero visti i frutti, ora è più serena.

Questa separazione ha fatto bene, a lei che è più serena, a me, mi ha fatto crescere.

Il progetto più grande è imparare a vivere con lei, farmi conoscere da lei, che è importante.

Attribuisco confusione e vergogna a mio figlio e la speranza a mia figlia.
La più piccola sembra quella che ha vissuto le cose più serenamente dall'inizio, mi sembra abbia preso le cose con consapevolezza, ha capito le cose da subito, è stata lei a dirmi che il papà aveva un'altra donna. Ho visto la sofferenza, ma razionalizzata. Mi sembra stia bene, non posso dire la stessa cosa di mio figlio, che si è arrabbiato molto con me.

È un altro sentimento che spesso ho visto in mio figlio è la vergogna, prima mi sembrava fosse questa mia ritrosia a raccontare, poi mi sono accorta che era lui che si vergognava e adesso il sentimento che mi sembra che viva è la confusione, divisione fra bene e male, io rappresento il male perché sono quella che ci tiene alla scuola e dall'altra parte c'è il papà che lo protegge e lo giustifica, sono il male perché gli sto addosso.

Anche se sono i suoi sentimenti mi dispiace molto, penso sempre come sarebbe stato se fosse andato diversamente, lo vedo confuso.
Mi dispiace non riuscire a infilarmi in questa confusione.

Dopo 16 anni della tua vita dedicata ai figli secondo me è egoismo.

**SPERANZA,
CONFUSIONE,
VERGOGNA**

**DELUSIONE,
RABBIA,
RANCORE**

**RESPONSABILITÀ,
INFELICITÀ**

Non si può e non si riesce ad accettare che un figlio 17enne tratti tanto male la propria madre, usando parole e comportamenti offensivi, toni esagerati, accusatori e soprattutto quando si trincerava dietro un atteggiamento di chiusura completa. Ci si sente falliti di fronte a tutto questo, perché è come se non si fosse riusciti a trasmettere tutto quello che si doveva.

Non bisognerebbe fermarsi solo a guardare i gesti, si potrebbe cercare di capire il perché, dietro ogni comportamento esterno c'è un sentimento.

Questo non giustifica in alcun modo la scorrettezza e la mancanza di rispetto di un figlio verso i genitori, ma ci fa leggere oltre e può aprire possibilità di cambiamento che non si erano previste.

I nostri ragazzi non sono vuoti, quello che abbiamo trasmesso loro c'è, è stato costruito. Le radici ci sono, bisogna lasciare che arrivi il tempo per far uscire anche quello che noi abbiamo cercato di dare loro.

La separazione dei fratelli è una somma di dolore che si aggiunge.

In queste circostanze, le scelte che fanno questi figli adolescenti sono un modo per ribellarsi a situazioni che non accettano. È opportuno non farsi prendere dal disorientamento o dall'angoscia, ascoltare la nostra rabbia e la loro poi, essere pronti a leggere i segnali nuovi che ci danno .. Ci sono diversi livelli da tenere presenti, alcuni riguardano proprio le tappe evolutive che ogni ragazzo attraversa per raggiungere un'autonomia di pensiero e di fatto, altri sono legati al ruolo affettivo ed educativo che giocano gli adulti, in particolare del padre o della madre. C'è preoccupazione per un figlio tanto arrabbiato che possa prendersi delle rivincite facendo di testa propria e, ad esempio, lasci perdere gli studi e si metta su una cattiva strada.

Mi sembra di rivedere mia figlia sentendovi parlare.

Infelicità, perché più volte mi ha detto mamma non sarò mai più felice, mi mancherà sempre questa frattura che c'è nella famiglia.

Adesso chi se ne frega se è da suo padre o da sua madre, il suo mondo sono le sue amiche.

C'è un disagio, ma è il mio che vorrei fare delle cose con lei.

Ho sentito il suo senso di responsabilità quando ci siamo separati, mio marito era in grandissima difficoltà e anche lei se n'è accorta, voleva quasi essere sostegno di suo padre.

*Penso che le cose per i bambini non siano cambiate tantissimo.
Il grande non ha mai manifestato problemi, aveva un carattere del cavolo prima e ha un carattere del cavolo adesso.
Erano da contenere prima, sono da contenere adesso.
Il piccolo tutte le sere chiede dove dormo stasera.
Il piccolo è più rabbioso, ma lo è sempre stato, è agitato.
Poi però, la sera, prima di andare a letto c'è sempre il momento del saluto.*

**RABBIA,
AGITAZIONE**

*C'è stata continuità, loro stanno bene con tutti e due i genitori, il trauma non c'è stato e sono tranquilli, a parte il loro carattere.
L'impotenza è uno dei sentimenti più grossi per me e per i miei figli.*

**CONTINUITÀ,
TRANQUILLITÀ,
STUPORE,
ANSIA,
IMPOTENZA**

*Nei miei ragazzi ho visto stupore e ansia.
Io rivedo le cose che dicevate, sono due maschi anche i miei.*

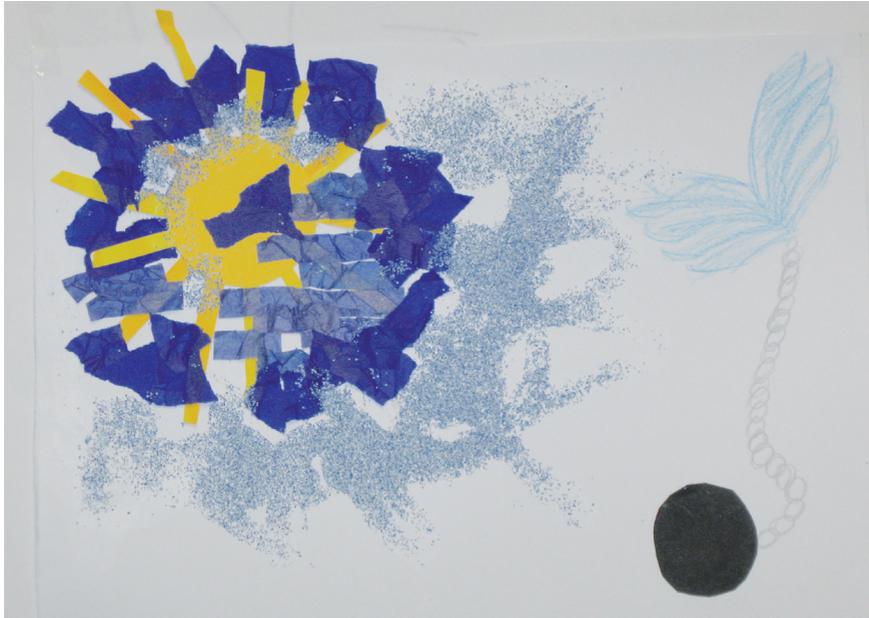
UN SALUTO

Anche un saluto richiede la sua arte.
Proviamo ad immaginare questo pezzetto di strada fatto insieme, durante questi cinque incontri; e lo rendiamo visibile con immagini e racconti, a noi e agli altri, uomini e donne, padri e madri che si ritrovano a vivere un cambiamento familiare così importante

*Tanti cuori spezzati.
Tante persone vicine.
Unite da una catena.
Una strada che rappresenta un percorso.
Tanti cuori spezzati con le manine unite.
Per fare un fumetto.
Non ho disegnato i visi, e perché non sarei stata capace e poi perché ognuno si immagina nello stato d'animo che vuole, ho messo tutti noi e anche chi non è presente, che è sempre venuto ai nostri incontri fuori di qui.*



C'è la palla che sono le pene che ci tengono giù e le ali perché si può volare, c'è il cielo offuscato.



Vedo che dal groviglio, dalla confusione, esce una strada.



Ma chi ci ha illuminato? Per me venire qui è un'illuminazione, un sollievo.

Il bello è stato trovarsi insieme a persone con cui liberamente condividere.

Per me questo è un momento in cui qui mi sento sollevata da pene, mi rasserenano, per me è quasi un'oasi, anche quando tutto è cupo trovo ristoro e non mi capita sempre.

Per me il gruppo rappresenta un porto in mezzo alla tempesta

Ho rappresentato i vari sentimenti: pena, sollievo. . .

Ognuno aveva bisogno di esprimere qualcosa di proprio anche se quello che ci accomunava è esserci trovati bene qui.

Siamo ognuno in diverse fasi.

Qualcuno vede l'aspetto bello e gioioso, essendo venuta l'anno scorso ha già provato la pena, è nella fase di gioia, invece io e altri siamo più nella fase nebulosa.

Incontrare la sofferenza è un'opportunità di cambiamento e crescita se vissuta in un certo modo.



“...hai imparato che della vita bisogna amare tutto:
quello che ci rallegra e quello che ci amareggia, hai imparato il vero
senso della vita....E questo non è una piccola cosa!

Ma non sempre riesco ad amare tutto questo... Sono troppo
debole, e spesso la tristezza mi vince fino alla disperazione.

Tu sai che solo i prediletti della sorte hanno il dono
di conoscere la morte per poter rinascere”

da “Gli occhi dell'imperatore” di Laura Mancinelli - Racconto

*Abbiamo cercato di costruire una storia raccogliendo il contributo di
ognuno, ci piaceva mettere in risalto che comunque è qualcosa di in-
compiuto, una ricchezza che richiederebbe un seguito .*

Il libro magico non ha finale.

...E si svegliò come da un sogno,
circondato da tante persone a lui sconosciute
“Chi sono, dove sono”

Una profonda amnesia procurata dal dolore affettivo
lo aveva colpito e doveva muoversi nel mondo alla ricerca
delle sue radici per la speranza di un futuro.

Le persone intorno a lui sembravano non accorgersi
della sua presenza, quindi era lui che doveva muoversi verso
gli altri per ritrovare sé stesso.

Durante il suo viaggiare trova abbandonato un libro dal titolo
“Radici” e non poté fare a meno di leggerlo.

Era un libro fantastico, quasi magico: poteva essere letto solo
“Strada facendo”.

Così camminando e leggendo ebbe modo di incontrare diversi
personaggi, ognuno con le proprie esigenze diverse ed uguali
alle sue con cui condividere il proprio dolore, ricostruire
il suo passato e progettare un futuro.

Il libro magico non ha fine.

Aumentano le pagine con i racconti dei suoi lettori che
si ritroveranno per capire il finale e proporre la copertina
del libro che verrà.

Condivido.

*Proprio come un'amnesia: è come se poi le cose si vivessero come se
non fossero state vissute prima.*

Cosa strana, stranissima, è come se ricominciassi a vivere.

Per certe cose è come se fossi stato azzerato e avessi ricominciato.

*Perché sei cambiato, sei diverso, è come se fosse un'altra persona che
le vive.*

Un'altra persona a vivere.

Sono vite diverse.

Le radici ci servono anche per dare valore al futuro.

Ritrovare se stessi per poter partire, ritrovare le proprie radici.

*Anche io condivido questa cosa, ultimamente ho avuto bisogno di
ricordare la mia vita di prima di mio marito. Sono ancora dolorante,
ho proprio la sensazione che quella era un'altra vita, questa un'altra.*

Arrivi a un punto che non ti ricordi neanche più chi sei.

Sei
sulla buona strada

Sei un esempio
di uomo che mi
dà fiducia
nel mondo maschile

Il sole per tutti

L'ironia è benvenuta

Vai con
la rieducazione
emotiva

All'insegna
della fiducia
e della speranza

Faccio tesoro
di tutti

Grazie
alla presenza
e competenza
professionale

Un saluto caloroso

In collaborazione con:



Centro di consulenza per la famiglia