

PERCHÉ PROPRIO A ME?

LA SEPARAZIONE VISTA DAI BAMBINI





PERCHÉ PROPRIO A ME?

LA SEPARAZIONE VISTA DAI BAMBINI

Premessa pag. 5

La separazione vista dai bambini pag. 7

1. Mamma e papà si separano pag. 8

2. Come mi sono sentito,
cosa ho pensato pag. 20

3. Litigi e conflitti pag. 32

4. I cambiamenti pag. 44

5. Le risorse pag. 56

6. Lettera ai genitori pag. 68

Cos'è il Gruppo di Parola pag. 74

Un'iniziativa promossa e finanziata dall'Autorità garante per l'infanzia e l'adolescenza Carla Garlatti

Da un'idea di Paola Cavatorta

Contributi di: Benedetta Carminati, Virna D'Antuono, Silvia Lofrese

Produzione Studio Cyan sas

Progetto grafico e impaginazione Antonella Abbatiello, Stefano Baldassarre

Stampa Tipografia Eurosia srl - Roma 2024

ISBN 978-88-944476-9-9

PREMESSA

Perché proprio a me? è la domanda che si pongono i bambini quando vengono informati dai genitori della decisione di separarsi. La separazione non è innocua sulla vita dei bambini e delle bambine perché va a incidere sul bisogno di sicurezza che li accompagna nella crescita. La separazione fa emergere paure, interrogativi, preghiere e altri stati d'animo del bambino a cui l'Autorità garante per l'infanzia e l'adolescenza ha voluto dare "voce".

I disegni, i fumetti e le frasi raccolte in questo piccolo libro, scelti con cura e attenzione dal Consultorio familiare dell'Università Cattolica del Sacro Cuore di Roma, sono il frutto di anni di attività dei Gruppi di Parola per figli di genitori separati.

Il Gruppo di Parola, strumento nel quale credo fortemente, aiuta i bambini a vivere con maggior consapevolezza questo momento delicato della loro vita e far comprendere ai genitori che "separarsi bene" aiuta i figli a vivere meglio.

Attraverso questa pubblicazione, pensata come un viaggio in cui si susseguono immagini talvolta gioiose talvolta tristi, vogliamo trasmettere i pensieri, le emozioni e le speranze che ogni bambino e bambina prova a comunicare ai genitori.

Ogni figlio ha bisogno di sentirsi amato e rispettato, di sapere che i suoi genitori continueranno a prendersi cura di lui e di mantenere con entrambi un rapporto affettivo, anche nel caso in cui si creasse un nuovo nucleo familiare.

Mi auguro allora che le pagine di questo libro, fatto dai bambini e dalle bambine e pensato per i genitori, possano aiutare questi ultimi a porre al centro i figli per costruire una comunicazione nuova e positiva.

Carla Garlatti

Autorità garante per l'infanzia e l'adolescenza

I disegni e le parole – raccolti in oltre dieci anni di Gruppi di Parola realizzati dal Consultorio familiare dell’Università Cattolica del Sacro Cuore di Roma – danno voce ai bambini, raccontano le emozioni che vivono, i dubbi e le domande che si fanno, come affrontano le nuove realtà familiari.



Il Gruppo di Parola è un intervento breve che aiuta i bambini a condividere, raccontare ed elaborare le emozioni legate alla separazione dei genitori.

LA SEPARAZIONE VISTA DAI BAMBINI

Incertezza del futuro, paura di perdere le relazioni più importanti, fatica per adattarsi ai cambiamenti sono le emozioni che la maggior parte dei bambini vive nella separazione dei genitori.

Per molti genitori è difficile riconoscere che per i figli la separazione è un’esperienza dolorosa, che richiede tempo e l’attenzione degli adulti per essere rielaborata.

Il tragitto verso una nuova organizzazione della famiglia è quasi sempre più lungo e sofferto di quello che gli adulti tendono a immaginare, durante il quale i bambini si sentono spesso non visti e non abbastanza considerati nei loro bisogni affettivi. Alcuni dei bambini che ci parlano da queste pagine sono stati esposti a separazioni molto conflittuali e ne portano i segni profondi.

Dotati di una grande forza espressiva, i disegni e le parole dei bambini, che hanno partecipato ai *Gruppi di Parola*, descrivono le tappe più significative del percorso emotivo da loro affrontato. Le immagini sono accompagnate dai commenti del gruppo di lavoro del Consultorio familiare dell’Università Cattolica del Sacro Cuore di Roma.

Questo progetto è stato realizzato grazie all’Autorità garante per l’infanzia e l’adolescenza, che promuove e sostiene i *Gruppi di Parola*, favorendone la diffusione.

I bambini raccontano anche cosa li aiuta a stare meglio, come mantengono o ritrovano la fiducia, come riescono ad affrontare i cambiamenti dovuti alla separazione e a viverli con una nuova serenità.

I bambini spiegano ai genitori, e a tutti gli adulti in ascolto, di cosa hanno bisogno.

Paola Cavatorta

Direttore Consultorio familiare

Università Cattolica del Sacro Cuore – Roma



La separazione è un'esperienza dolorosa per tutti i bambini.
È un evento che mette in crisi le sicurezze dei figli, turba la loro quotidianità, modifica le abitudini di vita.

1. Mamma e papà si separano

NON ME L'ASPETTAVO PROPRIO.
EMILIO, 10 ANNI

HO PENSATO CHE LA MIA FAMIGLIA
ALL'IMPROVVISO NON C'ERA PIU',
CHE TUTTO CAMBIAVA PER SEMPRE.

MARTA, 9 ANNI

La separazione per molti bambini arriva come un temporale, annunciato o improvviso, che suscita spavento, confusione e incertezza sul futuro della famiglia.



1. Mamma e papà si separano

pag. 12/13

Per molti bambini l'uscita di casa di un genitore è il primo cambiamento della vita familiare.

Questo evento, non sempre spiegato dagli adulti in modo chiaro, genera paure, incertezza e perdita di sicurezza. La quotidianità cambia in modi che i bambini faticano a comprendere e accettare.

UN GENITORE VA VIA

QUANDO PAPA' SE NE E' ANDATO
HA DETTO CHE ANDAVA A TROVARE LA NONNA.
IO L'HO ASPETTATO PER GIORNI, PER MESI.
HO SENTITO QUELLA TRISTEZZA
CHE SI SENTE QUANDO
SEI IN UNA SALA DI ATTESA.

GIUSEPPE, 10 ANNI



1. Mamma e papà si separano

pag. 14/15

Alcuni bambini vivono la separazione come uno strappo: dalle abitudini della vita precedente, dai genitori che non vivono più nella stessa casa.

La separazione fa sperimentare un senso di instabilità, cambia l'idea di famiglia e di amore tra mamma e papà. I bambini scoprono che l'amore tra i genitori non è per sempre.

LO STRAPPO

QUANDO MAMMA E PAPÀ SI SONO SEPARATI
SI SON ROTTE TANTE COSE NELLA MIA
FAMIGLIA.

I MIEI GIOCHI RIESCO AD AGGIUSTARLI QUASI TUTTI,
MA L'AMORE TRA MAMMA E PAPÀ
NON C'È STATO NIENTE PER INCOLLARLO DI NUOVO.

LUCA, 8 ANNI



1. Mamma e papà si separano

pag. 16/17



A ME E A MIO FRATELLO
NON PIACE ESSERE
LONTANI.

ANGELICA, 7 ANNI*

**SEPARARSI, A VOLTE, SIGNIFICA
ALLONTANARSI NON SOLO DA UN GENITORE**



**MA ANCHE DAI FRATELLI
E DALLE SORELLE, TALVOLTA DAI NONNI.**

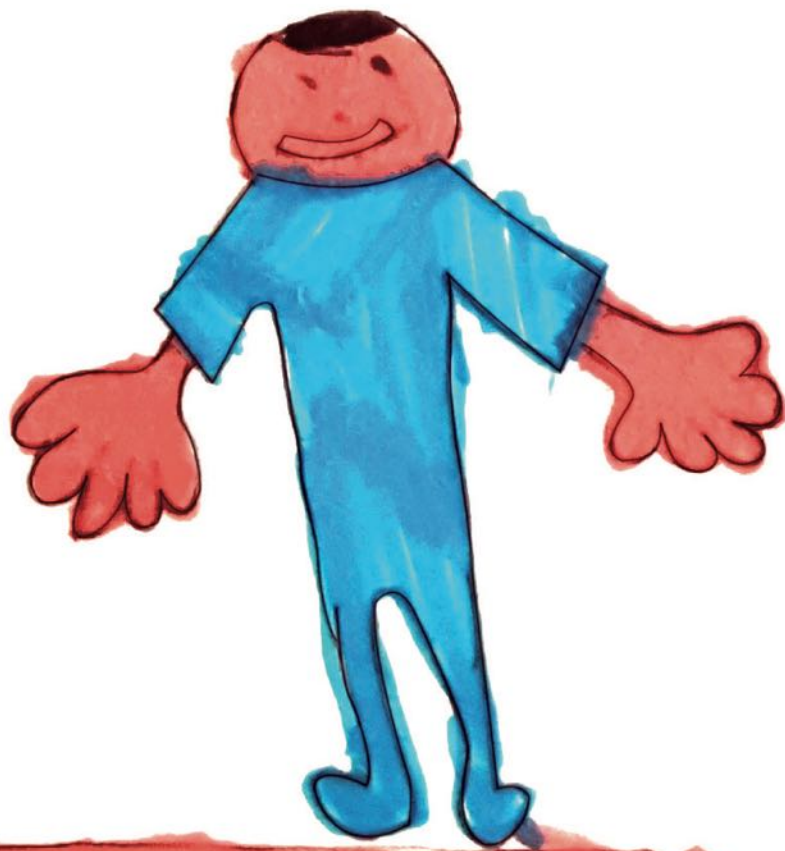
* Angelica ha ritagliato il suo disegno e lo ha ricomposto come un collage per spiegare cosa è successo nella sua famiglia.

1. Mamma e papà si separano

pag. 18/19

QUANDO SI INCONTRANO
NON SI DICONO NEMMENO CIAO.

ANNA, 8 ANNI



LA DISTANZA TRA I GENITORI PUÒ DIVENTARE INGOLMABILE

NON SONO ANDATO IN GITA CON I MIEI COMPAGNI
PERCHÉ MAMMA E PAPÀ NON SI SONO MESSI D'ACCORDO.

ALBERTO, 11 ANNI

I bambini vedono che alcuni genitori faticano a dialogare, aumentano le incomprensioni, talvolta si interrompono le comunicazioni.

Nella distanza è più difficile arrivare a prendere decisioni comuni sulla vita dei figli.



2. Come mi sono sentito, cosa ho pensato

Cosa provano i bambini? Quali sono i loro sentimenti?

Tristezza, delusione, solitudine, preoccupazione, paura, rabbia, colpa, ingiustizia, sfiducia, confusione. Sollievo quando cessano i litigi.



2. Come mi sono sentito, cosa ho pensato

pag. 22/23

HO PIANTO TANTO E MI E' PRESO
UN COLPO E ERO MOLTO TRISTE
E ERO CORSO DA MAMMA
E LI HO DETTO CHE AVEVO SAPUTO
DELLA SEPARAZIONE.

NINO, 6 ANNI

MI E' VENUTO IL MAL DI CUORE.

ELENA, 7 ANNI

TRISTEZZA

I bambini vivono il dolore della perdita di non avere più la famiglia unita.

