

E NOI?

UN TABÙ CHE STA EMERGENDO

Questo tabù riguarda gli effetti collaterali delle separazioni di coppia

Alejandro J. Vivas | Shutterstock



Jeanne Larghero - pubblicato il 19/04/24 (traduzione nostra)

Quanto più sperimentiamo la separazione da chi ci è vicino, tanto più evitiamo di affezionarci, avverte la filosofa Jeanne Larghero. Questa violenza sotterranea è un'ingiustizia per tutti: disimpara ad amare.

La psichiatra e psicoterapeuta Marie-France Hirigoyen pubblica un nuovo saggio, Separazioni con figli (La Découverte), relativo alla situazione dei figli di genitori separati. Ricorda che una coppia sposata su due divorzia, ricorda anche che nel 2023 il 63% dei figli sono nati fuori dal matrimonio. Queste cifre non tengono conto del gran numero di coppie non sposate che alla fine si separano dopo anni di convivenza. È un fenomeno sociale enorme.

Vittime collaterali

C'è un tabù che sta emergendo, quello degli effetti deleteri di queste separazioni: più si investe sul desiderio di un figlio, più questo diventa motivo di conflitto durante le separazioni, più diventa oggetto di manipolazione dissimulata, e più soffre. Si tratta di un tabù che sorge, perché da tempo è stato accettato di minimizzare la



sofferenza dei figli di genitori separati, per evitare di far sentire in colpa i genitori, che devono anche affrontare la loro parte di sofferenza e delusione. Ma la realtà è che questi bambini, testimoni e oggetti del conflitto, se la passano male; i professionisti dell'educazione lo vedono ogni giorno, ma cosa possono dire?

E cosa possono dire le vittime collaterali di queste separazioni, quelle che si credono di second'ordine, quelle che neanche loro hanno chiesto nulla e che da un giorno all'altro si vedono separate da una nuora, da un cognato, di uno zio o di una zia a volte molto amati, separati da un giorno all'altro da persone escluse dalle riunioni familiari, o dalle serate con gli amici... Di questi non si parla mai, come se una coppia fosse una molecola nell'aria, un vaso sopra terra, come se non fossero nati legami profondi con tutti coloro che li hanno incontrati, amati e accolti.

Evita di affezionarti

Gli effetti di queste separazioni sono silenziosi ma significativi. È una separazione anche per tutti gli altri, poiché qualcuno ha "lasciato" la famiglia che ci eravamo presi la briga di accogliere, alla

quale ci eravamo affezionati; e chi se ne frega di te che hai perso questo collegamento? Di solito nessuno, perché non sei in prima linea, e nemmeno tu stesso che pensi di non essere il più colpito. Ma sappiamo da molto tempo, e in particolare dal lavoro di John Bowlby e Mary Ainsworth negli anni '60, in che misura le separazioni, soprattutto quelle avvenute durante l'infanzia, siano un fattore di insicurezza emotiva e danneggino l'attaccamento. Quanto più sperimentiamo la separazione da chi ci è vicino, tanto più eviteremo di affezionarci.

Questa è un'ingiustizia per tutti, perché alla fine tutti disimparano ad amare.

È un meccanismo abbastanza osservabile e semplice da comprendere: se vogliamo evitare di soffrire ancora una volta per la perdita di un legame, per la fine di una relazione, la strada apparentemente più semplice è evitare di attaccarsi nuovamente, e addirittura impedire se stessi dall'amare. Questa è la violenza sotterranea prodotta da queste separazioni di coppia: attorno a loro vogliamo evitare di soffrire ancora, vogliamo evitare di investire energie e sentimenti "per niente". Per proteggerci, ci disimpegniamo. È violento, perché le nuove coppie che si formano dopo che l'uno o l'altro ha vissuto una prima separazione, e che cercano solo di amare ed essere amate, soffriranno anche questa realtà: quella di essere accolte da persone che, lo sappiamo, lo faranno inconsciamente trattenere il loro affetto. Questa è un'ingiustizia per tutti, perché alla fine tutti disimparano ad amare.



emerso dagli effetti delle separazioni ci incoraggi a essere meno individualisti e rafforzi il nostro desiderio di educare alla realtà dell'amore: la pazienza, la fedeltà, il coraggio, l'abnegazione si imparano fin dall'infanzia e sono il terreno fertile per vite d'amore che durano.



Un caso di beneficenza

Per questo il sostegno dato alle coppie che stanno bene così come alle coppie in difficoltà è una questione di carità verso di loro, e verso tutti. Le separazioni possono porre fine a una vita di coppia tumultuosa, fermano i conflitti, non spengono le crisi e spesso ne annunciano altre. Questo tabù