

---

## Genitore e single

**Autore:** Antonella Ritacco

**Fonte:** Città Nuova

**Prendersi dei momenti di riflessione personali perché la maggior parte delle recriminazioni partono dal non sentirsi capiti, rispettati, supportati.**

**I motivi per cui ci si ritrova ad essere genitori single possono essere i più svariati.** Come per ogni cosa, esistono motivazioni ufficiali, quelle che vanno bene per tutti e ci sono motivazioni più intime e profonde, per nulla immediate, che solo gli interessati possono col tempo arrivare a comprendere. Qualunque sia la situazione che conduce a crescere un figlio da soli, **essa non è mai priva di sfide e di dolori** bensì è di una costante rimessa in discussione di sé. Sono sempre possibili cicliche rivalutazioni della scelta intrapresa o ricordi dei vissuti legati a come essa è avvenuta; si palesano gli effetti sulla relazione con i figli sia per chi è presente sia per chi li vede a ondate; si impongono le difficoltà della vita quotidiana e dei suoi costi, ove a volte anche i beni necessari come un tetto sulla testa diventano proibitivi. La propria ed altrui vita viene rivoluzionata. Come si [trasformano le emozioni](#) verso il precedente partner, come si reagisce ai tentativi di riavvicinamento, o quali possono essere i riflessi emozionali davanti alle richieste e velate minacce dei figli che cercano di estorcere un riavvicinamento? Come e quando sono stati innalzati i muri, e dove è iniziato il punto di non ritorno sulle proprie decisioni? Ogni cuore ha certamente le sue ragioni. Quando si è in interazione con l'altro non è facile comprendere quale parte della persona si attiva, la relazione viene vissuta, non tanto meditata. Per questo è importante **prendersi dei momenti di riflessione personale e di coppia** per capire cosa succede e come si può attimo per attimo interagire e dialogare. **La maggior parte delle recriminazioni partono dal non sentirsi capiti, rispettati, supportati**, ma questo è molto probabile che sia anche il vissuto speculare del proprio partner. Oppure ci si accusa di non valere o fare mai abbastanza, come nei casi in cui si sta amando l'altro [ma non nel modo come lui ne avrebbe bisogno](#). Il nostro mondo interno è variopinto e non ragiona ma associa. È facile dunque che alcune [situazioni ne richiamino altre](#) e senza che la persona se ne accorga si attivino i retaggi di vecchie [ferite mai rimarginate](#) del tutto. Se in quei momenti non si è in grado di riconoscere quanto sta avvenendo si genera confusione su sentimenti passati e situazioni attuali. **Per questi motivi prima di chiudere una relazione e prima di iniziarne una nuova è necessario avere chiaro cosa non ha funzionato** e quale è la propria parte di responsabilità, quali campanelli d'allarme non sono stati ascoltati e avrebbero dovuto esserlo. Non ha senso ragionare su i "se" ed i "ma", ha senso imparare a non ripetere gli stessi errori. **Un riavvicinamento** è sempre possibile ma chiaramente solo **se sono state elaborate e superate le cause** che hanno portato alla precedente rottura esso potrà condurre ad esiti diversi. Con le emozioni non risolte interferiscono anche le continue sollecitazioni, provocazioni o minacce dei figli che chiedono la vicinanza affettiva e fisica dell'altro genitore, che non comprendono i motivi dei "grandi" e che per ottenere i loro tornaconti molto spesso attivano sofisticate strategie di triangolazione. Rimanere **genitore neutro e intellettualmente onesto** può non essere sempre facile. Occorre consapevolezza delle proprie decisioni e prontezza nell'assumersene gli effetti, ed avere chiari i limiti ed i confini del ruolo educativo per fare pienamente la propria parte e lasciare spazio all'altro genitore per come egli può esser presente. **Il muro che porta i due ad allontanarsi si costruisce mattoncino dopo mattoncino ogni giorno.** Ci si sveglia un giorno che è già finito. Il tragico non è a mio avviso che il muro ora sia lì. Il tragico è che non si sappia neppure come è stato costruito, che si manchi della necessaria comprensione di come si è arrivati a quel punto senza la quale non si può intervenire. È per questo motivo che ritengo che oggi i percorsi di **"alfabetizzazione all'amore"** siano un **abc importantissimo della relazione affettiva** adulta e che le coppie dovrebbero rimanere in formazione continua. Due naturali conseguenze sono: la paura per le

---

successive relazioni ed i copioni ripetitivi attraverso i quali si ricercano sempre gli stessi tipi di partner a conferma che «tutti gli uomini/ tutte le donne sono così» ed al fine di non cambiare nulla di sé. Inoltre se non è facile essere genitore unico, non lo è neppure conciliare con esso il proprio ruolo di donna o di uomo. **Concludo con alcuni interrogativi aperti** su cui ritengo sia necessario continuare a riflettere attentamente. Che fine fanno il maschile ed il femminile che c'è in ogni essere umano, in che modo trovano ancora spazio di espressione? Come fare in modo che questi cambiamenti non interferiscano con una nuova dimensione di sé né con il naturale processo di identificazione sessuale che si sviluppa tra genitori e figli? E quando l'altro genitore è veramente assente, chi può supplire alla mancanza della sua figura?