



Come dirsi addio senza rancore

Problemi economici, ma non solo. «Chi sceglie una separazione sotto lo stesso tetto lo fa, spesso, per una dipendenza affettiva: non riesce a elaborare il distacco fisico e psichico dall'ex, anche se ha iniziato un'altra relazione. Vuole continuare a far parte del suo mondo». Ne è convinta Maria Luisa Missiaglia, avvocato matrimonialista e autrice del manuale *Separarsi con amore* (Aracne), in cui presenta il metodo dei 7 passi:

un percorso per arrivare a dirsi addio in maniera soft e trasformare il dolore in qualcosa di costruttivo. Ecco:

1. Accetta la realtà
2. Concentrati su te stesso
3. Prenditi cura di te
4. Fai un inventario dei tuoi comportamenti buoni e cattivi durante il matrimonio
5. Sii onesto
6. Immagina un futuro felice per te
7. Trasmetti il tuo cambiamento a chi ti circonda (sì, anche alla tua ex metà).

FABRIZIO MALTESE

LE TESTIMONIANZE

io l'ho comprata e lui l'ha ristrutturata. Abbiamo il mutuo, la comunione dei beni e il conto in banca condiviso. Mio padre è cardiopatico e non reggerebbe il dolore della separazione».

3
Carlotta e Sergio, Roma
«Non ci parliamo: se lo facciamo litighiamo. Ma nessuno dei due si è rifatto una vita»

Ufficialmente sono sposati da 19 anni. Ma il matrimonio fra la 49enne Carlotta, commessa part time, e il 61enne Sergio, commercialista, è finito da tempo. Lui dorme nella camera matrimoniale con la figlia di 10 anni, lei nella stanza della bambina; in casa ci sono altri 2 figli adolescenti. «Il maschio, quasi 18enne, parla poco. Sono andata dalla psicologa per cercare di aiutarlo, ma la dottoressa mi ha detto che è inutile se non viene anche il padre» racconta Carlotta (il nome è di fantasia), esasperata da una separazione fra le mura domestiche che dura da 5 anni e non trova uno sbocco. «Sergio non vuole lasciare la casa, le sue abitudini, lo status quo, ma io non posso andarmene, perché non sarei in grado di pagarmi un affitto e lui minaccia di non darmi un euro. Non parliamo più, se lo facciamo litighiamo e i ragazzi comunque soffrono. L'avvocatessa che mi segue mi ha consigliato di provare la separazione giudiziale, ma io vorrei la consensuale. Non credo che lui me la concederà». Nessuno dei due si è rifatto una vita, le accuse reciproche sono quotidiane: «Lui mi rimprovera di non fare niente, quando sono io a seguire i figli e la casa. Io gli rinfaccio di pensare solo al lavoro, senza coltivare un rapporto con i ragazzi».

ità quotidiana con un distacco questa doloroso. Secondo la psigga Valeria Randone, «è molto a soli il coraggio di separarsi a convivere simboleggia in un'ura di affrontare questo lutto, rizio psichico». Certo, esistono come gli alimenti, il mutuo, i genitori ferire e i figli da non turbare, no il sopravvento meccanismi spingono a procrastinare l'addio ama ancora l'altro, però, non né pillole antidolorifiche. Ma ento si è esaurito per entrambi, re non funziona: soprattutto a essere sinceri, anche se è un atteggiamento omertoso ancora di più».

Intanto la situazione. Naturalnza di questo tipo passa atosizione serena del conflitto. sponsabile della Clinica psiersità Cattolica di Milano, ha alche conseguenza positiva: ncora insieme, senza intimità può condurre a un approccio dei figli, basato su sincerità padri spesso si sviluppa una sabilità genitoriale». Un equiperò non può funzionare «se a, con il rischio di esplosioni di rrbali e fisiche, prevaricazioni» Perciò le coppie separate in supportate con un sostegno ito. Ma le Asl sono carenti».