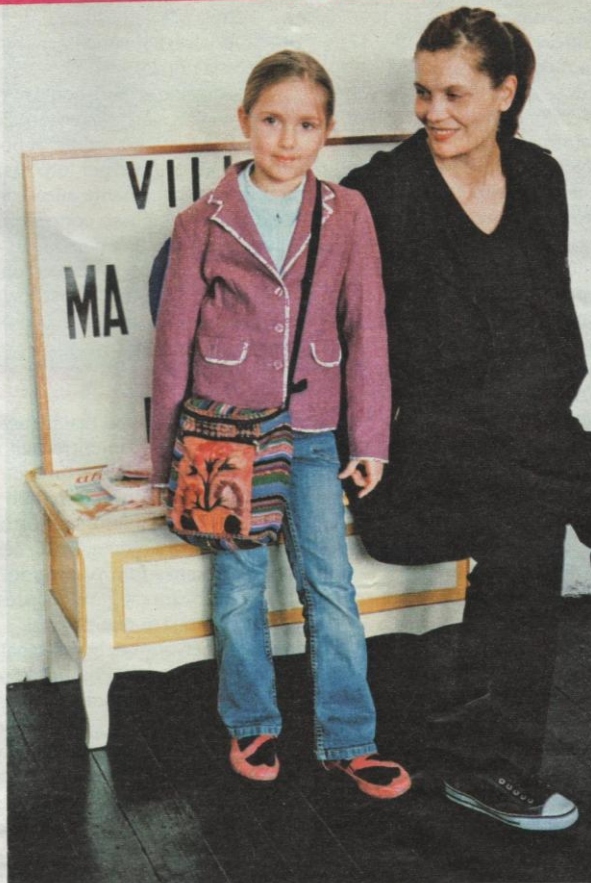


# Ho un nuovo amore come lo dico ai figli?

Ti sei separata o hai perso tuo marito? È stata dura e ora lo è ancora di più se ti sei creata una nuova vita e non vuoi più nascondertela. Ecco come fare, senza ferire nessuno

**di Francesca Milano** Con la consulenza di Chiara Venturi, psicologa e consulente Aiges (Associazione italiana genitori separati)

**D**ivise a metà: da un lato l'amore per i figli, dall'altro l'entusiasmo per una nuova relazione che inizia. Ecco come si sente la maggior parte delle donne che deve affrontare il difficile momento in cui dichiarare ai propri figli di essersi innamorate di un uomo che non è loro padre. È una comunicazione delicata che richiede coraggio, ma anche tanta sensibilità: se i figli sono piccoli bisogna rassicurarli, perché il loro timore è che la mamma venga portata via da un uomo. Se sono più grandi, invece, c'è il rischio che rifiutino l'idea di vedere sostituito il proprio papà. E allora come fare? Con naturalezza, con sincerità e con tatto. Cerca di spiegare ai tuoi figli il tuo stato d'animo, di condividere con loro la gioia di aver trovato un nuovo compagno. Rendili partecipi dei tuoi sentimenti e ricordati che i ruoli di madre e donna non sono inconciliabili. Anzi, una donna felice è di sicuro una madre migliore.



De **O PSICOLOGO**

## Il dialogo prima di tutto

«Il modo giusto per dirlo cambia in base all'età dei figli», raccomanda Chiara Venturi, psicologa.

«È importante spiegare loro che si ha una nuova relazione perché li rende partecipi della vita della madre, ma bisogna farlo mettendoli al centro della situazione».

Per questo la psicologa consiglia di valutare prima l'entità della storia.

«Se il figlio è piccolo», continua Venturi, «è dunque opportuno parlargliene solo quando questa diventa seria. Bisogna infatti evitare che il bambino si trovi ad avere una nuova figura di riferimento solo per un breve periodo:

lo destabilizzerebbe». Meglio tenere segreta la relazione per un po', quindi, almeno fino a che non si è certi che funzioni. Invece è diverso se si hanno figli adolescenti.

«In questo caso», spiega Chiara Venturi, «è frequente che il figlio rifiuti il nuovo compagno. Quindi è necessario dialogare apertamente, essere molto sinceri. Se non affrontato, è un problema che può portare alla sua chiusura». Tutto è più semplice, invece, se i figli sono almeno maggiorenni: «Se hanno anche loro relazioni sentimentali», afferma la psicologa, «è più facile che riescano a comprendere le esigenze della madre come donna e che accettino la nuova relazione».

È meglio poi seguire delle piccole regole. «È importante parlargli a tu per tu, senza altre persone», spiega Venturi. «Il figlio deve sentire che la madre lo ritiene in grado di affrontare un discorso serio a quattr'occhi. Se è piccolo è bene farlo in un ambiente a lui familiare, tipo la sua cameretta, intavolare il discorso con parole semplici e concrete. Se invece è più grande, è più efficace organizzare un pranzo fuori o una gita, e confidargli anche il proprio stato emotivo. Dirgli: "Sono agitata nel parlarti di questa cosa perché non voglio ferirti". Così si sentirà più coinvolto e considerato».