

Utile manuale per rendere un po' più facile un momento difficile:
separazione, divorzio, mediazione e counseling.

A cura di Daniela Poggiolini



IL MEDIATORE : E'...un saggio capitano, lungimirante, che possiede capacità e strumenti per portare i passeggeri che a lui si affidano verso la meta più giusta per loro.

“Strategie e tecniche di PNL per la risoluzione positiva dei Conflitti”

La Mediazione Familiare nasce e si sviluppa in un contesto storico-sociale, quale quello attuale, dove i contrasti familiari e le separazioni sono sempre più numerosi.

Dice CARL WHITAKER: “Credo che la decisione venga presa nel cuore della notte”. In realtà, la decisione di separarsi non è una scelta nata in un solo momento, bensì essa affonda le sue radici in tempi lontani, in precedenti sensazioni di solitudine, di delusione, in ripetute “ferite emozionali” che nel tempo hanno generato risentimento, rabbia e conflitti.

La mediazione aiuta le parti a superare la conflittualità, ad elaborare l'evento separazione o divorzio: risolta la relazione coniugale, i genitori possono impegnarsi nella costruzione di un altro tipo di relazione finalizzato ad una responsabilità genitoriale condivisa sia sotto l'aspetto affettivo che sotto il profilo educativo, al fine di garantire ai figli un rapporto sereno e costante con entrambi i genitori. Il recupero della **co - genitorialità responsabile** rappresenta quindi, oggi, un grande obiettivo da raggiungere.

La Mediazione Familiare, **per essere ancora genitori “insieme”** nonostante la scissione della coppia, si propone come una nuova e indispensabile risorsa volta a sostenere i genitori in conflitto.

Fin dai primi momenti è importante arrivare alla definizione di una piattaforma di accordi: i genitori, prima di tutto persone, hanno la necessità di accettarsi e farsi accettare come singoli individui con propri bisogni ed emozioni; è importante che essi sappiano evitare quelle rivendicazioni dettate dalla disperazione, dal disappunto, dalla rabbia, dalle incomprensioni e che spesso li conducono ad utilizzare i figli quali “ostaggi” della separazione.

Cambiare modello di vita può essere più facile per chi abbandona, magari avendo già impostato una nuova storia; per chi subisce è spesso devastante, non ci sono parole, fatti, esempi che all'inizio possano alleviare il dolore. Solo dopo i dovuti riconoscimenti, può avere inizio la lenta ascesa, la probabile / possibile ricostruzione; e, dopo uno **tsunami** (quell'onda gigantesca di altezza anomala che si abbatte con furia spaventosa seminando morte e distruzione) **dell'anima** la ricostruzione è inevitabilmente lenta.

Questo processo di ricostruzione e trasformazione può essere agevolato dall'atteggiamento - positivo e professionale insieme - del **mediatore** che, attraverso l'empatia e l'accoglienza dei sentimenti dei due coniugi in disaccordo, li accompagna come guida verso un ripristino della capacità di comunicare per poter "essere" pienamente ancora genitori. Una sorta di **mentore capace di far riconoscere e lasciar andare rabbia e voglia di vendette**. I protagonisti del conflitto sono così un padre ed una madre "insieme ancora" al fine di raggiungere un'importante meta: un futuro positivo ed il più possibile sereno per i propri figli.

Possiamo quindi dire che **l'obiettivo principale della mediazione** è portare le due parti a riflettere sulle manifestazioni emotive dei figli, re-inventandosi nuove modalità di interazione, sviluppando capacità che consentano un'adeguata tutela dell'equilibrio psicologico dei minori, spesso lasciati lontani dalla verità, spesso sacrificati in tempi di contesa ed in fredde modalità giudiziarie. Sostenere nell'elaborazione della sofferenza è indispensabile; aiutare la coppia che si separa ed i bambini, i ragazzi, a capire, senza drammatizzare o banalizzare, quanto accade, è determinante. Ascoltando le voci di ciascuno, offrendo esempi, il mediatore può aiutare veramente affinché si producano dei cambiamenti adeguati alle nuove necessità di ciascuno.

L'intervento di mediazione, che si struttura nell'arco di 10-15 incontri, può prevedere, quando necessario, anche incontri con i figli. Gli accordi individuati a fine percorso vengono inclusi in un'intesa finale che rappresenta il risultato di una elaborazione autonoma della coppia.



Il percorso di Mediazione è complesso e spesso difficile.

Si parla di un **Mediatore imparziale** che è invitato da un giudice e/o dai coniugi stessi ad aiutarli a gestire le difficoltà emotive ed organizzative relative alla frattura di quel legame coniugale che non ha più motivo d'essere.

La Mediazione Familiare si presenta quindi come uno spazio protetto di incontro - in un ambiente neutrale - nel quale la coppia in procinto di slegarsi ha la possibilità di negoziare le questioni relative alla propria separazione, agli aspetti relazionali, a quelli economici e organizzativi. I genitori sono portati dal mediatore a rivisitare processi deterioranti e ad elaborare, in prima persona, accordi capaci di rispondere ai bisogni di tutti i membri della famiglia, con una particolare attenzione all'interesse dei figli.

La Mediazione si pone l'obiettivo di rendere la coppia protagonista consapevole del proprio vissuto, responsabilizzandola nella gestione del conflitto e salvaguardando la continuità genitoriale.



I tre **obiettivi fondamentali della Mediazione Familiare** (nell'ottica di una ecologica Programmazione Neuro linguistica) sono:

- **Supportare ed accompagnare i genitori in conflitto** nel raggiungimento di soluzioni reciprocamente soddisfacenti per sé **ed in particolare per i figli.** (*Stato presente e stato desiderato*)
- **Ritrovare una comunicazione positiva** che permetta loro di trovare e **rispettare gli accordi presi** e di essere capaci di inventarne di nuovi in base all'evoluzione dei bisogni di tutti i membri della famiglia. (*Rapporto Empatico e rispetto per le Mappe – ecologia della persona*)
- **Progettare e prevedere quei cambiamenti futuri** che la vita porrà loro di fronte. (*Proiezione sul futuro*)

Data la vastità e, allo stesso tempo, la specificità degli argomenti affrontati durante la Mediazione Familiare, **il percorso che prepara i Mediatori** piennellisti prevede la possibilità di trattare tutte le tematiche inerenti l'organizzazione della separazione, sia nei suoi aspetti emotivi sia in quelli materiali, considerando che tutti i componenti della famiglia in cambiamento sono parte integrante del processo. Gli scambi relazionali tra i componenti della famiglia, considerando anche coloro che girano a latere (come i genitori dei due, fratelli, sorelle, ecc.), sono possibili oggetti di negoziazione dei nuovi patti della coppia separata.

Tra gli aspetti più frequentemente discussi compaiono:

- l'affidamento dei figli;
- l'analisi dei bisogni di genitori e figli;
- la continuità genitoriale;
- il calendario delle visite del genitore non affidatario;
- le vacanze;
- la regolazione dei tempi e dei modi di frequentazione tra i figli e i componenti delle famiglie d'origine;
- le scelte educative;
- la suddivisione di spese e supporti economici;
- la comunicazione della separazione ai figli (quando ancora non è stata attuata realmente);
- la comunicazione rispettosa tra i genitori;
- l'accettazione del nuovo compagno/companna dell'altro;
- la relazione con gli eventuali nuovi compagni dei genitori;
- le problematiche legate alla famiglia ricostituita;
- ecc....

Rispetto alle questioni economiche risultano oggetto di grossi conflitti le negoziazioni delle seguenti tematiche:

- l'assunzione degli impegni economici per i figli;
- la determinazione dell'assegno di mantenimento a favore del partner;
- l'assegnazione della casa coniugale;
- la divisione dei beni comuni;
- ecc....

E' possibile che la coppia stessa senta il bisogno di portare in Mediazione solo alcuni dei temi generalmente affrontati nell'ambito di una separazione, poiché potrebbe avere già elaborato altre soluzioni

in autonomia e in modo soddisfacente. Si parla, quindi, di **Mediazione mirata**: l'apporto di aiuto implica un numero minore di incontri, atti a definire specificamente aspetti riguardanti, ad esempio, la separazione dai figli da parte di chi va via, il calendario degli incontri, le vacanze, ecc..

Il mediatore familiare è quindi un esperto nella gestione dei conflitti, è imparziale e non dà giudizi. Il suo compito consiste nell'aiutare la coppia a riaprire i canali di comunicazione interrotti dal conflitto, fuori da una logica che vuole sempre un vincitore e un perdente... e nell'ottica della negoziazione WinWin.

La posizione del Mediatore è neutrale. Il mediatore non si permette di giudicare l'adeguatezza delle proposte dei partners/genitori e non fornisce mai risposte ai problemi; favorisce, infatti, forme di collaborazione stimolando i partner nell'esplorazione di soluzioni innovative e personalizzate, rispettose del mondo dell'altro.

Indispensabile l'impostazione di un Rapporto Empatico Positivo e l'uso del Metamodello (per una ricognizione congruente dello stato delle cose) e del Milton Model (per inviare messaggi di cambiamento possibile e di risoluzione del conflitto attraverso un rispetto assoluto della mappa dei due interlocutori).

Grazie a tale clima positivo e idoneo alla collaborazione ed al rapporto empatico instaurato con la coppia, il mediatore potrà accompagnare e sostenere ciascun individuo/genitore nella ridefinizione della propria identità personale e nella negoziazione delle questioni relative alla separazione, affinché essa avvenga nel modo più sereno possibile.



Quando non è possibile la mediazione familiare

- Presenza di elevata sofferenza psicologica in uno o in entrambi gli ex coniugi.
- Presenza di percorso legale di tipo penale a causa di violenza nei confronti dell'ex coniuge o dei figli.
- Presenza in almeno uno dei genitori, di problematiche relative a dipendenza da sostanze.

Quando la mediazione familiare si interrompe

- Se, durante il percorso, la coppia ripensa alla propria scelta di separazione o divorzio, considerando l'opportunità di tornare insieme.
- Per volontà dei coniugi, comunque sia la situazione raggiunta.
- Per volontà del mediatore, quando si rende conto di problemi che vanno oltre la mediazione.
- Per etica del mediatore quando si rende conto di mancare di bi-parzialità.

Quando la coppia ci ripensa entra in scena il COUNSELOR

In alcuni momenti, quando sembra tutto perduto, occorre trovare il coraggio di esprimere al proprio partner ciò che sentiamo realmente, anche a rischio di sbagliare. Spesso sono proprio i silenzi che creano fratture o barriere.

Quante volte sarà capitato, ad ognuno di noi, di pensare quasi automaticamente <<Perché mi ha mentito rispetto a... Ma questa cosa è meglio che non gliela dica. Magari per quieto vivere>>.

A volte, quando sembra inevitabile una "chiusura" di un rapporto che sembra essere usurato e ormai finito, capita che, grazie alla capacità di un buon mediatore, i due ritornino sui loro passi ripensando alla possibilità di una nuova modalità d'essere "insieme". Anche là dove sembravano esserci cose gravi, ci si può accorgere, ad un certo punto, che una mancata comunicazione, magari solo una modalità di presentare divergenze di idee su varie questioni, hanno reso impossibile il vivere all'interno del rapporto.

Spesso, oltre alla decisione di tacere, si aggiunge un senso di inadeguatezza all'altro, forse anche un senso di colpa.

Silenzio "Sì" silenzio "NO"

Certamente le zone di silenzio sono molto importanti nella vita di coppia. "Dirsi tutto" è una sciocchezza, un falso mito, significa spesso riempirsi reciprocamente di chiacchiere inutili.

L'amore vuole anche silenzi, mistero, sguardi. E' positivo quando si ammanta di un po' di mistero, quando si nutre anche di cose non dette. Diverso è il caso in cui le cose non dette sono il frutto di scontentezze o momenti di disaccordo... quando creano conflitti interiori, malesseri.

Quando i silenzi diventano spessi come muri, magari quando già la parola separazione o divorzio sono state spese a gran voce, allora c'è pericolo.

Qui entra in ballo il risentimento! Nascondiamo al partner pensieri di dissenso su decisioni che coinvolgono la coppia o la famiglia; tratteniamo voce, frasi, emozioni... e una buona dose di energia diretta verso l'esterno si blocca aumentandone, così, l'intensità... con effetto "vulcano".

Le parole che aiutano

Una relazione che è ormai sfociata in un grande conflitto, nel momento in cui c'è ancora una possibilità di nuova intesa e di voglia di tornare ad essere "COPPIA", è come una nuova relazione d'amore... non ha lo scopo di far contenti tutti, figli o familiari... Il suo vero fine è quello di realizzare il destino delle due persone che si sono amate (anche moltissimo), che si sono poi perse, allontanate, distratte, confuse da altre presenze e che, ad un certo punto, vedono spalancarsi una nuova porta oltre la quale, come una luce intensa e ipnotizzante, si intravede una nuova speranza d'intesa e d'amore. Nella mediazione ci sono dei momenti in cui dobbiamo trovare il coraggio di esprimere al nostro partner ciò che sentiamo realmente nel cuore, anche a rischio di compromettere i passi già fatti verso un divorzio.

Allora il Mediatore, sentite le parti, sa che è il momento di lasciare il passo al Counselor. Quando il Mediatore familiare stesso è anche Counselor allora si spoglierà della veste di Mediatore per indossare i panni dell'"Esperto nelle relazioni d'aiuto", ovvero il Counselor, e continuerà il suo lavoro ri-tarando obiettivi e finalità della nuova situazione.

Il MODELLO qui proposto è quello della Programmazione Neuro Linguistica. La PNL bioetica, con le sue strategie e tecniche, è incredibilmente efficace per tirare fuori le potenzialità presenti in tutti gli individui, ristrutturare i momenti di crisi e trasformare i vincoli in opportunità. Si parla di "Counseling" quando si vuole intendere quella professione che mette in primo piano il processo d'interazione eccellente tra due persone: Counselor e cliente.

Il Counselor, grazie a proprie abilità e strategie e, soprattutto, grazie ad un rapporto empatico positivo bio-etico, "aiuta le persone ad aiutarsi".

Le statistiche interne all'IKOS sono molto favorevoli a questo doppio percorso che impegna in una mediazione, in un primo momento, i coniugi che vogliono lasciarsi, e, in seconda istanza, gli stessi se poi i due ci ripensano. Il Counseling infatti è utile proprio quando i due decidono di tornare insieme dandosi una nuova, grande opportunità d'intesa. Personalmente, posso confermare che su dieci coppie incontrate almeno sei chiedono di tornare sui loro passi ed esprimono il desiderio (dopo avere sanato i conflitti scaturiti da mancanza di comunicazione) di rimettere insieme la loro famiglia.



Per affrontare le tematiche generali della mediazione e della negoziazione:

- R. Fisher, W. Ury, B. Patton – “L'arte del negoziato” – Corbaccio 2005 (la “Bibbia” del negoziatore)
- AA.VV. – “La negoziazione” – Etas 2005 nella collana Harvard Business Essential.
- W. Ury – “Il NO positivo” – Corbaccio 2007
- W. Ury – “Negoziare in situazioni difficili” - NPL Italy 2005
- P. Nicosia, A. Ruggiero – “Manuale del conciliatore. Tecniche di risoluzione extragiudiziale delle controversie – ETAS 2000
- A. Bruni – “Conciliare conviene – Maggioli 2007
- R. Rumiati, D. Pietroni – “La negoziazione” – Cortina 2001
- S. Castelli – “La Mediazione” – Cortina 1996
- AA. VV. – “La via della conciliazione” – IPSOA 2003
- M. Quinto – “Camere di commercio e conciliazione delle controversie tra imprese e tra imprese e consumatori” – Collana Unioncamere 1997
- S. Cera, D. Colangeli, F. Paoletta - "Gli istituti alternativi alla Giurisdizione ordinaria" - Collana Studi e Ricerche 2007 - Led edizioni
- G. Richard Shell - "Strateghi della negoziazione" - Edizioni il Sole 24 ore
- M. Mariani - "Decidere e negoziare" - Edizioni il Sole 24 ore
- P. Nicosia - "Mediazione e conciliazione societaria" - Ed. Carlo Amore 2008
- L. Bracciodieta – D. Poggiolini – “I Quaderni dell'IKOS” . Ed. IKOS 2000/2010
- L.Bracciodieta – D. Poggiolini – “Talking book” Ed. IKOS 2010

Aforismi utili

Negli immensi misteri del tempo e dello spazio
seno le tue braccia intorno alle mie spalle e non ho paura.

~ [Brown](#) ~

Amare non significa guardarsi negli occhi,
ma guardare insieme verso la stessa meta.

~ [Antoine de Saint-Exupery](#) ~

Se guardi in cielo e fissi una stella, se senti dei brividi sotto la pelle,
non copriti, non cercare calore, non è freddo ma è solo amore.

~ [Kahlil Gibran](#) ~

La ricchezza del mio cuore è infinita come il mare,
così profondo il mio amore: più te ne do, più ne ho,
perché entrambi sono infiniti.

~ [William Shakespeare](#) ~

Il linguaggio dell'amore è un linguaggio segreto
e la sua espressione più alta è un abbraccio silenzioso.

~ [Roberto Musil](#) ~

Non dobbiamo essere troppo esigenti. Non chiediamo l'impossibile.
Dobbiamo essere contenti di essere le persone che siamo,
due persone che un po' si amano un po' no,
che ogni tanto sono pazzi l'uno dell'altro.
E' già molto essere in due...

~ [Géraldy](#) ~

L'amore non deve implorare e nemmeno pretendere,
l'amore deve avere la forza di diventare certezza dentro di sé.
Allora non è più trascinato, ma trascina.

~ [Hermann Hesse](#) ~

E sto abbracciato a te
senza chiederti nulla, per timore
che non sia vero
che tu vivi e mi ami.
E sto abbracciato a te
senza guardare e senza toccarti.
Non debba mai scoprire
con domande, con carezze,
quella solitudine immensa
d'amarti solo io.

~ [Pedro Salinas](#) ~

Quando io ti amo e tu mi ami, siamo l'uno come lo specchio dell'altro,
e riflettendoci l'uno nello specchio dell'altro, vediamo l'infinito.

~ [Leo Buscaglia](#) ~

- Il ruolo del mediatore si distingue da quello dello psicoterapeuta, del counselor, dell'assistente sociale o dell'avvocato. Alcuni aspetti di queste diverse professioni, in certa misura, possono apparire sovrapposti; è importante comunque sottolineare alcune differenze fondamentali. Tali funzioni specifiche sono riassunte schematicamente nella seguente tabella:

	Terapia familiare e/o Counseling	Mediazione familiare	Consulenza legale
Attori protagonisti	- Può partecipare anche solo uno dei membri della coppia. - I bambini possono essere coinvolti fin dall'inizio della terapia /incontro.	- Coinvolge entrambi i partners. - I bambini non partecipano, di solito; il mediatore può a volte essere coinvolto per trovare le parole per dire loro come stanno le cose in modo adatto, ecologico.	- Implica il singolo e/o la coppia. - I bambini non sono coinvolti.
Obiettivi	- Ottimizzazione del funzionamento familiare e della comunicazione. Accoglienza e ristrutturazione delle emozioni/credenze/convinzioni.	- Prendere accordi condivisi, decisioni concrete, miglioramento della comunicazione e della cooperazione.	- Conseguimento del miglior adattamento possibile del cliente. - Dar voce alla volontà del cliente in ambito legale.
Oggetto	- Il sintomo, il problema, la relazione disfunzionale, le emozioni. - Di rado legato direttamente a questioni giuridiche ed economiche.	- Questioni relazionali ed economiche che possono emergere dall'organizzazione della separazione.	- Questioni litigiose, i fatti, le procedure giuridiche.
Ruolo	- Aiutare, supportare, educare al nuovo, ristrutturare e ri-adattare a nuove situazioni.	- Dirigere il processo di negoziazione. - Favorire la comunicazione.	- Dare pareri legali. - Consigliare, difendere, definire.
Orizzonte temporale	- Lavoro potenzialmente a medio termine (a seconda delle situazioni da 12 a 20 sedute). - Azioni atte a stabilire delle connessioni tra il presente e il futuro, passando a volte dall'analisi del passato (modello Piennellistico).	- Lavoro a breve termine, 12 /13 sedute circa. Incontri strutturati, numero definito e preannunciato - Centrato sul presente e sul futuro (modello Piennellistico).	- Centrato fondamentalmente sul futuro.
Strategie	- Utilizzo di prescrizioni (compiti a casa) e strumenti terapeutici, ascolto attivo, lavoro sulle emozioni. - Accoglienza e condivisione.	- Ascolto attivo, utilizzo di prescrizioni (compiti a casa), incoraggiamento alla comunicazione aperta e diretta, gestione del conflitto, identificazione di opzioni di soluzione, redazione di accordi, tecniche di mediazione, negoziazione Win/Win. - Condivisione, fermezza e direttività.	- Informazioni e consigli legali, ricerche, giudizi, redazione di atti.
Quadro teorico di riferimento	Modello P.N.L. bioETICA, sistemica, psicodinamica, cognitivo-comportamentale, taglio simbolico, gestalt, costellazioni familiari.	Modello P.N.L. bioETICA per la mediazione: relazionale-simbolico, sistemico, integrato, ecc.	La legge, la dottrina, la giurisprudenza, esperienza/prassi di tribunale.

A differenza di quanto avviene generalmente nella psicoterapia o nel Counseling, in Mediazione non è necessario esplorare

approfonditamente le percezioni e i sentimenti relativi al passato della coppia, se non in un primo momento per definire quanto di importante e positivo era presente nell'unione. Questa è una buona base per dare valore ai ruoli di ciascuno e per ammorbidire partenze a volte troppo dure. La caratteristica principale della Mediazione risiede nella brevità, intensità e pragmaticità nella ricerca di soluzioni concrete a fronte della difficoltà della coppia di armonizzare propri bisogni ed opinioni contrapposte. L'accento è posto sull'analisi della situazione presente, al fine di aiutare le persone ad individuare quello stato desiderato che spesso gli stessi attori del conflitto non conoscono, per una prospettiva di vita futura più serena.

La Mediazione, così considerata, facilita le interazioni familiari e consente ai genitori di ascoltarsi e concentrarsi su sentimenti, comportamenti e valori dei loro figli.



Gesti, sguardi, silenzi e parole sottese

Cosa “passa” ai bambini quando i genitori parlano di divorzio

Mettere al corrente i figli della propria decisione di separarsi è uno degli aspetti più spinosi e dolorosi della fine di un rapporto. Per i genitori, spiegare ciò che accade e cosa cambierà nella loro vita a seguito di questo, è il compito più problematico e difficile.

Il tema è ricorrente; i genitori, urlandosi addosso cose terribili (spesso davanti a bambini spauriti e sperduti), mettono in atto, più o meno inconsciamente, un terrorismo psicologico senza eguali, inconsapevoli o meglio spesso indifferenti, degli effetti dei loro conflitti sui propri figli.

Nascosti dietro il paravento di luoghi comuni, quali “meglio non dire nulla prima che...” oppure “i bambini sono troppo piccoli e fragili per

capire...”, “fare finta di nulla è più semplice per far sopportare il peso di tanti problemi ai figli...” o “le questioni fra mamma e papà riguardano soltanto loro”, gli adulti coinvolti sembrano struzzi che per non vedere o non sentire infilano la testa sotto la sabbia.

Quando due genitori litigano, i figli sono le prime vittime, quelle che da subito iniziano a stare veramente male... non a caso un antico proverbio indiano dice che

“quando gli elefanti combattono è l'erba che ne fa le spese”.

Il genitore in lotta, preso dalla sua personale battaglia contro l'altro, è così tanto coinvolto nel conflitto che quasi mai si rende conto degli effetti, spesso devastanti, di tutto ciò che accade ai propri figli.

Anche quando sono volutamente (apparentemente) "tenuti fuori" dai fatti dei grandi, i figli respirano aria di battaglie feroci e partecipano sempre con un senso di colpa che aumenta se, altalenando, vanno parteggiando per uno o per l'altro genitore.

Sì, il divorzio provoca una dissoluzione interna sia nei due coniugi in lotta sia nell'anima dei loro figli. E' proprio la geometria della mente che deve ricostituirsi. È il senso del nucleo forte che si disgrega lasciando macerie e precarietà a creare i più grandi disagi. Nessuno, né adulto né bambino, ce la può fare pienamente da solo. Di solito, gli aiuti esterni, quando sono condotti da esperti del settore (ad esempio i mediatori), sono molto utili. Trovare persone che sanno ascoltare e che possono leggere oltre le parole, per confrontarsi, scambiare esperienze, aggiungere tasselli mancanti, è un grande privilegio. Occorre avere il coraggio di attraversare il dolore... Ma da soli e senza affrontare questo dolore luttuoso non si cresce.



La "relazione sofferente" vissuta dai due che si lasciano, anche quando non si usano troppe parole, passa attraverso gesti, silenzi, sguardi disperati, occhi lucidi e gonfi di lacrime anche trattenute o parole dette e non dette che, proprio perché non sono esplicitate, sono causa di mille paure e incomprensioni per i figli più giovani.

Infatti, a seconda dell'età dei figli, le reazioni possono avere mille sfaccettature: la reazione di un bambino piccolo davanti a due genitori che urlano, che si offendono, che a volte usano violenze anche reali, è molto diversa dalla reazione che potrebbe averne un adolescente o un figlio più adulto.

Queste pagine rappresentano una semplice guida offerta ai genitori affinché possano accedere ad una nuova consapevolezza capace di prevedere gli effetti dei loro conflitti sui propri figli. Un promemoria, ricco di esempi e di riflessioni collegate a quei momenti così tanto difficili che nessuna coppia vorrebbe mai trovarsi a vivere. I coniugi, comunque, se aiutati in modo armonico ed equilibrato, possono imparare a gestire in modo costruttivo, quanto sembra devastante trasformando i momenti "NO" in un importante punto di partenza per una crescita consapevole.

La narrativa autobiografica - disegni e favole per star bene

"Ognuno di noi ha una storia del proprio vissuto, un racconto interiore, la cui continuità il cui senso è la nostra vita.

Per essere noi stessi, dobbiamo avere noi stessi, possedere se necessario ripossedere, la storia del nostro vissuto.

Dobbiamo ripetere noi stessi, nel senso etimologico del termine, rievocare il dramma interiore, il racconto di noi stessi.

L'uomo ha bisogno di questo racconto, di un racconto interiore continuo, per conservare la sua identità, il suo sé".

(O. Sacks, *L'uomo che scambiò sua moglie per un cappello*, Milano, Adelphi, (tr.it.), 1986, pp.153-4.)

L'Autobiografia (l'azione dello scrivere raccontando la propria vita)... e l'autobiologia (l'arte di narrare verbalmente o sotto forma di versi quanto fa parte delle esperienze del nostro vissuto) sono due pratiche da sempre utilizzate per trovare una strada che possa riportarci a contatto con noi stessi. Queste modalità non strettamente terapeutiche, e non direttive, sono estremamente importanti ed efficaci. Esse, infatti, possono essere molto utili per attivare processi di connessione in grado di recuperare "tracce di senso e di reimprinting" - relative alle vicende della vita spesso lontane da ogni possibile spiegazione logica.

Quello che ci accade vivendo, le tracce dolorose delle cose che ci succedono, nostro malgrado, e che mettono in discussione passaggi esistenziali, affettivi, spirituali, relazionali e cognitivi e tutto ciò che chiamiamo esperienze, se raccontate, molto spesso possono portare ad una ristrutturazione di significato e farci raggiungere un po' di pace. Inoltre, nello scrivere raccontando, ecco apparire qualche guizzo illuminante utile a capire /comprendere sfumature diverse dall'accaduto/percepito oltre ogni razionale spiegazione.

La drammaticità, l'assurdità degli accadimenti che accompagnano momenti della vita quotidiana, in modo particolare quando un amore sfuma e si trasforma in battaglia e in una lotta senza limiti, vengono vissute come motivo disgregante e devastante.

E' in tali momenti che se raccontiamo di noi, usando "l'appuntare" episodi anche solo come "diario personale", anche quando questo è un parlare silenzioso a noi stessi, ecco che diamo inizio ad una possibile/probabile ristrutturazione "di genere".

LA VITA raccontata, IL RACCONTO che cambia la vita

(Da un'IDEA personale nata da "VITA e RACCONTO"

"Il giardino dell'Eden" di Hemingway").

"... La vita scorre e le vicende umane che la popolano possono vivere per sempre dentro un racconto continuo... dettato da noi stessi.

I ricordi, trasformati in parole, possono esistere in eterno, oltre la nebulosità del ricordo/emozione. Grazie al racconto fantastico, il vivere quotidiano viene esteso oltre il confine di se stessi e del possibile. Depositare nelle mani dei ricordi ciò che è stato e ciò che è entra "nell'eternità"... siamo noi con la scrittura a rendere le esperienze scritte immortali.

L'evento, l'accaduto raccontato, da privato diventa "bene comune", una cosa resa pubblica che si estende lentamente oltre tempo e spazio assumendo un sapore di magia che va oltre il tutto diventando "cosa" omnicomprensiva.

Come un lungo nastro di seta, liscio e rosso, il racconto ritrova le radici archetipiche che appartengono alla storia dell'uomo e si tinge di oro di tanto in tanto per rendere più prezioso ciò che c'è. Le storie incredibili che tutti noi viviamo sembrano essere senza eguali, uniche ed irripetibili; belle o brutte che siano, esse sono fissate nella memoria grazie alle emozioni: il collante della memoria è infatti quello che accompagna l'evento... il sentito, il sentire.

I racconti come le fiabe, possono vivere per sempre, e in questi e in quelle come nel VISSUTO di ciascuno, "l'eroe" deve superare difficoltà e prove, comprendere insegnamenti e associazioni per poi diventare immortale... le sue azioni, anche se semplici, diventano virtuose e incidono sulla storia degli altri esseri umani in eterno.

Le storie raccontate sono più utili di una medicina... guariscono, coccolano, trasformano, predispongono a nuovi comportamenti, attuano azioni diverse; nella vita raccontata, come nelle fiabe o favole, l'epilogo chiude un percorso di vita, la conclusione può anche essere inventata e aderire ad un "SOGNO" e, di lì a poco, questo dà il via all'inizio di qualche cosa di nuovo... la mente crea, le parole fissate sulla carta, a volte, incidono sulla trasformazione della realtà.

Nella fiaba, nel racconto fantastico, la parola FINE arriva di solito nel momento in cui sono stati risolti tutti gli affanni; gli incantesimi hanno così il loro epilogo; i limiti apparentemente devastanti sono felicemente superati, gli ostacoli incontrati... magicamente trasformati in opportunità e gli obiettivi... meravigliosamente raggiunti oltre ogni ipotesi possibile.

Scrivere è come suonare il piano per un pianista, è come suonare il violino con naturalezza e maestria... per chi lo sa fare, scrivere produce armonie silenziose, è sempre un'esperienza rigenerante anche per chi crede di non saperlo fare. Più gli eventi raccontati sono stati motivo di dolore, delusione, disperazione, più la trasformazione positiva è garantita, come se il plafond di sofferenza avesse improvvisamente aperto nuove possibilità del "sentire" e allargato la capienza dell'accoglienza di positività.

Il "...e vissero felici e contenti..." conclude alchemicamente un ciclo vitale e praticamente ne apre un altro. C'è sempre una puntata successiva in attesa di essere raccontata...

La cosa più interessante è accorgersi, così, che il "Tutto ciò che è stato..." esisteva già prima della fine, ma era con-fuso e nascosto agli occhi dei protagonisti; nell'inventare si tirano fuori sempre esperienze virtuali eccellenti (ricordiamo qui che per la parte inconscia in effetti il vero ed il "virtuale / immaginato" sono la medesima cosa).

Tutti i giorni sperimentiamo quanto ci "disperiamo" all'interno degli eventi per poi scoprire come le cose difficili, se non altro con il passare del tempo, si risolvono spesso autonomamente..."

**“Se la cosa per cui ti dispererai è recuperabile, perché ti dispererai...!
E... se la cosa per cui ti dispererai NON è recuperabile, perché ti dispererai” cita un antico aforisma indiano.**

La nostra vita è un enigma solo per noi che non sappiamo in anticipo il seguito delle vicende... ed anche di fronte alla morte (che noi pensiamo erroneamente essere una fine...) spesso andiamo in panico.

Non c'è inizio... non c'è "fine"... così nello scorrere del tempo della nostra vita ci saranno sempre periodi che si chiudono e periodi che si aprono a noi. Poi, sempre nuove storie/racconti da scrivere con passione e amore”.



“Qui ci sono mamma e papà... io !!! no, non ci sono”

I DISEGNI dei bambini e delle bambine possono essere paragonati alla gestualità e quindi al linguaggio non verbale. Osservarli e saperli leggere è utilissimo per cogliere anche quei momenti pieni di disagio celati, a volte, dalle parole (esempio: “... va tutto bene, mamma!!” mentre il disegno racconta altro – vedi sopra. I due genitori sono separati da un albero; l'albero rappresenta se stesso; in questo caso il bambino pensa di essere la causa della divisione dei due genitori e pur dimostrandosi forte e rigoglioso, l'albero lo è, in effetti vive sensi di colpa, verificati da un colloquio successivo.

Anche gli scarabocchi sono una vera e propria modalità espressiva che utilizza un linguaggio strano, oscuro, bizzarro.

Là dove i colori sono cupi ed i segni spigolosi, spesso si può notare come il bambino stia vivendo un momento “buio irrigidendosi di fronte agli eventi...”

Tutto accade a nostra insaputa con gesti istintivi e involontari.
Il bambino, che è molto attento, ha percezioni che sfuggono agli adulti e per mezzo del disegno impara a conoscere il mondo e a inviare richieste di aiuto.

Il bambino impara, sperimenta, trasforma la realtà al fine di far comprendere quanto le vicende dei grandi siano spessissimo motivo di dolore e voglia di fuggire lontano. Certamente il disegno nasce per far divertire chi lo esegue e comunque SEMPRE è liberatorio e narrativo. Lasciando libero il pensiero di esprimersi, attraverso segni e disegni, il bambino crea forme strane, a volte gioiose (SPERIMENTAZIONE DELLA REALTA' E...DELLE SUE CAPACITA') a volte distorte (in modo da far capire ciò che vive ed una conseguente richiesta di AIUTO).

I test proiettivi, che spesso possono essere utilizzati dagli operatori (psicologi, mediatori e counselor), sono diversi, davvero significativi... naturalmente anche i genitori, avviati alla lettura delle parole silenziose: i disegni, sono in grado di offrire un sostegno valido anche quando non è richiesto apertamente in modo poi da correre al riparo in tempo.

L'albero: rappresenta l'essenza della persona.

Anche il bambino esprime e ritrova in esso il suo "Sé".

La casa: a livello affettivo-emozionale proietta il rapporto con la famiglia.

Spesso è la madre ad essere rappresentata dalla casa stessa.

Il sole: rappresenta il padre e il legame con esso.

Quando manca nel disegno si può ipotizzare un'assenza reale o metaforica della figura paterna.

La famiglia: di solito il bambino può omettere o aggiungere qualcuno. A volte i bambini sono restii a disegnare la famiglia. Si può superare questo limite chiedendo di disegnare i componenti della famiglia come fossero animaletti. Questo fa cadere le resistenze.

L'albero rappresenta l'ARCHETIPO SACRO, non dimentichiamo "l'albero della disubbidienza" e "l'albero della vita".

Per Jung è uno degli archetipi simbolici dell'inconscio collettivo. Secondo Buck nell'interpretazione non bisogna prescindere dall'uso della Programmazione Neuro Linguistica.

Il test dell'albero può essere d'aiuto per comprendere alcuni aspetti, i più nascosti, della personalità: in esso vengono proiettate paure e desideri ma anche immagini positive di se stessi.

Nell'interpretazione del test si devono tenere presenti tutti i particolari del disegno: la collocazione dell'albero nel foglio (in alto, in basso, al centro), le caratteristiche della chioma, la presenza di elementi specifici (fiori, funghi, farfalle, nidi, ecc.).

Meritano un'attenzione particolare le radici, simbolo dell'affettività e del legame con gli avi, delle emozioni, del rapporto tra madre (terra) e figlio (tronco); il tronco esprime la sicurezza del bambino; la chioma (unione di tronco e rami) rappresenta l'apertura del bambino verso l'ambiente esterno; il numero dei rami, di solito, è esattamente corrispondente al numero dei componenti della famiglia (anche se il bambino non sa nulla della vita privata dei genitori essi annoverano anche la presenza energetica dei bambini perduti, quelli mai nati).



Note e Notizie utili

In Italia l'80 per cento dei "figli del divorzio" vengono messi al corrente della disgregazione familiare non già mentre il conflitto è in atto, ma addirittura quando magari, dopo avere negato più volte l'evidenza dei fatti con frasi assolutamente poco rassicuranti, i passi più significativi sono stati compiuti.

I figli difficilmente vengono messi al corrente subito e, quindi, ciò che sta accadendo spessissimo viene negato anche a se stessi per sopravvivere al clima di tensione.

Essi vengono lasciati quasi sempre soli ad affrontare il preludio di uno degli eventi più stressanti che possa capitare al nucleo familiare. In quei momenti, i genitori sono così tanto turbati emotivamente e psicologicamente da non avere più le energie e le capacità di prendersi cura dei figli.

Le esigenze dei piccoli, che sono in realtà i più bisognosi di essere rassicurati rispetto al cambiamento in atto, sono così spesso dimenticate tanto da sottovalutarne le risposte emozionali. Esse si trascineranno poi negli anni a venire, oltre il conflitto stesso, segnandone reazioni future possibili, determinando insicurezze e instabilità.

Negli anni '70, il divorzio era messo in cima alle classifiche delle cause dei disturbi emotivi, affettivi e cognitivo/comportamentali dei ragazzi

che lo vivevano, un momento devastante e spesso antieducativo. Oggi, la vecchia interpretazione si è smorzata divenendo più pacata e meno drammatica. Questo "evento di rottura e di crisi " può diventare anche una proficua occasione di cambiamento positivo, una risorsa per tutti i membri del nucleo familiare. Del resto, nonostante il termine sia usato nell'accezione più comune di "momento distruttivo", dal punto di vista etimologico "crisi" significa "scelta critica", ed indica quindi la "possibilità di scegliere percorsi diversi ". Ma rimane il fatto che per i bambini, grandi o piccoli che siano, non essere adeguatamente seguiti e preparati agli eventi che precedono e seguono la separazione dei propri genitori può rappresentare un rischio per la loro crescita e per il loro sano e armonioso sviluppo psicologico ed affettivo. Almeno a livello latente, la paura di essere abbandonati da mamma e papà è una paura vera e grande per i figli. Il divorzio rappresenta per loro proprio la concretizzazione del disastro emozionale. E', quindi, molto importante che i coniugi spieghino ai figli il "passaggio in corso" ed evitino di strumentalizzare i bambini per ottenere vantaggi che possano danneggiare l'altro, magari perché ritenuto colpevole di tradire o di "agire la fuga" dal nido familiare.

Psicologi, psicoterapeuti, mediatori familiari ed esperti del settore concordano nel ritenere che si debba assolutamente evitare di trasmettere ai bambini messaggi negativi sull'altro coniuge, cosa che potrebbe incrinare l'immagine di una delle figure per loro più significative. I figli non dovrebbero diventare i "confidenti" dei genitori, e neppure i loro messaggeri. Per un bambino, assumere il ruolo dell'amico di mamma o di papà significa contemporaneamente tradire, diventare nemico dell'altro genitore: questo provoca in loro pericolose ambiguità e dannosi dilemmi di lealtà, quando "spalleggiare uno dei genitori" vuol dire contemporaneamente "voltare le spalle all'altro". Tanto più che, molto comunemente, i figli si sentono in colpa, perché credono di aver causato la separazione. Dai 4 anni in su i bambini si sentono in parte responsabili di ciò che sta accadendo nella loro famiglia; ne derivano in loro sentimenti di angoscia, autosvalutazione e speranze di riconciliazione destinate ad essere di continuo deluse in un circolo vizioso di delusione e sofferenza.

A qualsiasi età i bambini vivono la separazione dei genitori come una perdita: indipendentemente da come si svilupperà nel futuro la relazione fra gli ex coniugi, i figli sentono che con la frattura coniugale anche loro perdono qualcosa. E' la dimensione della coppia, l'immagine del "babbo+mamma", per dirla in termini figurativi, quella

che viene meno nella mente del bambino o adolescente che sia. I bambini, nel momento, quando assistono all'abbandono della casa coniugale da parte del padre o della madre, ragionano più o meno così: "Se ho perso te, posso perdere chiunque". Da qui deriva l'importanza, mai abbastanza sottolineata, che i figli abbiano accesso, dopo la separazione, ad entrambi i genitori, possano mantenere (salvo, ovviamente, casi estremi di violenze) un rapporto significativo con il coniuge non affidatario e siano rassicurati sul fatto che con la separazione non perderanno né il babbo né la mamma. La separazione, in poche parole, dovrebbe essere percepita dal bambino come un cambiamento, ma mai come una perdita.

La crescita sana poggia su 3 fattori indispensabili: la continuità, la prevedibilità e l'affidabilità:

1. la continuità coinvolge soprattutto gli aspetti pragmatici della vita del bambino, dove egli deve poter contare su solidi punti di riferimento come una casa dove abitare, precisi orari del sonno, dei pasti e degli svaghi e una routine che si ripete nel tempo e nello spazio;
2. la prevedibilità riguarda la possibilità per il minore di saper pensare ad un domani simile all'oggi, con una cadenza sensata e prevedibile degli eventi; ciò permette al bambino di sviluppare la sua capacità di controllare le situazioni e le sue personali reazioni ad esse;
3. l'affidabilità, che è l'aspetto centrale, è fondamentale perché i bambini possano sviluppare la fiducia nelle relazioni attuali e in quelle future: i bambini hanno bisogno di solidi punti di riferimento emotivi, di avere rapporti soddisfacenti e ricchi con le figure più significative come il padre, la madre, i nonni ecc. Questo coinvolge varie dimensioni: ad ogni età il figlio deve poter sentire che i genitori gli vogliono bene, hanno cura dei suoi bisogni e delle sue esigenze, hanno fiducia in lui, lo aiutano e lo spronano a sviluppare le sue abilità, e lo proteggono nelle situazioni difficili e nuove.



Qui di seguito ecco alcune regole pratiche per genitori affamati di "saper fare" su come affrontare il tema della separazione con i bambini.

1) E' importante dare una versione il più possibile univoca e chiara di ciò che sta accadendo. E' importante scegliere un momento in cui il cuore è un po' più sereno... è importante rimandare se è in atto dentro di noi un momento pieno di ansia e malumore. Poche frasi dette con precisione e decisione bastano per comunicare, alla presenza di entrambi i genitori, ciò che è importante sapere. Una frase tipo potrebbe essere: "A volte l'amore si spegne come un fuoco a cui non si porta più legna... Io e papà ci vogliamo molto bene, purtroppo non ci amiamo più come prima e abbiamo deciso di separarci. Ma continueremo a volerti bene ed avere cura di te come sempre perché tu sei speciale per noi ". Vale anche l'esempio/metafora del fiore (amore) che muore senza acqua, senza sole e senza attenzioni.

2) E' bene che le informazioni sulle questioni pratiche siano il più possibile dettagliate. Il divorzio cambia la vita del nucleo familiare e in modo specifico determina cambiamenti nelle abitudini del bambino. Un esempio potrebbe essere questo: "... tua madre abiterà qui, mentre con papà starete insieme ogni fine settimana; dal venerdì tu dormirai da lui, il lunedì mattina ti porterà a scuola e la mamma verrà a prenderti ecc. Certamente, poi, se tu vorrai cambiare qualche cosa ne potremo parlare insieme".

3) E' molto importante che la vita quotidiana e la routine dei figli restino il più possibile simili a quanto prima accadeva; in questo momento critico, evitare il caos emotivo è indispensabile. I figli tutti, piccoli o un po' più grandi, hanno bisogno di poter contare su punti di riferimento solidi e sicuri: meglio non apportare cambiamenti di scuola, di amici, di orari del sonno, di orari dei pasti, dei luoghi dei giochi ecc.

4) Il bambino, la bambina, vanno rassicurati ripetendo con coerenza e CONGRUENZA (verbalità avallata dalla non verbalità) che ogni cosa andrà a posto, occorrerà solo un poco di tempo e pazienza. E' indispensabile invitarli a parlare dell'argomento, a esternare i loro sentimenti, le sensazioni, a fare domande ogni volta che ne sentiranno il bisogno. Parlare con naturalezza di quanto sta accadendo, senza per altro falsificare mai e in nessun modo il "sentire", è una cosa molto positiva.

5) PROIBITO assolutamente strumentalizzare il bambino usandolo come arma di ricatto per raggiungere i propri scopi: non infliggiamogli la parte del "vendicatore" o del "parteggiatore". Evitare assolutamente di parlare male del genitore assente, ed anche in sua presenza, è molto importante usare un linguaggio corretto. I bambini hanno bisogno di poter contare e di fidarsi di entrambi i genitori, hanno bisogno di figure di riferimento positive... dovranno pur assomigliare alla figura di genere corrispondente, ed è utile che possano mantenere sereni e solidi rapporti con le famiglie delle due figure genitoriali. Bert Hellinger ci ricorda l'importanza delle radici perché: "... senza RADICI non si vola" (titolo di un testo molto significativo consigliato).

6) Quando il genitore non è affidatario, dovrebbe mantenere frequenti contatti con i figli, vederli 2/3 volte la settimana - compatibilmente con gli accordi di separazione - e mantenere con essi quelle attività che prima della separazione già condivideva con loro (giochi, cinema, passeggiate, sport ecc.).

7) E' molto rassicurante spiegare al bambino che "i cambiamenti spesso sembrano devastanti, ma possono essere molto positivi e comunque fanno parte della vita: imparare a viverli e ad affrontarli ci prepara a vivere meglio ogni difficoltà che si potrà incontrare ". Ricordare loro che quello che può apparire strano e inusuale dopo poco tempo, diventerà normale e piacevole. Mettere in luce gli aspetti positivi dei cambiamenti in corso li proietta verso qualche possibile novità positiva.

8) Se non vogliamo che il nostro bambino diventi un bambino bugiardo, se vogliamo evitare che la nostra bambina faccia la "furba" "inventando cose" per difendersi o superare disagi, evitiamo noi per primi di dire bugie. Ad esempio, dire: "Papà è partito per un viaggio di lavoro e starà via per un po' di tempo"... lascia troppi spazi al dubbio. Di fronte a frasi incerte, a incongruenze palesate anche non verbalmente, i figli possono fantasticare un eventuale ritorno, subire poi cocenti delusioni, ed anche pensare che forse il genitore non vuole loro più bene e per questo se n'è andato!.

Allo stesso tempo non c'è bisogno di dilungarsi troppo sui dettagli spiacevoli della vicenda; giudizi di valore o di operato sono veramente da mettere al bando. La separazione, il divorzio ed i motivi che hanno portato i genitori a lasciarsi devono essere affrontati con distacco e con amore (naturalmente questa cosa è alquanto difficile

per cui meglio scegliere il "momento per dirlo" non già quando infuriano le battaglie, ma quando i due protagonisti del conflitto – possibilmente presenti entrambi – comunicano, loro malgrado, quanto è accaduto e accadrà).

9) Il bambino, la bambina... i ragazzi, anche se un po' più grandi, spesso oltre che dolore e perdita di riferimenti sicuri, provano anche senso di colpa intrecciato a vergogna e imbarazzo. Questo fluire di sentimenti/emozioni forti li distraggono dalle normali attività scolastiche e non solo... anche con i loro coetanei, essi diventano scostanti e diffidenti, per la situazione anomala della propria famiglia. Le famiglie "diverse" sono, purtroppo, sempre di più nel mondo, e di famiglie ne esistono di tutti i tipi: con un genitore, con due, con i nonni, con più figli di genitori diversi ecc. E, per fortuna, non tutte le "stranezze" poi finiscono per nuocere...



La Mediazione Familiare è ormai riconosciuta come un metodo di lavoro strutturato che esige competenze specifiche e grandi capacità di problem solving per la risoluzione del conflitto, al fine di aiutare le coppie nel difficilissimo passaggio da uno scontro distruttivo verso la ricerca comune di un confronto che porta alla soluzione di problemi ben definiti.

Riepilogo

Allora, a chi si rivolge la mediazione familiare?

- Ai coniugi che hanno deciso di porre fine al proprio matrimonio.
- Alle coppie sposate, e non, che stanno attraversando un periodo di difficoltà, ed alle coppie in crisi indecise sul da farsi.
- Alle coppie già divorziate che intendono rivedere i propri accordi.
- Ai genitori che ritengono utile comunicare costruttivamente per trovare accordi sull'educazione dei figli, nel momento della separazione.
- A supporto dei figli coinvolti nei conflitti familiari.

La mediazione familiare, quindi, serve:

- ad aiutare i coniugi in via di separazione/divorzio a trovare accordi "ecologici e soddisfacenti" per entrambi su ogni aspetto della separazione;
- a migliorare l'intesa e la comprensione, ristabilire la comunicazione interrotta o deformata spesso da anni, ristabilire l'intesa e la comprensione fra le parti, promuovere un dialogo costruttivo e civile fra gli ex coniugi in vista di una collaborazione futura che li vede comunque uniti nella genitorialità;
- ad accompagnare e riconoscere i cambiamenti emotivi, psicologici, pragmatici ed organizzativi che segneranno i nuovi passi nella separazione;
- a sollevare la sofferenza generale provocata dalla rottura coniugale, ed evitare che la crisi coniugale sfoci in una conflittualità dannosa e distruttiva per tutti;
- ad offrire uno spazio neutro ed accogliente dove i due possano trovare conforto e possibilità d'ascolto;
- ad instaurare un dialogo ed un confronto costruttivo;
- a tutelare il benessere e i diritti dei minori coinvolti;
- a promuovere il rispetto fra i genitori;
- a rendere il divorzio più umano e "accettabile".

Cos'è il Matrimonio? di Kahil Gibran

Allora Almitra di nuovo parlò e disse: che cos'è il matrimonio, maestro?

E lui rispose dicendo: voi siete nati insieme e insieme starete per sempre.

Sarete insieme quando le bianche ali della morte disperderanno i vostri giorni.

E insieme nella silenziosa memoria di Dio.

Ma vi sia spazio nella vostra unione, e tra voi danzino i venti dei cieli. Amatevi l'un l'altro, ma non fatene una prigione d'amore: piuttosto vi sia un moto di mare tra le sponde delle vostre anime. Riempitevi l'un l'altro le coppe, ma non bevete da un'unica coppa.

Datevi sostentamento reciproco, ma non mangiate dello stesso pane. Cantate e danzate insieme e state allegri, ma ognuno di voi sia solo, come sole sono le corde del liuto, benché vibrino di musica uguale.

Donatevi il cuore, ma l'uno non sia di rifugio all'altro, poiché solo la mano della vita può contenere i vostri cuori. E siate uniti, ma non troppo vicini; le colonne del tempio si ergono distanti, e la quercia e il cipresso non crescono l'una all'ombra dell'altro.

Le **poltrone intelligenti** rientrano in una iniziativa dell'IKOS (Agenzia di Formazione che dal 1987 opera nell'ambito della Formazione, specializzata in strategie di comunicazione efficace e potenziamento personale, applicabili in area psicologica, sanitaria, sociale, aziendale), centro di formazione e centro antistress con il quale collaboro, che ci ha visti protagonisti nella diffusione culturale/ludica barese a dicembre 2009 e marzo 2010 a Bari presso la meravigliosa Sala Murat, nell'ingresso della città vecchia.

Le poltrone intelligenti, delle poltrone su cui accomodarsi per chiacchierare, sono state definite "uno spazio creato per fare in modo che i professionisti del benessere avessero momenti di incontro con chiunque lo desiderasse". Tale iniziativa è stata portata avanti all'interno della kermesse dal titolo "Parole Frammenti dell'anima". Gli specialisti - Psicoterapeuti PNLt., Mediatori Familiari, Counselor esperti nelle relazioni d'aiuto e BioArchitetti - hanno offerto gratuitamente la loro consulenza. Tra quei professionisti c'ero anch' io a fornire le mie competenze e professionalità per orientare e supportare.

OBIETTIVO?

Motivare e motivarsi, potenziare risorse e talenti, ritrovare la "Missione di vita" per comprendere il vero senso del vivere e della soddisfazione personale, quella autentica, capace di rendere veramente FELICI. Anche le coppie che vogliono trasformare un loro momento di crisi in un'opportunità di crescita hanno potuto e potranno apprendere nuove modalità per "comunicare" con le persone, in genere, e con il proprio partner, in particolare; acquisire una nuova consapevolezza delle strategie di coppia che poi coinvolgono positivamente figli e componenti della stessa famiglia. Queste le parole dei professionisti da cui ho imparato tanto... e continuo a farlo.

L'idea di Lorenzo Bacciodieta e di Daniela Poggiolini e la loro mission: "Migliorare la qualità della vita di chi sarà con noi, e con amore e passione guidarli verso la passione e l'amore", è diventata sin da subito anche la mia e poi si è rafforzata con il tempo.

Chi vorrà scegliere di seguire un percorso con noi lo farà attraverso la consapevolezza, la dedizione e l'attenzione che merita, per comprendere messaggi nascosti e procedere verso quella felicità, quel benessere che poi non è altro che "... tornare ad essere se stessi". (A. Jodorowsky).



IKOS è una scuola di Alta Formazione nata nel 1987 ad opera di Lorenzo Bracciodieta e Daniela Poggiolini, Psicologi, Psicoterapeuti, Trainer in PNL e PNLt

È un Istituto di **Comunicazione Olistica Sociale** con sede a Bari, un'Agenzia di Formazione di Alta Qualità in strategie di comunicazione efficace, potenziamento personale, sociale e aziendale.

La sua **mission** è "creare spazi fisici e mentali in cui anche l'anima ha grande respiro", luoghi "generativi" attraverso il modello della "PNL bioETICA" che, proteso verso il benessere delle persone ed in linea con le potenzialità e le motivazioni personali, favorisce la crescita e la ri-scoperta di talenti, risorse e abilità, in ottica di realizzazione dei propri sogni,

Inoltre, **IKOS** forma figure specializzate in nuove professioni e si occupa di problematiche legate al "Pianeta Scuola", alla "Professione Genitori" e all'area sportiva (essendo partner della Scuola dello Sport CONI Puglia).

IKOS è divisa in due AREE: una **SOCIALE** e l'altra **AZIENDALE**

• **IKOS•SPI•PNLt** - 1° Scuola in Europa di Specializzazione Quadriennale in Psicoterapia PNLt riconosciuta dal M.I.U.R. D.M. 25/03/2004

• **Master in Ipnosi Clinica bioEtica,**

• **Centro IKOS/ Costellazioni Familiari Sistemiche e Movimenti dello Spirito secondo Bert Hellinger**

• **IKOS - Libri. Due collane: "le perline dell'IKOS", favole per star bene, per bambini e bambine e "le Perle dell'IKOS", racconti autobiografici terapeutici**

• **S€M&C - Scuola di Mediazione Familiare e di Counseling (accreditata S.I.Co. e A.I.Me.F.)**

• **Centro Costellazioni Sistemiche Familiari e Movimenti dello Spirito (secondo Bert Hellinger), la cui specializzazione è "PSICOLOGIA dei SISTEMI FAMILIARI" -Costellatore Sistemico Familiare, Aziendale e Sociale secondo il metodo di Bert Hellinger**

IKOS•META - Scuola di MarKeting, Management e Tecniche Analogiche

• **Master in Gestione Risorse Umane e Formazione Formatori**

• **Opera direttamente nelle Aziende e in AREA Politica.**

***Dal 1994 è il 1° Istituto di Programmazione Neuro Linguistica e Comunicazione Strategica del Mezzogiorno.**

IKOS è sede di tirocinio da oltre 15 anni delle più prestigiose Università italiane – tra le altre, Università degli Studi di Bari, "La Sapienza" di Roma, Bologna, Urbino e Chieti. È presente anche per attività di formazione e master di I e II livello.





(crediti per Avvocati)

Prossimamente...

Convegno di Mediazione Familiare,

Conciliazione e Counseling



Bari, gennaio 2011

“Dall'amore perfetto all'amore interrotto”



Farò della mia anima uno scrigno
per la tua anima,
del mio cuore una dimora
per la tua bellezza,
del mio petto un sepolcro
per le tue pene.

Ti amerò come le praterie amano la primavera,
e vivrò in te la vita di un fiore
sotto i raggi del sole.

Canterò il tuo nome come la valle
canta l'eco delle campane;
ascolterò il linguaggio della tua anima
come la spiaggia ascolta
la storia delle onde.

~ Kahlil Gibran ~



Daniela Poggiolini – Vicepresidente e Direttore Didattico dell'IKOS
Psicologa, Arteterapeuta, Trainer in PNLt., Mediatrice Familiare, Conduttrice di Costellazioni Sistemiche Familiari.