Genitori in cerca di genitori. Tra fragilità genitoriale, lealtà invisibili e lavoro sulle parti

scritto da Rivista Connessioni | 14 Luglio 2026

di **Maria Enrica Batolo, Chiara La Barbera**

Premessa

Il presente contributo racconta la storia di Rebecca, giovane donna con una storia adottiva, madre di un'adolescente, portatrice di una genitorialità fragile, inserita in un contesto familiare caratterizzato da una forte presenza dei genitori adottivi e da una storia di adozione non pienamente elaborata. L'intervento si focalizza sulla lettura delle dinamiche relazionali, dei conflitti di lealtà e dei processi identitari, evidenziando come il lavoro terapeutico si configuri come un'azione multilivello che integra dimensione individuale, familiare e intrapsichica.
Alla prospettiva sistemico-relazionale viene integrato il modello "Internal Family Systems" di Richard Schwartz, che permette di evidenziare come la posizione di Rebecca si configuri quale punto critico in cui convergono dinamiche trigenerazionali di bassa differenziazione e processi di frammentazione intrapsichici.

La storia della famiglia

Il nucleo familiare è composto da Rebecca, 33 anni, madre con storia adottiva, studentessa universitaria; Marta, 16 anni, figlia di Rebecca, e i nonni, genitori adottivi di Rebecca, caregiver di Marta. Con il padre di Marta nessuno ha contatti. La relazione tra Rebecca e il padre è stata molto breve, vissuta in una fase in cui Rebecca era molto giovane e caratterizzata da un vissuto di spensieratezza che mal si connetteva con il progetto di costruire una famiglia autonoma.
Marta ha sempre vissuto a casa dei nonni, Rebecca per un periodo ha convissuto con un uomo, relazione poi interrotta, ed è da due anni rientrata stabilmente a casa dei genitori.
I primi tre incontri hanno visto coinvolti rispettivamente tutto il sistema composto dai nonni, da Rebecca e da Marta, poi in seguito due incontri con Rebecca e i genitori. A seguito di

questi primi incontri si è scelto di delineare un progetto terapeutico familiare con la sola iniziale presenza di Rebecca e i genitori e successivamente aprire parallelamente un setting individuale per Rebecca.
Al momento della presa in carico, Marta è seguita in terapia individuale. Essendo presente una elevata conflittualità fra Rebecca e i genitori, si opta per un iniziale setting clinico con Rebecca e i propri genitori, escludendo temporaneamente Marta. A motivazione di ciò una chiara premessa delle terapeute: la qualità del contesto relazionale adulto costituisce un fondamentale fattore di protezione per una minore. Si è cioè ritenuto prioritario lavorare sulle criticità nella relazione di Rebecca e dei propri genitori adottivi al fine di cercare di rendere il contesto relazionale ed affettivo di Marta maggiormente protettivo e potere, al contempo, lavorare sullo sviluppo di competenze e sul recupero di una funzionalità genitoriale di Rebecca. Il non coinvolgimento di Marta è stato inoltre pensato per proteggere il contesto terapeutico individuale di Marta e le sue risorse. Marta appare infatti dotata di buone competenze: frequenta la scuola con regolarità, mostra un funzionamento sociale adeguato e adeguate competenze comunicative. Tali risorse, tuttavia, convivono con un rischio significativo, cioè l'esposizione cronica al conflitto e al senso di colpa, secondo la nostra ipotesi, rispetto al confronto con la madre che, come figlia, non ha raggiunto gli stessi obiettivi individuali desiderati dai nonni.
La scelta del setting terapeutico è inoltre connessa all'ipotesi inziale che favorire il setting individuale di Marta può permettere a Rebecca di rimanere nel ruolo di figlia dei propri genitori, escludendo la "rivale affettiva", sperando di attivare un nuovo positioning nella relazione con i propri genitori relativamente al proprio processo, ancora in fase iniziale, di individuazione e differenziazione.

La dinamica trigenerazionale: tra appartenenza e confusione di ruoli

Il sistema familiare appare organizzato attorno a un nodo critico: la sovrapposizione e la confusione dei ruoli generazionali.
I nonni, definiti implicitamente come "nonni-genitori", sono i principali caregiver e rappresentano l'unico riferimento stabile sia per Rebecca che per Marta, ma nella relazione con Rebecca appaiono privi di strumenti adeguati, tendendo a rispondere materialmente a richieste emotive, attivando così un vortice di pretese senza fine da cui escono reciprocamente esausti.
Questa posizione produce una difficoltà di differenziazione di Rebecca, ancorata al suo ruolo di figlia. Si percepisce vittima di ingiustizia "da sempre", ed è ferma ad un tempo passato per il quale lei pensa le spetti un risarcimento che, dal suo punto di vista, potrebbe finalmente avere da Marta, (ricevendo un riconoscimento come madre) e attraverso Marta (ricevendo un riconoscimento come figlia rispetto ai propri genitori). Questo non le permette di vedere i bisogni emotivi ed affettivi di Marta a cui sembra non riconoscere un'autonomia di pensiero, scevra dal condizionamento dai nonni. Tende infatti a leggere ogni movimento di differenziazione di Marta come effetto del rapporto suo con i propri genitori e quindi come tentativo dei propri genitori di mettergliela contro.

Rebecca si sente combattuta dentro un imbroglio: Marta le ha “rubato” il ruolo di figlia dei propri genitori e i propri genitori le hanno “rubato” il ruolo di madre di Marta. Da qualsiasi punto si guarda, si percepisce “perdente”.

Percorso individuale di Rebecca

Rebecca entra nella stanza di terapia già pesantemente definita dalle narrazioni altrui. Insegnanti, familiari, contesto amicale e i suoi stessi genitori (i nonni di Marta) le hanno sempre rimandato una posizione di cronica discontinuità, di fragilità e le hanno sempre riconosciuto un perenne bisogno di sostegno esterno. Queste descrizioni, condivise da Rebecca, rischiano di delinearsi come una gabbia identitaria che le impedisce di accedere a cambiamenti pensabili o a sperimentare versioni diverse di sé, facendola sentire sempre vittima di ingiustizia. Il percorso individuale di Rebecca è stato centrato su più nuclei portanti:

Narrazione della propria storia adottiva: Rebecca ha la necessità di risignificare il suo vissuto ma teme di ferire i suoi genitori adottivi
Costruzione di identità e confini
Costruzione di autonomie e progettualità futura
Riconoscimento dei propri limiti e “accettazione” di una solo parziale recuperabilità genitoriale

La narrazione della propria storia adottiva si configura per Rebecca come un nodo terapeutico centrale e al contempo altamente sensibile. Emerge con chiarezza il bisogno di risignificare il proprio vissuto, di costruire una trama narrativa che le consenta di integrare le esperienze precoci con l’identità adulta e con il proprio ruolo di madre. Tuttavia, questo movimento evolutivo incontra, come ostacolo significativo, il timore che tale rielaborazione possa essere vissuta dai genitori adottivi come una messa in discussione del legame o, come lei racconta, “ancora peggio, come una forma di ingratitudine o di rifiuto” da parte sua nei loro confronti.
Emerge una tensione interna tra due bisogni fondamentali: il bisogno di differenziazione e di costruzione di un’identità autonoma e il bisogno di appartenenza e di mantenimento del legame affettivo con i genitori adottivi. Questi bisogni in Rebecca non riescono a convivere contemporaneamente e danno vita ad aree che tendono a riattivarsi nella relazione con la figlia Marta, da cui Rebecca si sente non amata e/o rifiutata e alla quale riconosce ingratitudine nei propri confronti (proprio la stessa ingratitudine che lei prova verso i suoi stessi genitori adottivi). Al contempo per preservare il legame, Rebecca annienta la capacità decisionale di Marta leggendo il suo comportamento come meramente imposto dai nonni. È come se Rebecca pensasse, secondo le proprie lenti costruite attraverso la propria esperienza di bambina adottata, che la figlia Marta non può essere così determinata allo svincolo da lei e all’autodeterminazione, perché questa parte è come se Rebecca non la riconoscesse appartenente al proprio “corredo genetico-relazionale”. Come è possibile che Marta possa volersi svincolare da lei, quando lei non riesce a svincolarsi dai propri genitori?

Questo timore di “ferire” i genitori può essere letto come un segnale della difficoltà del sistema familiare a tollerare, fin dall’origine della storia adottiva, processi di ridefinizione dei significati. È un apprendimento: nel tempo le richieste di Rebecca, le domande sulle proprie origini, i tentativi di comprendere e nominare la propria storia sembrano essere state intercettate e restituite dal sistema adottivo come “ingiuste”, “eccessive” o “poco riconoscenti”.
In questa cornice, il bisogno legittimo di conoscere e integrare le proprie radici si trasforma progressivamente, agli occhi di Rebecca, in qualcosa di rischioso sul piano relazionale. La curiosità identitaria viene associata alla possibilità di generare sofferenza negli altri, producendo una sorta di “proibizione” interna: chiedere equivale a ferire, cercare equivale a tradire. Si struttura così un vincolo implicito che limita la libertà e contribuisce a mantenere la storia personale in una zona opaca, poco esplorabile.
È un apprendimento che si iscrive profondamente nel piano emotivo e relazionale, andando ad alimentare la posizione della bambina interna. È proprio questa parte di sé che ha imparato, nel tempo, a “sacrificare” i propri bisogni in funzione della tenuta del legame.
Un esempio emerge in una seduta individuale in cui Rebecca, sollecitata a parlare della propria storia adottiva, accenna al desiderio di conoscere alcuni aspetti della propria origine, partendo dalla premessa che una madre non abbandona un figlio e quindi deve essere successo qualcosa di grave alla propria madre biologica. Dopo pochi istanti, tuttavia, interrompe il racconto e aggiunge: “Ma tanto non ha senso, è una ricerca che dovrei fare da sola e che mi renderebbe ancora più sola… farei solo stare male mio padre e mia madre”.
Nel proseguo dell’incontro, Rebecca ricorda un episodio risalente ai primi anni dell’adolescenza in cui aveva posto alcune domande sulla propria madre biologica. In quell’occasione, ricorda, il clima emotivo si era rapidamente caricato di tensione: la madre adottiva si era ammutolita e il padre aveva sottolineato quanto fosse stato fatto per lei, lasciando intendere che quelle domande fossero inappropriate. Rebecca descrive quell’esperienza come un momento in cui si era sentita “sbagliata e ingrata”, arrivando a concludere che fosse meglio non “aprire certe cose”.
Nella seduta attuale, questo apprendimento si ripropone in modo quasi automatico: il desiderio di conoscere e dare senso alla propria storia viene immediatamente bloccato da un pensiero di protezione verso i genitori adottivi. È come se una parte di Rebecca, riconducibile alla sua bambina interna, intervenisse per regolare l’espressione dei bisogni, anticipando non tanto il contatto con il possibile dolore dell’altro, quanto la posizione emotiva di sentirsi ingrata e sbagliata.
È proprio in questo conflitto che, con particolare evidenza, si percepisce la presenza di una “bambina interna” non pienamente riconosciuta né ascoltata: si delinea come una parte di sé che custodisce bisogni primari di appartenenza, riconoscimento e rispecchiamento, rimasti in larga parte insoddisfatti e proprio per questo ancora attivi nel presente.
Questa dimensione interna sembra emergere soprattutto nei momenti di frustrazione e di attivazione emotiva, orientando le reazioni di Rebecca in senso regressivo e rendendo difficile il mantenimento di una posizione adulta, mostrando ad esempio reazioni aggressive

quando si entra in contatto con i propri nuclei di vulnerabilità.
Allora, Il timore di ferire i genitori adottivi può essere letto, in questa prospettiva, come espressione di una lealtà profonda della bambina interna, che continua a cercare approvazione e protezione, evitando qualsiasi movimento che possa mettere a rischio il legame. La possibilità di narrare la propria storia in modo autentico viene così bloccata da una regolazione emotiva centrata sulla paura di perdere l'amore e il riconoscimento, di perdere il legame.
Come dialoga questa parte bambina con la figlia adolescente? Che effetto difensivo può produrre questa parte rispetto alla relazione con la figlia Marta? In che modo Rebecca può avere creato un contesto relazionale nel quale, "regalando" la figlia ai nonni, permette agli stessi di avere un "dono d'amore" risarcitorio rispetto al possibile processo di individuazione di Rebecca, (vissuto appunto come pericoloso) ma, nello stesso tempo, Rebecca crea il contesto relazionale nel quale si realizza la profezia che si autoavvera, ovvero che lei venga esposta alla perdita del legame con la figlia. Marta, invece, rispetto alla propria storia, ha un doppio vissuto abbandonico relativamente ai genitori biologici, non riconosce in nessuno dei due delle funzioni genitoriali e si sente "adottata" dai nonni, assimilando in tal modo il proprio vissuto a quella della madre. I nonni, in tal senso, sono generazionalmente coperti dall'eventuale perdita della funzione genitoriale adottiva, sia che facciano i genitori adottivi di Rebecca che di Marta.
È una dinamica che contribuisce a mantenere Rebecca in una posizione sospesa tra le generazioni: da un lato resta fortemente ancorata al ruolo di figlia, portatrice di bisogni non pienamente elaborati; dall'altro fatica ad accedere a una funzione genitoriale sufficientemente stabile, rischiando di collocare Marta in una posizione accudente o di rispecchiamento dei propri stati interni. In questo senso, la bambina interna non riconosciuta tende a occupare spazio nella relazione madre-figlia, interferendo con la possibilità di vedere Marta nella sua identità.
Parlando di sua figlia Marta, Rebecca utilizza parole di valorizzazione: "È molto più brava di me, lei è capace di stare nelle relazioni, le vogliono tutti bene". Questa affermazione, apparentemente valorizzante, mostra elementi preoccupanti. Ci porta infatti dentro un confronto implicito tra madre e figlia all'interno delle relazioni: Rebecca si pone in una condizione di subalternità rispetto alla figlia, delegandole la funzione di "quella che sa come si fa", e da questa posizione mostra la gelosia per averle "rubato" i genitori, averle rubato la posizione di figlia: "non le basta che si è presa la mia stanza".
Il lavoro terapeutico si è orientato quindi a rendere visibile e legittima questa voce interna, senza colludere con i bisogni ma favorendone un processo di riconoscimento e integrazione. Offrire uno spazio in cui la "bambina" possa essere ascoltata potrebbe consentire progressivamente a Rebecca di non agire tali bisogni nella relazione con la figlia o con i genitori, ma di riconoscerli, differenziarli e riposizionarli nel tempo.
Nel corso degli incontri, il funzionamento di Rebecca è apparso caratterizzato da una marcata oscillazione. In alcuni momenti è presente, sintonizzata, capace di riconoscere i bisogni della figlia e di rispondere in modo adeguato. In altri, il discorso si interrompe, lo sguardo si

abbassa, la continuità del discorso si perde ed è come se diversi stati interni si alternassero senza una possibilità di integrazione.
In questa prospettiva, è come se la risignificazione della storia adottiva possa diventare anche un processo, di riconciliazione prima ed integrazione poi, tra le diverse parti di sé: la bambina richiedente, l'adulta in costruzione e la madre possibile. Solo attraverso questo lavoro di integrazione diventa pensabile un movimento evolutivo che possa aprire uno spazio per la riattivazione, seppur parziale, della funzione genitoriale: una genitorialità meno guidata dalla vulnerabilità della bambina interna e più capace di riconoscere e sostenere i bisogni evolutivi di Marta.
Questo può avvenire solamente se Rebecca percepisce la propria "crescita" come non pericolosa per i propri genitori, a cui sente di non potere togliere il ruolo genitoriale adottivo.

Il lavoro con le parti

L'Internal Family Systems di Richard Schwartz offre una modalità operativa utile per affrontare questo processo di riconciliazione e integrazione tra le diverse parti e ci permette di vedere come questa tensione può essere letta come espressione di un sistema interno organizzato in parti in relazione tra loro.
Schwartz suggerisce che la mente sia composta da un Sé (il leader naturale) e da diverse parti che assumono ruoli protettivi o portano carichi traumatici. In Rebecca possiamo ipotizzare la presenza di tre categorie principali di parti: le parti vulnerabili sono i frammenti del Sé che portano il dolore dell'abbandono adottivo, il senso di essere "sbagliata" o non degna di amore. Queste parti sono come isolate per proteggere il resto del sistema dal loro dolore che lo travolgerebbe; le parti protettive sono quelle che cercano di mantenere Rebecca "almeno un po' funzionante" nella vita quotidiana, ad esempio potrebbe essere la parte che si sottomette al giudizio dei nonni per garantire una continuità anche se dolorosa, o la parte che cerca disperatamente di essere una "brava madre", salvo poi fallire sotto il peso dell'ansia e della confusione. Infine sono riconoscibili delle parti che si attivano quando gli Esuli rischiano di emergere. Il "ritiro" di Rebecca, il suo "spegnersi" durante i colloqui, il suo chiedersi se ha senso farsi delle domande, può essere visto come l'intervento di un Vigile del Fuoco interno che interrompe il contatto con la connessione emotiva per evitare il collasso.
Nel caso di Rebecca in particolare, emerge con forza una parte esiliata, riconducibile alla "bambina interna", portatrice di bisogni profondi di appartenenza, riconoscimento e amore non pienamente soddisfatti. Questa parte, rimasta in una condizione di vulnerabilità, tende a riattivarsi nei momenti di frustrazione, influenzando il funzionamento emotivo e relazionale di Rebecca.
Accanto a questa, si osserva l'azione di parti protettive, orientate a evitare il contatto con il dolore e che cercano di prevenirne il riemergere. Il timore di ferire i genitori adottivi, ad esempio, può essere interpretato come una funzione protettiva: evitare il conflitto e preservare il legame diventa una strategia per mantenere un senso di sicurezza interna. Tuttavia, questa protezione ha un costo: attiva il conflitto nel momento in cui non viene riconosciuto questo "sacrificio" per cui espone Rebecca a sentirsi "vittima del mondo". E

questa dinamica contribuisce a mantenere Rebecca in una posizione bloccata, in quanto ogni movimento verso la differenziazione viene percepito come potenzialmente distruttivo.
In questo scenario, il Self, inteso nel modello IFS come nucleo integrativo caratterizzato da qualità di presenza, curiosità e compassione, appare poco accessibile o quasi del tutto celato dall'attivazione delle parti. L'intensità delle emozioni legate al vissuto di ingiustizia rende difficile per Rebecca assumere una posizione riflessiva e regolata, necessaria per integrare le diverse componenti della propria esperienza.
L'effetto di questa organizzazione interna si manifesta anche sul piano della funzione genitoriale. Quando la bambina interna prende il sopravvento, Rebecca tende a muoversi nella relazione con Marta a partire dai propri bisogni non soddisfatti, con il rischio di invertire i ruoli o di richiedere implicitamente alla figlia una funzione di rispecchiamento.
Parallelamente, le parti protettive possono irrigidire le interazioni, farla porre in una posizione che risulta poco credibile e poco autentica.
Il lavoro terapeutico si è orientato, quindi, a favorire un progressivo accesso al Self, creando le condizioni perché Rebecca è potuta entrare in relazione con le proprie parti senza esserne sopraffatta. I passaggi del processo terapeutico hanno favorito il riconoscimento e la legittimazione della sofferenza della bambina interna. Poter differenziare le parti protettive dalla loro funzione difensiva, ha ridotto la polarizzazione e ha promosso un dialogo interno più flessibile e integrato.
Questa nuova posizione, più integrata, ha aperto ad uno spazio per una genitorialità più regolata e consapevole, in cui i bisogni della bambina interna non vengano agiti nella relazione con Marta, ma riconosciuti e contenuti.
Nel lavoro terapeutico questa parte bambina è stata narrata ai genitori adottivi che, nel setting terapeutico hanno potuto ri-narrare, o narrare per la prima volta a Rebecca, la storia del percorso adottivo, le difficoltà vissute dai genitori e soprattutto la loro ferita per il lutto di una mancata genitorialità biologica. Questo passaggio ha permesso ai genitori adottivi di esplicitare il senso di appartenenza vissuto nella relazione con Marta, da loro percepita, a livello implicito, "figlia biologica".
Il caso non è ancora concluso, ma siamo nella fase in cui, stiamo lavorando secondo la nostra epistemologia sistemico-relazionale, nel favorire una nuova lettura dei legami e delle relazioni tra le generazioni, permettendo a Marta di venire riconosciuta, per la prima volta, nipote dei nonni e figlia di Rebecca, nonostante le fragilità della madre.
In tal senso, il lavoro sulle parti non è risultato utile solo a sostegno di un processo identitario di Rebecca, ma ha rappresentato una leva fondamentale per la riattivazione di una funzione genitoriale possibile sia in lei che nei genitori.

Conclusioni

Nel caso di Rebecca, la difficoltà di accesso a una funzione genitoriale sufficientemente stabile appare profondamente intrecciata con una storia adottiva non pienamente risignificata e con un contesto familiare che fatica a tollerare processi di differenziazione.
In questa prospettiva, il lavoro terapeutico si configura come un processo di progressiva

costruzione di spazi di pensabilità, in cui ciò che non ha trovato parola, nella storia familiare e nel mondo interno, possa essere nominato, riconosciuto e integrato. Una possibile integrazione tra approccio sistemico-relazionale e modello IFS ha consentito di lavorare simultaneamente sui legami e sulle parti, rendendo visibili le connessioni tra dinamiche familiari e organizzazione interna dell'esperienza.
La possibilità, per Rebecca, di accedere a una posizione più integrata, in cui la "bambina interna" possa essere riconosciuta senza prendersi l'intero campo relazionale, rappresenta non solo un passaggio evolutivo sul piano identitario, ma anche una condizione necessaria per la costruzione di una genitorialità possibile. Una genitorialità forse non pienamente riparativa, ma sufficientemente regolata da permettere a Marta di sottrarsi a movimenti dettati da conflitti di lealtà e sensi di colpa e di abitare uno spazio evolutivo più coerente con la propria fase di vita.
In tal senso, il lavoro clinico non si orienta alla ricerca di un equilibrio definitivo, quanto piuttosto alla costruzione di condizioni sia relazionali che interne che rendano possibile uno spazio in cui appartenenza e differenziazione possano coesistere e in cui la propria storia, da vincolo, possa progressivamente trasformarsi in risorsa.

Bibliografia

Bateson, G. (1976). Verso un'ecologia della mente. Adelphi. (Opera originale pubblicata nel 1972)
Boscolo, L., & Bertrando, P. (1996). Terapia sistemica individuale. Raffaello Cortina.
Boscolo, L., Cecchin, G., Hoffman, L., & Penn, P. (2004). Clinica sistemica (P. Bertrando, A cura di). Boringhieri.
Boszormenyi-Nagy, I., & Spark, G. (1988). Lealtà invisibili: La reciprocità nella terapia familiare intergenerazionale. Astrolabio.
Bowen, M. (1979). Dalla famiglia all'individuo (M. Andolfi & M. De Nichilo, A cura di). Astrolabio.
Fonagy, P. (2002). Regolazione affettiva e sviluppo del Sé. Cortina.
Sannasardo, P. F., & Noto, C. (2007). Il trattamento multicontestuale applicato ai contesti di prevenzione e cura delle dipendenze patologiche. Connessioni, 19, 143–164.
Schwartz, R. C. (2023). Come allearsi con le parti "cattive" di sé: Guarire il trauma con il modello dei sistemi familiari interni. Raffaello Cortina.
Schwartz, R. C., & Sweezy, M. (2023). Terapia dei sistemi familiari interni. Cortina.
Siegel, D. (2001). La mente relazionale: Neurobiologia dell'esperienza interpersonale. Raffaello Cortina.