



ETTIMANALE  
PAVESE

EVENTI

PAVESE

SENTIMENTI ED ARTE

LETTERA DI RICHIESTA D'AIUTO DI UNA MOGLIE ALLA PSICOLOGA

# “CON MIO MARITO È SO SILENZIO O AGGRESSIVITÀ?”

E LA DOTTORESSA RISPONDE: “PROTEGGETE DAI CONFLITTI VOSTRO

*Gentile Dottoressa, per l'ennesima volta nella mia casa è calato il silenzio anche se, per me, le cose ancora da dire a mio marito sono molte. Siamo sposati da 15 anni, durante i quali abbiamo costruito tante cose. Abbiamo un figlio di 12 anni, sul quale abbiamo tanti progetti. Abbiamo un lavoro e una vita sociale. Da qualche anno, però, lo stare insieme è diventato faticoso. Ce ne rendiamo conto tutte le volte in cui o usiamo l'aggressività per comunicare o il silenzio per non comunicare. In questo clima vive e cresce nostro figlio, il quale spesso si chiude in camera per non sentirci e vederci. Ed io ho l'impressione che tutto sia un fallimento. E la tristezza, come questa sera, sembra intollerabile.*

*Lettera firmata*

*Cara O., perché invece di scrivere a me (chiudendosi da qualche parte, proprio come fa suo figlio) non va da suo marito dicendogli le cose che ha detto a me? La*



*mia domanda vuole comprendere che cosa la blocca dall'affrontare la situazione. La blocca la paura di esprimere le proprie paure? La blocca la paura delle possibili reazioni di suo marito? La blocca l'idea che nulla possa cambiare?*

*In realtà il non far nulla conduce a vivere una vita “come se”. Forse, per quanto possa apparire doloroso, aprire la porta della camera*

*in cui ognuno di voi s'è chiuso, potrebbe dare più senso al vostro stare insieme. Anche perché “noi siamo immersi nella menzogna, da cui spesso non ci possiamo sottrarre, ma è solo quando affrontiamo la verità che ci sentiamo liberi” (M.A.).*

*Quanto al coinvolgimento del figlio nel clima familiare, un aspetto della capacità genitoriale risiede nel pro-*

*teggere il più vulnerabile tra i minori dai conflitti di coppia, salvando meglio i loro interessi. Un elemento importante nei rapporti ai figli “protettiva” sta proprio nel dare loro stabilità.*

*L'instabilità non deve rimanere l'idea che il legame sia precario. È importante non vista è il rispetto il suo. O screditarlo. O tentare il figlio, a sua insicurezza stordimento. O stare sé stessi, propria sofferenza anche l'idea di grado di reazione.*

*Le auguro di trovare una soluzione, ma la porta, ricercando e, perando la capacità non solo “co-*

> Dottoressa O. psicologa e psicologa vicenzi@ps