

Questo non è amore

SEGUITO ne che chiamavano per la prima volta. Stando al servizio analisi criminale della Polizia di Stato, nel 2021 sono stati commessi 295 omicidi, con 118 vittime donne di cui 102 uccise in ambito familiare/affettivo; di queste, 70 hanno trovato la morte per mano del partner o dell'ex.

«Serve distinguere due tipi di comportamento» afferma Giancarlo Dimaggio, psichiatra, cofondatore del Centro di terapia metacognitiva interpersonale a Roma. «Il primo è quello dell'uomo che usa violenza fisica e verbale in casa per reagire a una sofferenza emotiva. Può essere gelosia, rabbia, paura. In questo caso i margini di miglioramento nella relazione di coppia esistono ma solo se chi maltratta ne prende coscienza e va in psicoterapia. Il secondo caso è quello della violenza usata anche fuori casa: quella fredda, pianificata, di tipo predatorio. Qui siamo davanti a colui che dice "sei mia, ti domino e ti controllo". Questo è il caso più difficile da trattare, a volte impossibile, perché siamo davanti a una variante del comportamento antisociale» aggiunge Dimaggio. «Quando faccio psicoterapia con le pazienti, le aiuto a focalizzarsi sull'«attimo prima di cadere» (questo è anche il titolo del libro di cui è autore, edito da Raffaello Cortina, ndr). Ovvero, le invito a fermarsi in quel momento in cui stanno per assecondare le aspettative altrui».

Un passato di dolore

Può sembrare uno sproposito affermare che, comportandosi così come lui la vuole, una donna faccia una scelta. «Eppure, anche se è messa alle strette dalle minacce del manipolatore o dai sensi di colpa, è giusto che la vittima si chieda

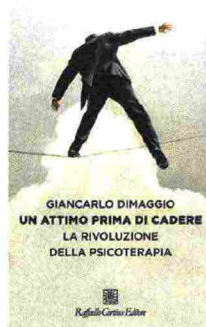
Le chiamate al numero nazionale antiviolenza 1522 sono aumentate durante la pandemia

che cosa l'abbia spinto ad affidare il giudizio su se stessa a un altro. Spesso emerge che dietro questi comportamenti c'è un passato di dolore, lutti, abbandoni» spiega Dimaggio.

«Se si spera che a cambiare la situazione sia il mutato atteggiamento dell'uomo, ci si mette, però, in una prospettiva che sottrae potere a se stesse. In altre parole, se si resta convinte che per uscire dalla violenza psicologica è solo il manipolatore a dover cambiare, perché è lui dalla parte sbagliata, anche il percorso della psicoterapia sarà vissuto come un'ingiustizia invece che come una chance di rinascita».

Separazione psicologica

E se invece un attimo prima di sottomettersi all'imposizione altrui ci si chiedesse perché si teme la sua reazione? «Fermarsi sull'orlo del precipizio significa avviare la separazione psicologica che sarà un modo per proteggersi dal persecutore. Poi potrà arrivare quella legale, ma non è detto» aggiunge Dimaggio che nel tentativo ci vede una possibilità di salvezza. «Cosa può succedere se non lo assecondo? O che lui si adegui al nostro cambiamento in modo imprevedibile oppure che ci resti male e non si adegui. Pazienza. E se questo dovesse sfociare in violenza fisica, sarà chiaro che siamo davanti a un partner disfunzionale patologico da cui star lontani» conclude lo psichiatra. Quando si sono finalmente prese le distanze da una relazione patologica può nascere comunque la necessità di chiudere il cerchio parlando della propria storia ad altri. O a tutti. **io**



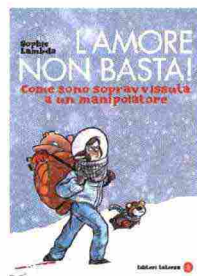
Il libro scritto dallo psichiatra Giancarlo Dimaggio.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Una graphic novel per smascherare i manipolatori

Un'illustratrice francese aveva tutto: un bel lavoro, una bella casa, un amore, Marcus, un attore. Lui giurava di amarla, ma la faceva sentire inadeguata, quasi pazza, racconta. Finché non l'ha lasciato e ha capito

È successo a Sophie Lambda, illustratrice trentaseienne di stanza a Nantes, che ha pubblicato *L'amore non basta! Come sono sopravvissuta a un manipolatore* (Laterza). «Ho deciso di scrivere e disegnare un libro per capire cosa mi stesse succedendo. Ho trascorso tanto tempo a leggere e a studiare. Quando tutto mi è stato chiaro, ho realizzato che quelle situazioni erano poco note, dovevo renderle pop e facili per tutti. Avevo 30 anni quando ho conosciuto Marcus, un attore. Ero felice. Avevo degli amici,



Il libro disegnato dall'illustratrice Sophie Lambda.

un bell'appartamento nel sud della Francia, i miei risparmi e un bel lavoro. Avevo una bella vita, lui no. Non riusciva a tenersi un lavoro e aveva sempre mille storie con mille persone, aveva mille vite. Ma io non lo sapevo, di lui conoscevo il suo lato creativo e divertente: diceva che ero l'unica persona al mondo con cui voleva stare» racconta Sophie, che definisce l'amore di un manipolatore «come il falò della notte di San Giovanni. È spettacolare, magnifico. Ma scalda solo per un po',

e una volta spento vi lascia soli e tremanti davanti a un mucchio di cenere». «Riusciva a farmi sentire inadeguata mentre fingeva di preoccuparsi per me, faceva scenate immotivate dandomi poi la colpa. Mi sentivo pazza, quasi drogata. Per uscirne ho dovuto trovare tanta forza. Più tempo resti accanto a questi uomini, più è difficile. Ti rubano fino all'ultima scintilla di vita. Fuggendo mi sono salvata». Le strisce di Sophie ospitano un terzo protagonista: ha le vesti di un orso di peluche ed è la voce della coscienza. Andrebbero regalate a tutte, le strisce di Sophie: insieme alle mimose.

© RIPRODUZIONE RISERVATA