

## ATTUALITÀ *qualcosa su cui pensare*

di Lavinia Rittatore

**Il marito perfetto che in realtà è un traditore. O che si trasforma in un violento. Le cronache sono piene di casi del genere. E molti di noi lo hanno sperimentato nella loro vita. Il compagno, un figlio, l'amico che credevamo di conoscere a fondo all'improvviso si rivela una persona completamente diversa. Perché avviene, e perché non sappiamo (o non vogliamo) cogliere i segnali del suo cambiamento è il tema del nuovo libro di una celebre psicoterapeuta, Gianna Schelotto. Ne abbiamo parlato con lei**



**Noi due sconosciuti - Viverti accanto e non sapere chi sei (Mondadori), il nuovo libro della psicoterapeuta della coppia Gianna Schelotto.**

Il libro si apre con una provocazione: un uomo è davanti a una donna che lui è convinto di aver già incontrato. Garbatamente indaga: in quale città vive, in che strada abita, e a quale numero civico? La sorpresa dei due cresce a ogni risposta, fino alla rivelazione finale: «Allora, cara signora, io credo che non vi siano più dubbi: ci siamo già visti e lei è la mia legittima consorte» esclama lui sollevato. Non a caso l'ultimo saggio della celebre psicoterapeuta Gianna Schelotto, *Noi due sconosciuti - Viverti accanto e non sapere chi sei* (Mondadori), inizia con una citazione da *La cantatrice calva* di Eugène Ionesco, celebre scrittore teatrale francese, le cui opere sono definite "teatro dell'assurdo". E infatti le cose assurde che si combinano per "non" vedere magagne e difetti che potrebbero farci soffrire ci portano molto spesso a non sapere più davvero chi sono mariti, mogli, figli, genitori, fratelli, amici intimi. E più la "cecità" avanza, più il rischio di trovarsi devastati quando bisogna aprire gli occhi di fronte a un tradimento, a un comportamento inaspettato, ad azioni non condivise, cresce a livelli allarmanti. «Dalle cronache rosa e nere degli ultimi anni e dalle rivelazioni dei miei pazienti risulta che la questione della doppia vita sia un problema molto diffuso» rivela Gianna Schelotto. «E che ci sono troppe persone che non si accorgono che il partner oppure un congiunto si stanno costruendo un'altra realtà, che

stanno cambiando pelle».

**E per questo che una mattina ci si sveglia e di fronte alla novità si esclama "Non so più chi sei"?**

«Tutti noi nascondiamo un giardino segreto, delle cose che non confessiamo a nessuno, e questo è salutare. Ma quando la relazione perde di qualità, questo giardino segreto può diventare il rifugio di sentimenti ostili, di aggressività, di rancore. Chi è in queste condizioni può sviluppare una seconda vita che sia fantastica o praticata, escludendo completamente l'altro».

**Può fare un esempio?**

«Penso alle donne che convivono con uomo che le tradisce o che va a prostitute. O a mariti le cui compagne si prendono allegre evasioni. Il traditore cerca di nascondere all'altro i suoi comportamenti; e l'altro, troppo convinto di conoscere perfettamente il partner, non osserva, non guarda, e non capisce. O non vuole capire».

**In che senso non vuole capire?**

«C'è un detto: il cornuto è sempre l'ultimo a saperlo. E questo non perché sia stupido, ma perché per ogni persona tradita accettare la verità è un dolore enorme e quindi tende a non vedere i segnali».

**Allora non ci si può fidare di chi ci vive accanto?**

«No, non è questo il punto. C'è differenza tra fiducia e affidamento, anche se il vocabolario li dà come sinonimi. Affidamento ha un che di regressivo e infantile. Un bambino si affida ai suoi

# Se il partner diventa uno sconosciuto



*Anne Hathaway e Raffaello Follieri*

L'attrice è stata a lungo fidanzata con l'imprenditore italiano Raffaello Follieri che nel 2009 è stato arrestato dall'Fbi per truffa. «Ha truffato anche me» ha dichiarato la star: «oggi sono molto più cauta nell'avvicinarmi a un uomo».

genitori, crede a tutto quello che dicono e che promettono. Ed è giusto perché un bambino per crescere deve credere senza riserve a mamma e papà. I problemi arrivano quando si è già cresciuti. Ed è in questa fase che bisogna fidarsi responsabilmente».

**Che cosa vuol dire fidarsi responsabilmente?**

«Bisogna essere corresponsabili. "Lui/lei non mi tradirà mai" è una convinzione che deve uscire dal nostro orizzonte. A che titolo non ci sfiora il dubbio che il partner possa ricevere stimoli dal mondo esterno? E solo un modo per chiuderci dentro un bozzolo rassicurante fatto di certezze granitiche. Come quella di dirsi "mio figlio tanto non fumerà mai uno spinello". O non volersi accorgere che una figlia che pesa 30 chili soffre di anoressia. Bisogna invece accettare che l'altro possa avere le sue ambivalenze, che possa cambiare. La frase "mi ama come il primo giorno" è una sciocchezza, è un ostinato rifiuto alla trasformazione altrui che negli anni inevitabilmente avviene. Come si fa a dare per scontato che quello che ieri era vero, oggi lo sia altrettanto e domani anche?».

**Le pagine di cronaca ci informano di madri ignorare degli abusi dei mariti nei confronti delle figlie. Come è possibile vivendo sotto lo stesso tetto?**

«Non sanno o non vogliono sapere? Anche qui c'è un meccanismo psicologico inconscio che

*(segue a pagina 51)*



*Jesse James e Sandra Bullock*

Il 7 marzo dell'anno scorso, ricevendo l'Oscar come miglior attrice, Sandra Bullock aveva pubblicamente ringraziato il marito Jesse James. Poco dopo ha scoperto che lui la tradiva con una pornostar. Ora ha divorziato.

## ATTUALITÀ *qualcosa su cui pensare*

*(segue da pagina 49)*

impedisce di accettare che tuo marito pratichi l'incesto e quindi di vedere l'uomo che hai sposato per quello che è. Poi scattano anche altri meccanismi, come la paura dello scandalo, il timore nei confronti della persona che si macchia di queste azioni. Ma pensiamo anche a quei vicini che dichiarano "ma era tanto una brava persona", quando viene fuori che la brava persona è un sanguinoso assassino. Mi vengono in mente il caso dei pluriomicidi di Erba, Olindo e Rosa, o di Erika e Omar, che hanno ucciso la madre e il fratellino di lei a Novi Ligure».

**Ma abbiamo letto di attrici come Sandra Bullock, esterrefatta dai molteplici tradimenti del consorte, o Anne Hathaway, affranta perché il fidanzato si è rivelato un truffatore di professione. Tutte illuse e credulone?**

«Le loro storie assomigliano ad alcune che racconto nel libro. La credulità è molto trasversale. Racconto la vicenda di una donna che per anni ha avuto un amante, un delinquente, che le ha detto bugie su bugie, mettendo anche a rischio la sua vita. E lei, nonostante i segnali, non ha mai voluto andare a fondo. Solo un evento imprevisto le ha fatto scoprire veramente chi fosse quell'uomo. Ma c'è anche la vicenda di una sorella convinta di essere stata fondamentale nella vita del fratello, che all'improvviso viene a sapere un'altra, amara, verità. La sofferenza di queste donne deluse è autentica e profonda. Perché l'inconscio, per autodifesa, ha impedito loro di comprendere i fatti».

**Tornando al giardino segreto di cui parlava prima, quello che tutti dobbiamo coltivare ma che può dare frutti avvelenati, come si trova un equilibrio tra la giusta salvaguardia di una sfera intima e la colpevole omissione, quando ci si relaziona a un partner, un amico, un genitore, un figlio?**

«Ciascuno deve trovare il suo equilibrio. Faccio un esempio. Un mio paziente mi ha confidato che quando la moglie lo chiama sul cellulare gli chiede sempre: "Dove sei?", e lui le risponde immancabilmente dandole un indirizzo sbagliato, un posto diverso da dove si trova. Gli ho domandato il perché e la sua risposta è

*(segue a pagina 52)*



**Oksana Grigorieva e Mel Gibson**

**Gibson, fervente cristiano e padre di ben otto figli, si è rivelato un violento: pochi giorni fa è stato condannato a 36 mesi con la condizionale per violenze domestiche contro la ex compagna Oksana Grigorieva.**



**Piero Marrazzo e Roberta Serdoz**

**Piero Marrazzo, sposato con Roberta Serdoz e padre di tre figlie, aveva una doppia vita: frequentava assiduamente transessuali. Dopo l'esplosione dello scandalo, nell'ottobre 2009, si è dimesso da presidente della Regione Lazio.**

## ATTUALITÀ *qualcosa su cui pensare*

(segue da pagina 51)

stata: "Mi sento assillato". La sua è una piccola fuga che potrebbe essere l'inizio di una seconda vita. Probabilmente se la moglie sapesse di queste bugie ci rimarrebbe malissimo e guarderebbe il marito come un estraneo».

### **L'esistenza di Internet o di uno smartphone, cambia la vita del nostro giardino segreto?**

«Il mondo virtuale ti permette di agire in uno spazio tutto tuo, che può escludere tutte le per-

sone che ti circondano. Qui puoi costruire relazioni impalpabili, vivere i tuoi sogni e i tuoi desideri di evasione con un numero imprecisato di sconosciuti: è la dilatazione del tuo giardino segreto. Se si limita a essere una valvola di sfogo, non c'è nulla di male. Ma se è una fuga, un nascondiglio dove far crescere ostilità, rancore, frustrazione sentimentale, il rischio che se ne emerga sempre più "sconosciuti" è elevatissimo».

## Test: di che fiducia sei?

La fiducia è un sentimento complesso. C'è la fiducia cieca che non ha bisogno di prove e che si affida totalmente. E c'è la fiducia adulta, matura, che crede nell'altro, ma non a scatola chiusa. Rispondi alle domande che seguono per capire di che fiducia sei.

**1\_«L'amore è dare ciò che non si ha a qualcuno che non si conosce» (Lacan) Questa affermazione ti sembra:**

- a\_Provocatoria
- b\_Cinica
- c\_Stimolante

**2\_Per virtù di un incantesimo il tuo pensiero diventa trasparente. Per un'ora chiunque può vedere ciò che pensi. Che fai in quell'ora?**

- a\_Ti chiudi in casa al buio
- b\_Cerchi di orientare i tuoi pensieri
- c\_Pensi che chi ti ama ti perdonerà

**3\_Per lo stesso incantesimo è il pensiero del tuo compagno a diventare trasparente per un'ora:**

- a\_Eviti accuratamente di incontrarlo
- b\_Ti rifiuti di credere a ciò che vedi
- c\_Ti commuovi all'idea di saperlo esposto e indifeso

**4\_Secondo te "dirsi tutto" in una coppia è:**

- a\_Un segno di reciproca stima
- b\_Un bisogno di scaricarsi dei propri peccati
- c\_Un modo bugiardo di dirsi la verità

**5\_"Credere" per te vuol dire:**

- a\_Pregare tutte le sere
- b\_Permettere a ciascuno di esprimere se stesso

c\_Ritenere chiunque innocente fino a prova contraria

**6\_Per il tuo compleanno lui ti fa un regalo di valore superiore alle sue possibilità economiche. Pensi:**

- a\_Che sia l'ennesima prova del suo grande amore
- b\_Che abbia ottenuto prezzi scontatissimi
- c\_Che devi indagare sul suo modo di guadagnarsi la vita

**7\_Partecipi con tuo marito a una sua rimpatriata tra ex compagni di università e scopri di lui molte cose che non sapevi:**

- a\_Ti senti esclusa e gli fai un terzo grado
- b\_Ti diverti a scoprire lati di lui che ignoravi
- c\_Ti chiedi su quante altre cose ti abbia mentito

**8\_Che immagine sceglieresti per celebrare la Giornata nazionale della Fiducia?**

- a\_Una chiave buttata in un pozzo;
- b\_Un seminatore;
- c\_Un caminetto acceso;

**9\_Nelle tasche del tuo compagno trovi il conto di una cena per due in un esclusivo ristorante:**

- a\_Lo accartocci e lo butti via
- b\_Fai una scenata di gelosia;
- c\_Lo interroghi pacatamente;

**10\_«La fiducia è l'uccello che canta quando la notte è ancora buia». Questo verso di Tagore pensi voglia dire:**

- a\_Che non bisogna aver paura del buio;
- b\_Che muoversi al buio non vuol dire

essere ciechi;

c\_Che non bisogna credere solo in ciò che si vede:

### Tabella

domanda	a	b	c
1	2	1	3
2	2	1	3
3	3	1	2
4	1	2	3
4	1	2	3
6	1	2	3
7	2	3	1
8	1	3	2
9	1	2	3
10	1	3	2

Somma i punti corrispondenti alle tue risposte e leggi il tuo profilo.

**Fiducia cieca:** Se il vostro punteggio si situa tra 10 e 19 la fiducia che nutrite è cieca e incondizionata. Non ha bisogno di prove, non è lambita dai dubbi. Si tratta di un modo infantile di affidarsi agli altri che comporta il rischio di solenni delusioni e soprattutto che non aiuta a crescere né gli individui né i rapporti fra loro.

**Fiducia illuminata.** Se avete totalizzato da 20 a 30 punti il vostro modo di dare fiducia è maturo e consapevole. Vi rendete conto e accettate l'esistenza di zone d'ombra in voi stessi e nelle persone che vi vivono accanto. Questo rende costruttiva e dinamica la vostra capacità di dar credito agli altri e vi permette di tener conto degli elementi imprevedibili e delle ambivalenze presenti in ogni incontro. Siete capaci di accogliere l'altro con quanto di ignoto si porta dentro.