

F

N.5 SETTIMANALE 07.02.2023
€ 1,20 IN ITALIA

**DONNE
CORAGGIOSE**
DEPRESSIONE, SONO
PIÙ FORTE DI TE

Bellezza
LABBRA E DENTI:
I TRUCCHI
DEL SORRISO
PERFETTO

Viaggi
SAN VALENTINO:
FUGHE DA SOGNO

Speciale gioielli

ORO, BIANCO E NERO

I COLORI DEI PREZIOSI DI TENDENZA

VITTORIA

Puccini

IN AMORE
NON BISOGNA
DIRSI TUTTO

Miley Cyrus

SINGLE
È MEGLIO

Ljuba Rizzoli

DELON
MI DISSE:
TI VOGLIO

Sanremo

MARZIANI
E METEORE:
50 ANNI
DI FESTIVAL

**NOI
NEOMAMME
LASCIATE
SOLE**



CAIRO EDITORE



CROCEROSSINA A VITA O FUGGO VIA?

Da 15 anni accanto a un marito anaffettivo che soffre di disturbo borderline, Cinzia è stanca e sfiduciata. Ma non sa sciogliere il dilemma

Cara dottoressa,

ho sposato un uomo borderline figlio di una donna schizoide. Hanno tolto i bambini alla madre alla tenera età di 13 anni, a causa del suo stato mentale, mentre il padre, un genio musicista, si è risposato dopo pochi anni con una donna della mia età.

Quando ci siamo conosciuti e innamorati e abbiamo deciso di sposarci, mi sono sentita salvatrice e

La mia storia è segnata da stanchezza e grandi sofferenze, tradimenti e zero aiuto economico

croceroossina. Con mio marito ho fatto due figli meravigliosi, ma poi, che fatica!

La mia vita è stata segnata da stanchezza e grandi sofferenze, lui mi ha tradito ripetutamente, non ha lavorato un giorno in vita sua e il suo contributo economico al ménage familiare è sempre stato inesistente. Oggi sono sfiduciata, ma soprattutto addolorata da una situazione anaffettiva che va avanti da ben 15 anni! E a questo punto, davvero esaurita. Senza più forze e prosciugata nell'animo, finisco con il chiedermi insistentemente cosa fare: lascio trascorrere la vita o mollo tutto e fuggo via? **Cinzia**

Cara Cinzia, non posso non dirti quanto apprezzo e ammiro il tuo coraggio per avere scelto di vivere accanto a un individuo che porta sulle spalle una storia così difficile. Ovviamente, aver avuto una madre con un importante disturbo di personalità ed essere stato portato via da lei a soli 13 anni non può che lasciare un segno profondo. Dalle tue parole si comprende che ci deve essere stato moltissimo amore a muoverti verso di lui, visto che non solo vi siete sposati ma sono arrivati due figli che definisci meravigliosi. E se è vero, a mio avviso, che l'amore non può mai esser giudicato, in questo caso sei tu stessa a mettere l'accento sul

fatto che sei stata croceroossina e salvatrice: così tu ti definisci. Lo ribadisco, è una forma di amore, ma può darsi che adesso non sia più la forma di amore che desideri esprimere. In questi anni l'hai esplorata molto bene, la conosci. Forse ora la tua anima ti chiama a esplorare l'amore in altre forme, che conosci molto meno, come quelle della tenerezza e della reciprocità. La nostra mente tende sempre a metterci degli aut aut sotto forma di decisioni dicotomiche, ovvero bianco o nero, come le domande che tu mi hai rivolto, ma in questo modo ci paralizziamo a fare razionalmente. Invece

che chiederti se lasciar trascorrere la vita – cosa che comunque sarebbe davvero un peccato, perché suona come una forma di rassegnazione – o mollare tutto e fuggire – cosa che suona utopistica, perché più simile a un'evasione che a un cambiamento – perché non cominci a chiederti: chi sono io sotto alla salvatrice e alla croceroossina? Chi sarei se non fossi abituata a vestire quel ruolo?

Puoi far girare dentro di te queste nuove domande e dare tutte le risposte che ti vengono in mente, fino a che non ne arriva una che ti commuove: quella è la risposta del tuo cuore, la più autentica e profonda. A quel punto non hai che da seguir-la, non hai che da comportarti di conseguenza.

Per ispirarti e aiutarti ad avviare il tuo percorso di cambiamento, ti consiglio tre libri: [Mi merito il meglio di Lucia Giovannini \(Sperling & Kupfer, 10,90 euro\)](#), [Gli amori briciola di Umberta Telfener \(Maggi edizioni, 15 euro\)](#) e il mio libro [Ricucire l'anima, un percorso di autoterapia in sette storie \(Mondadori, 20 euro\)](#).

INQUADRA E SCRIVI ALLA PSICOLOGA



VUOI CHIEDERE UN CONSIGLIO ALLA DOTTORISSA POLI? FACILISSIMO: PUNTA QUI LO SMARTPHONE E MANDA IL MESSAGGIO