

## Differenze di carattere e crisi del matrimonio

Prof.ssa Alessandra Graziottin

Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica H. San Raffaele Resnati, Milano

Ho 38 anni. Non ho figli e dopo 10 anni di matrimonio mi sono appena separata. Lui dice per incompatibilità di carattere, anche se all'inizio erano proprio le nostre differenze che gli piacevano. Lui buon lavoro, sicuro di sé, con un'unica passione, lo sport, purché ci sia competizione. Io sono una tranquilla, però lo seguivo. Lui sciava bene e io ho imparato, andava in barca a vela e ci ho provato, lui faceva sub e io ho fatto il corso. Tutto con scarsi risultati perché io per lo sport non sono portata e tutta questa passione nell'agitarmi non ce l'ho. Pian piano sono diventata spettatrice dei suoi sport invece che compagna attiva. E poi a me piace avere la casa perfetta, fare le marmellate, seguire il giardino, fare un giretto per negozi o passeggiare, insomma fare una vita più tranquilla. Da anni lui non mi desiderava più. Alla fine ho cominciato a somatizzare con attacchi di panico, vertigini, depressione. Oggi non so più chi sono, non ho più un ruolo. Non appartengo più alla categoria delle mogli che parlano di mariti e bambini, non sono più nulla. Mi sento stanca, ho paura di tutto, non vivo più. Eppure all'inizio eravamo così innamorati. Ma può finire tutto così?

Lucia

Sì, purtroppo la passione d'amore è per sua natura di breve durata. Da uno a quattro anni, o poco più, dicono gli esperti. Poi l'innamoramento può diventare amore, o appannarsi per sempre. Soprattutto se le differenze di carattere sono notevoli e le illusioni d'amore, all'inizio, molto forti. Comunque, gentile Lucia, la prima cosa da fare ora è tornare a vivere. Per farlo bisogna uscire dalla paralizzante palude depressiva in cui si trova. Tanto più insidiosa perché si intreccia agli attacchi di panico, che insorgono più forti quando ci sentiamo letteralmente abbandonati. Parli con il suo medico: un buon aiuto farmacologico è essenziale per curare in parallelo sia la depressione, sia la vulnerabilità all'ansia e agli attacchi di panico. Recuperata un po' di serenità, le sarà possibile fare un più sereno esame della situazione, meglio se con l'aiuto di una psicoterapeuta preparata.

Ascoltando la sua storia, emergono con chiarezza alcune cose. E' vero che gli opposti si attraggono, ma la vostra coppia era veramente agli antipodi. Tuttavia, mentre suo marito ha continuato a essere se stesso e a fare le cose che amava, lei ha cercato – con tanta buona volontà – di essere altro, la sportiva che non è mai stata, in una dimensione che le è totalmente estranea. Nello stesso tempo, frustratissima, si è forse troppo adagiata sugli aspetti più "seduti" della casalinghitudine. Benissimo amare la casa, le torte e il ruolo di moglie. Tuttavia, quell'amore per la casa "perfetta" mi fa pensare quasi a un'ossessione compensatoria che, più o meno inconsciamente, la aiutasse a placare le sue ansie di inadeguatezza sul fronte sportivo o addirittura coniugale. E quel silenzio del desiderio, in lui, era già un semaforo rosso acceso da anni sulla strada della vostra coppia. Francamente, dalle sue parole ho avuto l'impressione che lei amasse più il ruolo di moglie che non suo marito in sé. Detto questo, è anche vero che in una coppia non è affatto necessario fare tutto insieme: condividere è bello se comunque ciascuno esprime, con i necessari aggiustamenti, la propria natura. Va benissimo avere delle pause dove

esprimere le proprie differenze e ritrovarsi contenti per condividere le cose che davvero danno gioia a entrambi. Ma quali erano le affinità che avevate in comune? Forse non erano sostanziali. O forse nessuno dei due si è impegnato per trasformarle nella base sicura su cui la coppia potesse crescere bene, anche nella differenza.

Forse, nell'innamoramento iniziale, ciascuno ha indossato i sogni dell'altro: ma non avete saputo vedere la verità delle vostre profonde, e forse incolmabili, diversità.

Adesso cerchi di essere di nuovo se stessa. E nella prossima coppia, porti con sé un diverso senso della condivisione e dell'unicità. Ma anche un diverso senso dell'essere moglie, più attento alla sostanza e meno al ruolo.