

# Tsunami in casa di Alejandra Daguerre \*

## Tsunami in casa

di **Alejandra Daguerre** \*

BUENOS AIRES - Non è un giorno come qualsiasi altro ... Non è stata una notte come qualsiasi altra ... Abito in un condominio orizzontale e nella tranquillità dell'alba si sono cominciate a sentire le grida di un forte litigio di coppia: insulti, porte che sbattevano, bambini che correvano per i corridoi disperati chiedendo aiuto, minacce, colpi... Ci siamo ritrovati insieme ad alcuni vicini lì, davanti alla porta, confusi, cercando di fare qualcosa per frenare la violenza... sconvolti, impotenti, desiderosi di moderare una situazione che in pochi minuti aveva provocato più danni di uno tsunami.

Non veniamo al mondo con un manuale per la vita, ma con una storia. Ci formiamo con l'esempio dei nostri genitori, le istituzioni e l'ambiente socioculturale e così — fin dalla nostra nascita — costruiamo pian piano, seguendo la nostra modesta capacità di capire, la miglior maniera di comportarci. In questa diversità d'esempi e di stili formiamo le nostre coppie e ci lasciamo andare all'avventura della convivenza, a cui arriviamo con una "overdose d'amore e idealismo".

Siamo predisposti a capire e giustificare gli atteggiamenti di chi amiamo, e **quando la realtà ci sveglia, ci sembra inaccettabile e vergognoso che il nostro rapporto di coppia sia cambiato. Così, senza rendercene conto, ci troviamo già in una situazione rischiosa: stiamo vivendo "una situazione violenta"**. Facciamo fatica ad accettarlo, **ad ammettere che questo non è amore**, cerchiamo invano di capire certi comportamenti usando la logica e poi la giustifichiamo con paura e vergogna. Ci sottomettiamo, crediamo nel cambiamento magico, nella seguente catena di promesse, ci inganniamo, ci copriamo, nascondiamo la polvere sotto il tappeto ...

C'è sempre una prima volta ... il mondo ci viene addosso e la desolazione ha preso il posto delle cose migliori, dello sforzo di tutta la vita. Le cose più belle erano lì: l'amore, la casa, la famiglia, la felicità ... **com'è difficile capire che il vento della violenza ha abbattuto tutto con un soffio come se fosse stato un castello di carte** ... e che fatica facciamo a capire che se non la fermiamo fra poco crescerà di più ... sempre di più ...

Non sogniamo più ... sopravvengono gli incubi. Vogliamo pensare che tutto è stato un fatto isolato e cerchiamo di convincercene. Lo sappiamo ... dentro di noi abbiamo la certezza che qualcosa non va, ma nonostante tutto decidiamo di andare avanti. **La spirale di violenza non è cominciata lì**, è cresciuta a poco a poco nel silenzio del dolore. **La spirale di violenza non finirà magicamente**: ha bisogno della tua azione, ha bisogno di limiti, ha bisogno di distruggere il modello vizioso. **Non aspettare i colpi per denunciare e cominciare a cambiare. Non andare più in là per renderti conto che si tratta di brutalità ... non maltrattarti!**

La violenza domestica, l'abuso fisico, verbale, sessuale o emozionale **non dovrebbe succedere a nessuno, mai!** Ma la realtà è diversa. Non è un giorno come qualsiasi altro... non è stata una notte come qualsiasi altra... abito in un condominio orizzontale e nella tranquillità dell'alba, le cose sono veramente cominciate a cambiare...

***In questo mondo violento, state molto attenti! Se in qualsiasi aspetto della vostra vita (sentimentale, lavorativa, scolastica, ecc.) vi sentite in una situazione rischiosa, se avete paura di tornare a casa o restare soli con la vostra coppia, se vi stanno aggredendo, disprezzando, denigrando, sottovalutando ... denunciate! Potete farlo parlando con un amico, con la vostra famiglia, con un professionista, con le autorità o specialisti del tema, però ricordatevi che è importante iniziare una procedura di soccorso.***

\*psicologa e psicoterapeuta - [alejandradaguerre@gmail.com](mailto:alejandradaguerre@gmail.com)