

Uno sguardo costituzionale su “storie di dipendenza affettiva” alla luce del volume F. Fialdini con M. Giusti, *Come fossi una bambola. Storie di dipendenza affettiva e di chi ne è uscita*, Mondadori, 2025

Elisabetta Catelani*

Varie sono le motivazioni che mi inducono a consigliare vivamente la lettura del libro di Francesca Fialdini con Massimo Giusti, *Come fossi una bambola. Storie di dipendenza affettiva e di chi ne è uscita*.

Non è stato scritto da una giurista, né da una costituzionalista, come forse ci si potrebbe aspettare da una recensione in questo contesto de *lecostituzionaliste*, ma da una nota giornalista e conduttrice televisiva con la collaborazione ed il sostegno di uno psicoterapeuta. Insieme hanno narrato una serie di vicende vissute da cinque donne che hanno affrontato storie di dipendenza affettiva, ma che sono riuscite anche a superarle con la presa di coscienza del proprio problema, con l'aiuto ed il sostegno psicologico adeguato.

Oltre ad essere un libro piacevolissimo, per la chiarezza e la struttura avvincente che rende la sua lettura un'esperienza di crescita, descrive situazioni che pongono in evidenza problematiche su cui ciascuna di noi in vario modo si può riconoscere per esperienze proprie o di persone vicine, potendo far venire anche sensi di colpa o recriminazioni per non aver capito prima alcune situazioni di difficoltà, per non essere intervenute là dove c'era la necessità, per non aver “ascoltato” abbastanza e non aver utilizzato anche quegli strumenti di conoscenza a nostra disposizione, ma non sufficientemente studiati. Nello stesso tempo è un libro che riassume in sé una serie di questioni di genere su cui ancora molto si deve lavorare, sia da un punto di vista di presa di conoscenza dei problemi, sia anche a livello legislativo, perché se non ci sono norme che agevolano il lavoro e l'autonomia femminile, il percorso di crescita verso la non discriminazione sarà sempre in salita.

Le cinque storie – Corinna, Elisa, Martina, Lucrezia e Vittoria – presentano contesti diversi, ma rivelano dinamiche ricorrenti. Donne forti, competenti o resilienti si trovano progressivamente intrappolate in relazioni squilibrate, segnate da dipendenza, svalutazione e subordinazione.

Corinna, una donna brillante, competente, sofisticata, e più che altro una grande lavoratrice, che vive a Lussemburgo e che ha rinunciato a farsi una vita familiare per la dedizione alla carriera, ma ovviamente in alcuni momenti sente questo suo limite. Nel momento in cui accetta di entrare in una storia che lei ritiene amorosa, trova la persona inadatta, che non la ama, “sottomettendosi” a lui, senza riuscire a capire, nonostante la sua professionalità, ma anche inesperienza sui rapporti affettivi, la natura del rapporto che piano piano sta creando con quest’uomo distruggendola psicologicamente.

Elisa, persona più mite ed insicura, accetta i tradimenti del marito logorandosi perché non ha la forza ed il carattere di reagire. Pensa di essere inadeguata, si sottovaluta e quindi “si sottomette”.

Martina, ragazza madre che si è opposta alla richiesta di aborto dell’uomo con cui aveva concepito la figlia, si assume tutta la responsabilità ed il peso morale e materiale della crescita della figlia. Scelta di cui non si era mai pentita. Ma proprio nel momento in cui viene indotta dalla figlia a rifarsi una vita, trova, di nuovo, una persona incapace di amare e che la utilizza solo come diversivo rispetto alla moglie, che la sottomette alla sua idea di rapporto affettivo senza volersi assumere alcun impegno, neppure di passare un fine settimana insieme.

Lucrezia, con una laurea in medicina e medica di guardia, viene costretta dal marito narcisista, che non accetta completamente la gravidanza, a lasciare il lavoro per dedicarsi al figlio nella fase iniziale della vita del piccolo e nel momento in cui poi Lucrezia decide nuovamente di lavorare, il marito inizia a tormentarla con una pluralità di vessazioni, critiche e svalutazioni di ogni genere per indurla a lasciare il lavoro e quindi imponendole una sottomissione completa al suo “ego” infinito.

Il caso più intrigante, perché ho trovato tanti spetti già visti nell’esperienza quotidiana universitaria, è la storia di Vittoria, una giovane ragazza affascinata da un rampante avvocato e professore universitario molto più anziano e da cui si sente completamente

dipendente, sia fisicamente sia anche in ambito professionale, annientando la sua personalità e le prospettive di una sua famiglia, lavorando senza limiti di tempo e di tipo di attività richieste per pochi euro e accettando ogni tipo di vessazione. Non si tratta questo di un caso limite, ma, anzi, molto ricorrente in ambito universitario. Purtroppo, chi vive nell'università ha visto situazioni simili, giovani studentesse e talvolta anche giovani colleghe che si sono trovate, per varie motivazioni, ad essere in una posizione di sottomissione, di subordinazione rispetto al fascino dell'uomo maturo e di successo. Talvolta, per ottenere qualcosa più facilmente, o, tal'altra, solo per la creazione di un rapporto di infatuazione, ma perdendo così una parte della propria vita, perdendo gli anni più importanti per la crescita della donna. Occorre domandarsi anche quanto è la responsabilità dell'una o dell'altro certamente, ma è assai frequente la tendenza degli uomini a vedersi gratificati da una posizione di superiorità, non percependo la gravità di comportamenti vessatori nei confronti di donne che per varie motivazioni sono in una posizione di fragilità.

Da tutte queste storie emergono almeno tre aspetti comuni che sono da sottolineare:

1) Spesso la fragilità femminile e l'accettazione della sottomissione ad un uomo che è, come si è cercato di sottolineare, il filo rosso di tutte queste storie, deriva da un contesto familiare per varie motivazioni difficile, dove gli stereotipi di genere, gli stereotipi affettivi non sono mai stati superati, sono sempre stati considerati la normalità e mai messi in discussione. C'è una questione di pregiudizio strutturale in molte famiglie. Se non si percepisce quindi che la tutela dell'eguaglianza dei due generi deve nascere ed essere valorizzata nello stesso contesto familiare di crescita delle giovani donne e dei futuri uomini, al fine di creare le basi adeguate ad una vita di convivenza, poco può essere fatto dalla normativa e comunque i tempi di adattamento della società saranno sempre molto lunghi.

2) È essenziale la conoscenza dei problemi da un punto di vista scientifico e questo libro, che ben coniuga la narrazione di fatti ed eventi con la spiegazione scientifica, è un esempio di come sia essenziale l'informazione e la divulgazione dei modi di superamento di situazioni che vediamo spesso intorno a noi e su cui potremmo sicuramente bene intervenire, se solo avessimo maggiore consapevolezza.



3) Qui si parla di cinque donne che hanno esperienze anche molto diverse, ma i caratteri descritti potrebbero essere anche traslati sugli uomini, in alcuni casi, ma l'aspetto che li unisce e che li caratterizza come espressione del mondo di essere delle donne il rapporto alla dipendenza dall'uomo, ha la sua base nei retaggi ancestrali del passato, degli stereotipi di genere, nel patriarcato, nella posizione di sudditanza che le donne hanno da sempre. Occorre tuttavia domandarsi se nei rapporti di coppia il "narcisista", che troviamo in particolare nel caso di Lucrezia, non si possa trovare anche ribaltato sui rapporti donna/uomo. Ciò nonostante, i casi femminili sono più ricorrenti o forse fanno più scalpore, perché il passaggio dalla posizione di dipendenza affettiva a quella di persona oggetto di violenza non solo psicologica, ma anche fisica, è molto lieve.

Il libro, dunque, non è soltanto una raccolta di storie, ma uno strumento di consapevolezza civile.

Ed è forse proprio questo il suo merito più grande: mostrare che la libertà affettiva – come ogni libertà – non è mai un dato acquisito, ma una conquista che richiede conoscenza, sostegno e condizioni sociali adeguate. Perché nessuna persona dovrebbe mai sentirsi, neppure per un istante, "come fosse una bambola".

* Professoressa Ordinaria di Diritto Costituzionale e Pubblico presso l'Università di Pisa.