

# VareseNews

## Sono figlia della paura

**Pubblicato:** Giovedì 8 Novembre 2018



Sono una donna di 46 anni, preciso l'età perché a quest'età si “dovrebbe” essere adulti, persone mature....invece mi ritrovo a dover condividere la mia vita con la bambina impressa nella mia testa, **la bambina TESTIMONE DI VIOLENZA DOMESTICA.**

La sensibilità verso le donne maltrattate è aumentata considerevolmente, ma forse **chi sente e vede impotente la violenza verbale o fisica cronica rimane traumatizzato quanto una mamma maltratta.** Condiziona per sempre la vita, e forse, mi permetto di aggiungere, quello stress cronico modifica anche le capacità cognitive che in tenera età si sviluppano velocemente. **Ho vissuto nella paura e ansia cronica, in continua attesa di quell'evento aggressivo.** Vivevo e mi addormentavo agitata, impaurita e tutt'ora sono segnata.

**Non sono cresciuta equilibrata.** Mi sono sottoposta a ore e ore di psicoterapia per provare a migliorare il mio malessere interiore e ancora ci sto provando.

La violenza domestica esiste tutt'ora più di quanto si creda, si nasconde spesso esclusivamente tra le mure domestiche e non la si percepisce fuori da essa.

Vorrei implorare chi ne è a conoscenza di non ignorarla o sottovalutarla, **aiutate quei bambini...loro non chiederanno mai aiuto** perché pensano che la loro realtà sia la realtà giusta, spetta a noi adulti intervenire.

Ai giornalisti, psicologi, assistenti sociali chiedo di parlarne di più, in letteratura si legge ancora troppo poco sulle **conseguenze psicologiche di quei piccoli tesori innocenti.** Sono i potenziali futuri adulti disagiati cui la società dovrà prendersi cura.

Caterina

*Al pronto soccorso di Varese è stato predisposto un punto di assistenza e cura per donne maltrattate*

**Redazione VareseNews**  
redazione@varesenews.it