

LA MAIL

Mail di: Roberta

Oggetto: PADRE

Data pubblicazione: 19 Novembre 2012

Buonasera,

mi chiamo Roberta e vengo dalla provincia di Alessandria, ed ho 24 anni.

Sono una ragazza intelligente, molto colta, una gran bella ragazza, con tanti amici, aperta, disponibile...ma ho un problema. Ed è mio padre.

I rapporti non sono mai stati buoni, fin da quando, da piccola, vedevo che urlava a mia sorella, le diceva nomi, la trattava con poco rispetto e stima; premetto che mia sorella ha sempre studiato e contemporaneamente lavorato, è una ragazza estremamente seria, ora sposata, con un figlio (che io adoro).

Mio papà ha avuto un'infanzia difficile, ha dovuto ben presto andare a lavorare, ha avuto fortuna nel lavoro, ed è un uomo intelligente, simpatico, aperto. Non con me però. L'astio, il disprezzo nei miei confronti, son visibili a tutti da fuori: mio papà vorrebbe che io fossi una ragazza più matura, più seria, più posata. Una ragazza che non vada a ballare il sabato, che non pensi a truccarsi, ad apparire. Io sono ANCHE questo. Studio all'università, ho ottimi voti, sono una ragazza che ama divertirsi ma ha la testa sulle spalle e ricevo solo complimenti (riguardo al carattere e alla mia educazione) da "estranei".

Certo non ho intenzione di non godermi la vita, anzi, io penso che vivere senza essere felici sia una cosa aberrante. Quello che mi viene rinfacciato, con epiteti poco carini e denigranti, è che io sono immatura, stupida, ignorante, che non valgo nulla, che ho amiche che sono solo delle poco di buono (e non è vero, ho amiche serie, poco serie, laureate, che lavorano, che amano leggere e discutere di politica e che invece vanno a ballare, insomma una gamma molto varia), che io sono una ragazza poco seria (eppure ho avuto pochissime storie, non mi sono mai innamorata, siccome il modello maschile di riferimento che ho non mi aiuta), che non combinerò mai nulla di buono nella vita.

Non mi sento spronata, amata; sento che mio papà vorrebbe una figlia diversa. Mia sorella col tempo è riuscita a passare sopra al passato, probabilmente perchè non vive più con noi.

Io ancora mi sento dire nomi pesanti, che un genitore non dovrebbe pensare: reagisco, rispondo a tono e mi vengono messe le mani addosso, mi viene detto che se continuo a rispondere sarò uccisa dalle sue stesse mani.

Non gli interessa sapere alcunchè di me, a malapena ci parliamo e son sempre a disagio quando sono da sola con lui, non so che dire, non parlo, tendo a mostrarmi chiusa e peggiore di come sono.

Non c'è dialogo.

Mia mamma patisce di questo, mi difende, mi ama, e con lei ho un rapporto stupendo, ma non riesco a stare bene con mio padre in casa (mi sento dire che non vede l'ora io me ne vada, perchè sono solo un peso). Se penso a questo piango, cerco di pensare di lasciarmi scivolare tutto addosso, ma non riesco: purtroppo è sempre mio padre.

Vorrei che mi accettasse come sono, senza la sua mentalità retrograda, ma con apertura mentale, rendendosi conto che sono una ragazza normale, non fumo, non bevo alcol, non mi drogo, vorrei solo uscire senza problemi, senza sentirmi giudicata se ho un paio di tacchi, sempre in ansia che lui mi dica qualcosa, che non mi accetti.

A causa di questa situazione non ho buoni rapporti i ragazzi, son sempre molto assente, molto sfuggente, non mi fido, mi sento in trappola, in ansia: tendo a pensare che mi lasceranno per una più bella (anche perchè mio papà non mi ha mai detto "ti voglio bene", non mi ha mai fatto un complimento sull 'aspetto, anzi, rimarca il fatto che la bellezza sia legata all'altezza, e io sono alta 160 cm), sono paradossalmente insicura di me (anche se mi sento sicura di me), mi sembra di dover sempre conquistare tutti, piacere a tutti per forza.

Cerco conferme e attenzioni, che lui non mi dà. Invece che farmi crescere sicura, contenta di me, mi ha messo dubbi su come sono, su cosa farò, mi riempie di ansie, e purtroppo non riesco a far finta di niente.

Più volte gli ho detto che è un fallimento come padre, sia con me che con mia sorella (con cui ho un ottimo rapporto), che dovrebbe capire che non può pretendere la maturità che aveva lui alla mia età (aveva già una ditta), che non si preoccupa minimamente di darmi soldi (mi paga solo lo stretto indispensabile, ovvero l'università), che tutti i suoi discorsi terminano in insulti e minacce di botte (che, per fortuna rare volte, arrivano davvero).

Non sono mai andata da uno psicologo, ultimamente avevo crisi di ansia, sul mio aspetto, sulla mia vita, sulla mia ansia di affermazione e di farmi conoscere, di popolarità, e la situazione con lui non facilita (considerando che dice che non gli

interessa se io o mia sorella stiamo male, perchè siamo noi che ce le cerchiamo, siamo noi ci fissiamo secondo lui).

Mi sono accorta di avere scritto una e mail estremamente lunga, e avrei ancora tante cose da dire.

Spero in una cortese risposta, in caso negativo, sarà stato sol uno sfogo...Che liberazione!

Grazie, buon lavoro.

Roberta

RISPONDE LA DOTT. SSA CHIARA CERRI

Buongiorno Roberta,

ha fatto bene a scriverci, perchè sta vivendo una condizione davvero molto dolorosa: la condizione di non sentirsi accettata da un genitore.

Sicuramente, essere genitore non è facile, è un ruolo che si acquisisce e che si impara a svolgere soltanto col tempo, attraverso tentativi ed errori. Spesso, ciò che è più probabile accada, è che, essendo stati anche figli, i genitori ripropongano, una volta adulti, la loro esperienza di figli con i propri. Vale a dire, nella stragrande maggioranza dei casi, la cosa più facile che a tutti viene da fare è ripetere i modelli di comportamento che abbiamo ricevuto, perchè li abbiamo visti per molto tempo applicare, li abbiamo osservati, interiorizzati e li sentiamo "familiari".

Verosimilmente, suo padre deve avere vissuto in una famiglia in cui, per una serie di contingenze, ha dovuto assumere su di sé un modello precocemente adultizzato, incentrato sul dovere e sulla serietà, reprimendo tutti gli aspetti infantili e "giocosi" che il suo ambiente non gli permetteva di esprimere.

Cosa è successo? Questa modalità, da quanto ci dice, oramai è in suo padre consolidata; non sembra esservi una grande possibilità di cambiamento.

Probabilmente, il rapporto tra suo padre e sua sorella è meno conflittuale dal momento che sua sorella sembra essersi identificata di più col modello paterno. Lei, sembrerebbe incarnare maggiormente tutti quegli aspetti che papà ha sempre cercato di cancellare da se stesso, e che ora si trova a condannare in lei.

Cosa significa tutto ciò?

Certamente questa spiegazione, che magari lei può sentire molto teorica, non vuole essere una giustificazione al comportamento paterno. Però, credo sia importante fornirci di un bagaglio di strumenti di comprensione, che ci accompagnino nel tollerare una certa situazione, dal momento che non possiamo cambiare le persone e, soprattutto, le difese, talvolta molto forti, che esse talvolta hanno costruito nei confronti di loro stesse.

Io credo, quindi, che i suoi aspetti caratteriali non siano altro che uno specchio che riflette a papà proprio tutti quegli aspetti che, un tempo, per una serie di circostanze ambientali, suo padre ha dovuto allontanare di sé, negandoli. Se così fosse, il problema non sarebbe quindi lei, ma quegli aspetti che suo padre ha rifiutato di se stesso e che così tanto ora lei gli ricorda!

Capisco che questo non modifichi le cose in sé, ma, forse, provare a fare una riflessione da questo punto di vista potrebbe aiutarla ad accettare maggiormente questa modalità senza sentirsi troppo ferita.

Con i migliori auguri,

Dott.ssa Chiara Cerri
Psicologa del Centro