

## LA MAIL

**Mail di:** Manuel

**Oggetto:** PAURA DI FIDARSI

**Data pubblicazione:** 3 giugno 2010

Manuel – 29 anni – Inveruno

salve e grazie in anticipo.mi chiamo manuel ho 29 anni abito ad inveruno in provincia di milano.il mio problema nn e proprio mio ma derivante da una persona che ho conosciuto.circa 2 mesi fa ho conosciuto tramite internet una bellissima ragazza di nome francesca di 28 anni residente ad ovada,subito abbiamo trovato una ottima affinita parlavamo al telefono ore e ore poi gli chiesi di poterla vedere dal vivo e lei mi rispose che nn voleva e mi racconto di avere paura e di nn fidarsi di nessuno.mi racconto di aver perso la madre all eta di 17 anni e il padre a 26 anni e che aveva subito ngli ultimi due anni ripetute violenze sessuali dal suo ex ragazzo che la segnava sul corpo con sigarette e che la dava diciamo in prestito anche ai suoi amici.di conseguenza si e trasferita in un paesino vicino ad ovada in totale solitudine con la sola compagnia di 5 cani e di un solo amico col quale ha sporadici contatti. successivamente mi racconto che questa persona continuava ad importunarla , avvelenandogli tra l altro anche i candi e seguendola ovunque.pultroppo la denuncia di lei fatta ai carabinieri ha portato solo a varie ritorsioni verso di lei con pestaggi e eviolenze psicologiche.ora dopo due mesi di relativa tranquillita era riuscita ad aprirsi a me e diciamo che tra noi e sbocciato l amore ci siamo detti di amarci e anche se solo per telefono avevamo allacciato diciamo una relazione quasi normale tanto che a natale aveva finalmente deciso di incontrarmi e venire a fare il cenone con me e la mia famiglia.pultroppo il sue ex si e ripresentato il giorno prima natale ed e riuscito di nuovo ad abusare di lei.ora lei si e rinchiusa dentro casa senza uscire mai sola e senza nessuno e solo col conforto continuo della mia voce per telefono.in realta nn mi ha mai svelato quale sia il suo esatto indirizzo ne chi sia lui quindi nn ho la possibilita di raggiungerla.in questi giorni e riuscita per lo meno ad aprirsi e chiedermi aiuto il problema e che ha paura del mio giudizio verso di lei si sente sporca inadeguata e ha il terrore anche di incontrare me di persona.io ora ho il problema di doverla proteggere e aiutare ma pultroppo fino a che nn riusciro a far si che lei si fidi di me e che decida di incontrarmi ho le mani legate e nn so che fare.ora lei e lucida capisce quale sia il problema dice di amarmi e di avere finalmente uno scopo per il quale decidere di farsi aiutare.io sono pronto a fare qualsiasi cosa per aiutarla ma ho bisogno di essere indirizzato su come fare ad aiutarla ad avvicinarsi a me per poter iniziare una terapia adeguata per poterla portare verso una serenita una guarigione e una vita felice insieme.tra l altro lei sa che sto chiedendo aiuto. spero tanto possiate aiutarci in fede. Manuel

## RISPONDE LA DOTT. CHIARA CERRI

Caro Manuel,

mi sembra che Francesca si sia fidata molto di lei, confidandole molti elementi di sé e, vincendo la vergogna che poteva sentire nel raccontare la situazione di violenza sessuale e psicologica, subita ripetutamente nel tempo.

Quello che ci chiede è come aiutare Francesca a rompere questo silenzio in cui vive e trovare il coraggio di farsi aiutare, “affidandosi” veramente a qualcuno.

E' una situazione davvero complessa e delicata, soprattutto perché a scriverci non è la sua amica, in prima persona, ma Lei, Manuel. E' come se lei fosse stato “delegato” a chiedere aiuto per la vita di un'altra persona. Non è chiaro, quindi, se Francesca esprima una sua richiesta di aiuto. Dalla sua lettera, sembra che preferisca trovare un aiuto attraverso di Lei. E' molto difficile, pertanto, darle delle indicazioni concrete e precise, come Lei sembrerebbe richiederci per poter risolvere questa situazione e vivere felici e contenti.

Generalmente, in situazioni di violenza sessuale o maltrattamento fisico, è molto difficile uscire allo scoperto e chiedere aiuto. Questo desiderio può essere ostacolato da moltissime paure, come preoccupazioni relative a ritorsioni da parte del partner abusante, paura delle conseguenze.

Spesso si pensa che non si potrà trovare un aiuto adeguato e ci si sente soli e isolati da tutti.

Sicuramente si è vittima di un senso di vergogna e di un disagio da cui è difficile uscire da soli.

Proprio per questo motivo, posso innanzitutto indicarLe di visitare il nostro sito internet, dove è dedicata una sezione al “Centro Ascolto Donne”, attivo presso il nostro Centro, dove può trovare informazioni utili al riguardo e che, qualora la sua compagna decidesse, può contattare telefonicamente (392 02 63 635) o via email ([centroascoltodonne@aiutopsicologico.it](mailto:centroascoltodonne@aiutopsicologico.it)).

Oltre a ciò, quello che mi sento di dirLe è che può essere necessario riflettere sulle ragioni per cui lei, Manuel, si trova a volere salvare, o stare a tutti i costi una persona che forse non è pronta per chiedere veramente aiuto, o assumersi la responsabilità delle proprie scelte di vita, con tutti i rischi che questo comporta.

Forse questa paura di fidarsi, che ci riporta come riguardante questa donna, potrebbe essere anche la sua; Manuel: la vicinanza che comporterebbe un rapporto autentico e pieno con l'altro, potrebbe risvegliare in una parte di Lei paure e timori di essere “inadeguato”, preferendo una relazione “a distanza” o impossibile, difficoltosa, ma, per questi motivi, rassicurante rispetto a queste paure che riguardano il tema del fidarsi e dell' “affidarsi” all'altra persona.

Se Lei lo desiderasse, con un terapeuta potrebbe quindi cercare di superare questa paura e trovare quell'aiuto e quel sostegno per affrontare le difficoltà che lei sente nella sua vita.

Siamo disponibili ad offrirLe, qualora desideri di intraprendere questa scelta, dei nominativi di psicoterapeuti a cui potersi rivolgere o a riceverLa, se per Lei fosse comodo, al Centro.

Ci faccia sapere,  
con i migliori auguri,  
Dott. Chiara Cerri