

LA MAIL

Data : 06 Settembre 2007

Mail di : M. Grazia

Oggetto: Disturbi ossessivi

Gentile dottoressa,

le scrivo perchè finalmente ho deciso di prendere il coraggio di esporre il mio problema a qualcuno, sperando che già questo gesto possa aiutarmi a stare meglio.

Ho 26 anni, sono sposata da 2 anni e da circa 3 soffro di queste maledette ossessioni che non riesco a cacciare dalla mente o per lo meno se ci riesco per un piccolo periodo, dopo ritornano a tormentarmi la vita. Cercherò di scrivere tutto ciò che può essere utile per poter capire meglio il mio problema e il motivo d'essere di questo problema: vivo in Sicilia e da ragazzina sono sempre stata molto vivace e questo mi ha causato dei problemi con i miei genitori, soprattutto con mia madre, una persona molto autoritaria, violenta e prepotente, convinta di essere la padrona assoluta della mia vita e di farne ciò che lei sola voleva e ovviamente questo a me non stava bene. Ho frequentato un'istituto tecnico commerciale dal quale non sono riuscita a trarne un diploma perchè giunta al 4^a anno (ripetuto 3 volte) ho avuto difficoltà a proseguire nel senso che non avevo più nessun interesse nel continuare quell'indirizzo forse perchè l'unico interesse mio era di farmi una mia vita, lontana da casa di mia madre, una mia famiglia, con un marito che mi avrebbe amata e con dei figli che avrei voluto crescere amorevolmente rispettando le loro vite, o forse perchè la mia passione è l'arte e convinta da piccola che questa mia passione qui in Sicilia non mi avrebbe dato sbocchi nel lavoro avevo (sbagliando) deciso di proseguire per la ragioneria. In quegli anni, crescendo ho avuto le mie esperienze, molte negative: ho avuto il mio primo vero amore, un ragazzo che purtroppo era un amante degli spinelli, ai miei non piaceva ovviamente ma ogni volta che in quei pochi momenti stavamo insieme, io sentivo d'essere la persona più felice del mondo, mi piaceva come mi amava ma il tempo di capire che con questo tizio non avrei potuto avere nessun futuro è presto arrivato e come un uragano ha spazzato via tutte le mie speranze, lasciando solo un triste ricordo e un piccolo posto sempre nel mio cuore per questo triste amore. Passa il tempo, comincio a uscire con i miei amici tra i quali uno d'infanzia, si va a ballare, si rientra tardi la notte e con la mia famiglia Le lascio immaginare i casini che avevo.... ma io non cedeva, stavo finalmente cominciando a scoprire la vita e non avevo nessuna intenzione di mollare. In quel periodo nasce una storia con un ragazzo che mi diceva di essersi innamorato di me e che per me avrebbe lasciato la sua fidanzata e che non è stato poi così.... dopo quest'altra brutta esperienza, una notte, in una discoteca incontro un ragazzo, che raccontandomi un sacco di fesserie che non voglio ricordare, riesce ad agganciarmi. Aveva intenzioni serie con me: in quel ragazzo avevo visto la soluzione ai miei problemi, credevo che frequentandolo avrei dimenticato la recente brutta esperienza. Questo tizio si presenta a casa mia, ai miei inizialmente piaceva ma io non ne ero innamorata e qualcosa che non mi convinceva c'era. Passano giorni ed io conosco la sua famiglia... da qui comincia l'inferno! A differenza di quello che mi raccontava lui, vivevano nella zona più degradata della città, ho visto cose che i miei occhi non volevano vedere e ho sentito l'inaudibile, c'era una situazione di degrado sociale inammissibile alle porte del 3^a millennio. Erano una famiglia di 8 persone più nipotini, il padre che per lavoro abitava in una città del centro Italia, la madre di un'ignoranza spaventosa che accudiva tutti i suoi figli e i nipoti, 4 sorelle delle quali 2 che avevano fatto la scappatella con due carcerati ricavandone 2 figlie, 1 sorella all'epoca tredicenne che già cercava marito, 1 piccolina di quasi 2 anni, 1 fratello già delinquente di sei anni infine lui che non ricordo più che età aveva precisamente, sempre intorno ai 24 anni all'epoca, io ne avevo 19. Era un ragazzo che aveva bisogno di aiuto e anche se mi aveva raccontato tutte quelle fesserie, ormai avevo deciso di non tirarmi indietro, e andare avanti. Arriva il giorno in cui mia madre scopre chi è realmente (aveva avuto un piccolo precedente penale) e per sfuggire alle sue furie, ormai decisa ad aiutare quel ragazzo, decido di scappare con lui.... non l'avessi mai fatto! Lascio immaginare a Lei l'inferno che ho passato con una persona del genere, situazioni che mi hanno sconvolta profondamente, non sto qui a raccontarle tutte. Questa brutta storia dura non più di 3 mesi. Si dividono

fortunatamente le nostre strade, le sue minacce di morte se l'avrei lasciato non mi facevano più paura, lui per la sua, io per la mia e fortunatamente da quel giorno non si sono più incontrate. La mia vita continua, prima di conoscere il mio attuale marito, ho avuto solo altre due storie con ragazzi molto più normali, finite perchè con me volevano solo giocare mentre io ad ogni storia davo pure l'anima. Arriva finalmente il tempo in cui conosco il mio attuale marito, un amico intimo di mio cugino. nel giugno del 2005 ci sposiamo e forse questa è l'unica cosa giusta che ho fatto in tutta la mia vita. C'è da ricordare che io fumavo e molto pure e durante il primo periodo che ero fidanzata con mio marito, ho smesso di mia volontà e tutta d'un colpo e questo mi ha causato crisi di pianto improvvisi e senza motivo, molto nervosismo ecc. Le mie crisi ossessive hanno avuto inizio subito dopo che io e mio marito abbiamo deciso di sposarci: sempre quei maledetti fantasmi in testa, scene di quell'orribile esperienza, cose che mi fanno vergognare molto di me stessa, ho paura che mio marito, scoprendo dettagliatamente il mio passato, si vergogni di me e mi rifiuti (mio marito sa della scappatella ma non sa chi era e sa anche che ho avuto diverse esperienze), ho paura di diventare pazza, di poter fare involontariamente male a qualcuno, ho paura del male.... sono una persona che ha fede in Dio, tante volte mi sono affidata a Lui in preghiera e continua a farlo, a volte mi sembra di stare meglio poi... ci risiamo! Con mio marito non voglio parlare dei miei problemi, forse per paura che mi reputi pazza, forse perchè non voglio che si preoccupi o forse perchè ho profonda vergogna a raccontargli queste cose, spero vivamente che possa ricevere un aiuto vero, io voglio continuare a vivere e così non si vive, vorrei avere un figlio (il primo l'ho perso al terzo mese di gravidanza) e quando questo avverrà, voglio vivere quel periodo in totale serenità, voglio gustare la felicità dell'attesa attimo per attimo e così non è possibile... per una volta nella mia vita voglio assaporare in pieno la vera felicità, mi aiuti a rendere possibile questo! In attesa di una sua risposta, La saluto affettuosamente anche se non l'ho mai vista. Grazie in anticipo per l'aiuto che mi potrà dare e per il tempo dedicato alla mia storia.

RISPONDE LA Dott. PRONTERA

Gentile signora Grazia,

anni di lavoro con adolescenti e giovani mi hanno mostrato il gravoso lavoro che essi compiono per emanciparsi dalla famiglia di origine e per sfuggire ai condizionamenti ambientali ed educativi.

Dal suo racconto mi sembra di capire che lei abbia cercato in tutti i modi un bravo ragazzo che le volesse bene, per sposarsi e non sentirsi più la bambina vivace e inadeguata che lei era in casa sua.

Paradossalmente ora che lei ha raggiunto il suo scopo, non è per niente serena: i problemi che ha fatto uscire dalla porta sono rientrati dalla finestra, primo fra tutti la vergogna.

Lei ha pensato fin da bambina di non essere apprezzabile per le sue caratteristiche. I suoi genitori non erano contenti di lei e lei ha cercato di ribellarsi, pur continuando a sentirsi inadatta e deludente. Anche la mancata conclusione degli studi ha contribuito a questo sentimento di vergogna; lei voleva decidere di testa sua, ma poi si è sentita comunque insoddisfatta.

Le varie relazioni amorose da lei descritte, fanno capire bene la sua sofferenza e la sua spasmodica ricerca di qualcuno che la aiutasse a cambiare tutto e a sfidare l'autorità genitoriale.

Ora che è "felicitemente" sposata soffre come prima, anche se non ci sono più i suoi genitori a rimproverarla. Dopo una certa età è illusorio pensare di risolvere ogni problema solo cambiando contesto; i problemi sono ormai interiorizzati (come diciamo noi psicoanalisti), cioè non dipendono dal contesto ambientale, perché sono diventati stati d'animo che operano stabilmente nella persona. Ora che i suoi genitori non le dicono più nulla, lei vive comunque sentimenti di vergogna e di indegnità, con il timore che suo marito scopra cose brutte di lei e che non possa amarla per come è.

Questa situazione non è dovuta alle sue esperienze con gli altri ragazzi (che comunque non può cancellare) ma ad una convinzione ben più profonda, cresciuta con lei fin dall'infanzia e dalla quale non le sarà facile liberarsi: la convinzione di essere una persona di poco valore e da disprezzare.

Mi sembra di capire dal suo scritto che lei ha un grande timore che suo marito la veda come si vede lei; come se lei sentisse di nascondere una parte brutta e vergognosa che, prima o poi, verrà scoperta. È comprensibile che lei non se la senta di esprimere a lui i suoi problemi.

Tuttavia ritengo che le sarebbe molto utile parlare con qualcuno di quello che prova, possibilmente con uno psicoterapeuta, che la aiuti a comprendere e accettare sua storia, anziché considerarla solo come una vergogna da dimenticare. È molto giovane per rassegnarsi a stare male.

Dott. Bruna Prontera