

LA MAIL

Data : 20 febbraio 2008

Mail di : Filomena

Oggetto: Matrimonio rimandato

Salve scusate sono Filomena ,
scrivo da Napoli e ho 24 anni.

Sono circa più di 4 anni che soffro di crisi d'ansia, pianto , e forse questo e' iniziato tutto dopo la morte di mio padre avvenuta poco prima di queste crisi, anche se con lui non avevo nessun tipo di rapporto in quanto era malato da anni .

Poco dopo la sua morte mi sono fidanzata e con lui stavo bene fino a quando non ho finito la scuola e ho preso una fissazione per il matrimonio. Io sono diventata una tipa assillante e ripetitiva considerando anche il fatto che sono insicura del nostro rapporto (anche se io lo amo) ma proprio di me stessa. Ho sempre pensato alla mia morte cercando avvelenarmi con gli antidepressivi e ansiolitici che prendevo ma senza risultato..A volte penso di buttarmi anche per le scale..o altro ma non sono buona neanche a questo.

Comunque il mio fidanzato finalmente avevo deciso una data ma forse non era sicuro e dopo averla fissata ha rimandato(tutto questo la settimana scorsa).Io mi stavo sentendo bene anche se ero un po' turbata ma ero felice e dopo il diciamo no sono 3 o 4 giorni che mi sveglio con una forte ansia e piango piango e piango..Purtroppo sono una casalinga e non ho voglia di fare niente in casa. Dico purtroppo perche non sono buona ne a trovare un lavoro e se lo trovo me ne vado per qualche scusa. Adesso non so proprio che fare ...ripenso alla mia morte ,, a quanto sono stata stupida a crederlo e lui non vuole anticipare neanche di 6 mesi e guasto mi fa stare male.. Ho un forte bisogno di aiuto...so che nessuno può dirmi che fare ma vorrei essere giù sicura di me ...

AIUTOO E VI PREGO DOTT.SSA MI RISPONDA MI DIA QUALCHE CONSIGLIO.

RISPONDE LA Dott. PRONTERA

Cara Filomena,

la sua lettera mostra molta confusione e sofferenza e mi fa pensare che lei sia alla ricerca di una persona che la guidi e che si prenda cura di lei.

Da quanto ho capito i suoi problemi sono iniziati intorno ai venti anni, quando ha dovuto affrontare la morte di suo padre, nonché la fine della scuola. In una fase delicata per le scelte future, si è trovata ad elaborare il lutto per la perdita del papà. I suoi continui pensieri di morte, mi fanno pensare che questo lutto non sia ancora superato.

Probabilmente suo padre, anche se malato da anni, costituiva un punto di riferimento rassicurante, per lo meno nella sua fantasia.

Credo che il suo desiderio assillante di trovare marito, sia motivato proprio dalla ricerca di una persona che si occupi di lei e che le dica cosa fare, perché è evidente che lei non riesce, da sola, a dare un indirizzo alla sua vita; quindi immagina il matrimonio come la soluzione di ogni suo problema.

Mi sembra che lei abbia una visione un po' irrealistica del matrimonio, che non tiene conto dei problemi e delle responsabilità che esso comporta; forse è proprio questo suo atteggiamento che preoccupa il suo fidanzato e lo porta ad avere dei dubbi e a rimandare la data del matrimonio.

Lei si sente insicura in ogni situazione e cerca di placare la sua ansia attaccandosi a persone che dovrebbero sostenerla e rassicurarla in continuazione, ma le sue minacce di suicidio spaventano le persone anziché renderle più disponibili nei suoi confronti.

È inutile che le dica che deve cercare la sicurezza dentro di sé, perché immagino che glielo avranno detto in molti, così come le avranno detto di cercare di realizzarsi nel lavoro.

Il problema sta nel fatto che lei non pensa di poter cambiare la sua vita, ma aspetta che qualcuno la cambi per lei.

Quindi, io le auguro perciò di trovare, prima o poi, una sorta di genitore sostitutivo, che si prenda cura di lei, ma non sarebbe meglio che lei si rivolgesse ad uno psicoterapeuta che l'aiutasse ad affrontare più serenamente la sua crescita.

Dott. Bruna Prontera