

## LA MAIL

**Data:** 28.11.2008

**Mail di:** Sirenetta

**Oggetto:** RINUNCIARE A UNO DEI DUE MI TOGLIE IL RESPIRO

Salve... sono qui per chiedere aiuto!

sono una ragazza di 27 anni...

Il mio problema può sembrare stupido e poco importante... ma le assicuro che mi logora dentro da 5 mesi senza che io riesca a trovare una soluzione... mi faccia stare bene!

Provo a partire da lontano... a soli 14 anni mi sono fidanzata con un ragazzo con il quale sono stata 10 anni... siamo stati benissimo insieme... vivevo nel mio mondo... felice di quello che mi dava e di quello che avevo ... mi esisteva soltanto lui... abbiamo passato un'adolescenza tranquilla sempre insieme. lui dolcissimo e amorevolissimo stravedeva per me e non mi faceva mancare nulla....per me non c'era altro nella mia vita se non lui.....avevamo anche programmato di sposarci...poi lui mi lascia....sparisce dalla mia vita da un giorno all'altro....e poi scopro che ha un'altra. Passo dei momenti difficili....mi rimetto in discussione....diciamo che comincio la vita in società...fino a quel momento soltanto lui i nostri amici di sempre.....il mio lavoro, l'università e la pallavolo....che faccio da sempre....comincio ad uscire a frequentare posti come discoteche....pub.....che prima sconoscevo....dopo pochissimo tempo mi innamoro di un ragazzo....di 10 anni più grande di me....una storia complicata lui all'inizio mi dice chiaramente che con me sta bene ma che si tratta solo di semplice amicizia....io non mi arrendo continuo a corteggiarlo... mi mostro per quella che sono affettuosa....disponibile....e lui non riesce a fare a meno di me...viviamo una storia per due anni nella quale io sto con lui....ma lui non sta con me....o meglio ....fa tutto come se fossimo fidanzati ma in realtà in giro dice solo che siamo amici....e quando lo metto alle strette risponde sempre che il suo sentimento sta crescendo ma che non sa ancora se mi ama.....con lui sto bene...un'affinità e una complicità mai avuta con nessun altro....ci divertiamo da morire....viaggiamo e la nostra sintonia è perfetta.....solo quando siamo da soli .....con gli altri...lui mi tratta come la sua migliore amica...mi mancano da lui le attenzioni che un uomo innamorato ha per la sua donna....ma imperterrita continuo così....anche se mi manca qualcosa....vorrei l'ufficialità anche perché non ci sono impedimenti di sorta per vivere una storia normale...così vado avanti fino a questa estate....tra alti e bassi tra la gioia di stare con lui e i nostri momenti e l'angoscia di non riuscire a capire se effettivamente mi ama....e perché dopo due anni ancora siamo in bilico! a luglio conosco un altro ragazzo che mi piace da morire.... che mi corteggia....come un vero principe azzurro...quello che una donna può desiderare....stravede per me .....io allora decido di mettere alle strette il mio lui .....che per comodità chiameremo Alfonso....gli do l'out out....lui si prende una settimana e poi mi dice che mi ama che non vuole perdersi e che vuole stare con me.....bene a questo punto dovrei essere felice ed invece non è così....nel frattempo chiudo con l'altro ragazzo che per comodità chiameremo Fabrizio.... dicendogli che quello che mi ha dato lui in pochi giorni non era mai riuscito a darmelo nessuno ma che adesso che finalmente posso stare con Alfonso devo provare....Fabrizio non si allontana da me....continua a corteggiarmi....complice la lontananza forzata di Alfonso....finisco per cadere in un vortice.....non riesco a non vedere Fabrizio ....mi sento in colpa con Alfonso....e continuo questa storia parallela....Fabrizio mi aspetta ma ad un certo punto si stanca e mi chiede di lasciare Alfonso io lo faccio ma non riesco a staccarmi da lui....adesso vivo una situazione assurda mi stacco da uno perché ritengo di voler stare con l'altro....e il dolore per la perdita...è troppo forte e lo stesso avviene se faccio il contrario...capisco di sembrare una bambina capricciosa nonostante la mia età....io chiedo solo felicità....so che Alfonso adesso mi ama o almeno così dice....ma conosco anche il suo modo di amare e credo che non sia conforme al mio ma il pensiero di chiudere con lui mi logora da dentro tanto da causarmi forti crisi.....viceversa Fabrizio ....rappresenta la sicurezza e un uomo che farebbe di me una donna

felice...e si dedicherebbe a me .....anche facendo il contrario ....provo un forte dolore per la perdita di un amore meraviglioso che è come se non volessi vivere.....sono veramente frustata stanca di pensare chi possa essere il meglio per me.....e soprattutto di fare soffrire....mi sono ritrovata a fare delle cose che mi hanno causato dei sensi di colpa veramente molto forti.,.....mi scusi la stupidità del problema ma io ci sto veramente male....l'idea di rinunciare ad uno dei due mi toglie il respiro e mi causa malesseri fisici:  
Mi scusi ancora.

## RISPONDE LA DOTT. BRUNA PRONTERA

Gentile Sirenetta,

Sembra proprio che lei non sia riuscita a superare la delusione per l'abbandono del suo primo ragazzo, con il quale c'è stata quella relazione così totalizzante. Credo che lei abbia vissuto quella perdita come una sorta di mutilazione, proprio perché un rapporto così importante, iniziato in epoca adolescenziale, le ha impedito di crescere autonomamente e di investire sulla propria individuazione.

In un certo senso siete diventati grandi insieme e quando lui ha interrotto la vostra relazione lei ha sofferto come se perdesse una parte di sé.

Da allora mi sembra che lei sia alla ricerca di un'altra persona che colmi le sue carenze e che le dia quella rassicurazione che le dava il suo primo amore.

Mi sembra però che non si fidi più e che sia in conflitto fra il desiderio di ritrovare una relazione così totalizzante e la paura di rimanere sola.

In questa situazione conflittuale è comprensibile che lei sia confusa e che non voglia perdere né Fabrizio né Alfonso, come se cercasse di garantirsi una relazione "di scorta" per non rimanere più sola.

È evidente che lei non si sente valorizzata e Alfonso e Fabrizio, chi in un modo chi nell'altro, hanno un ruolo importante nel lenire i suoi sentimenti di insicurezza.

Non credo che la soluzione dei suoi problemi stia nel trovare l'uomo "giusto" che colmi tutti i suoi bisogni e le sue ansie, ma penso che lei dovrebbe farsi aiutare da uno psicologo per trovare innanzitutto un equilibrio e per riprendere la sua crescita personale che, da quando ha 14 anni, lei delega alla persona di cui si innamora (come la Sirenetta della fiaba omonima che rinuncia alla propria identità originale per amore).

Quando lei riuscirà ad acquisire una propria autostima e autonomia, vedrà che anche i problemi sentimentali le sembreranno più facili da risolvere e riuscirà a chiarire quale è la persona che fa per lei.

Auguri,  
Dott.ssa Bruna Prontera