

## LA MAIL

**Mail di:** Federica

**Oggetto:** NON RIESCO AD INNAMORARMI..

**Data pubblicazione:** 01 maggio 2010

Sono una ragazza di 25 anni, e...mi sto chiedendo anch'io come mai le sto scrivendo questa mail, so che ci sono persone "messe peggio" di me(perdonatemi il termine), ma ho un dubbio, un malessere che da qualche tempo mi sono resa conto di avere. Mi vergogno quasi ad ammettere tutto questo, ma ho deciso di provare a parlarne via mail con qualcuno che mi potrebbe aiutare. Mi sono resa conto che non riesco ad innamorarmi. Come già detto, ho 25 anni, e non ho mai ricevuto un bacio in vita mia. Fino alle medie credevo di essere una ragazza carina, nella norma almeno, e mi veniva riconosciuto. Alle superiori, invece, sono iniziati gli insulti al mio aspetto fisico. Non ho niente di particolare, ma credo di essere stata considerata brutta nell'insieme. Ho passato i 5 anni delle superiori chiusa in me stessa, non avevo amici tranne quella che è ancora la mia migliore amica, che mi ha aiutato a superare in parte questo problema. Poi sono arrivata all'università, ho scelto un corso di studi che mi piace davvero, e lì ho trovato molte nuove amiche, e dallo scorso anno anche amici (sono addirittura andata un weekend in Spagna con due amici maschi, cosa che mai avrei creduto possibile fino a qualche tempo fa). Pian piano, grazie alle nuove amicizie, ho iniziato a rivalutarmi un pochino. Nei primi anni dell'università(ora sono all'ultimo) ho avuto qualche cotta, una in particolare, che è durata quasi 3 anni, ma non sono mai riuscita a dichiararmi o a far capire qualcosa a quel ragazzo che mi piaceva. Dopo di lui(ora si è trasferito, non l'ho più visto) non mi è mai piaciuto nessuno. Vedo ragazzi, li trovo carini e simpatici, magari sogno di provare qualcosa, ma all'istante mi paralizzò al pensiero di un'altra delusione, penso subito che è impossibile che mi ricambi, e allora perchè pensare seriamente a lui?

So che possono sembrare problemi da adolescente, ma ho deciso ugualmente di provare a dirlo a qualcuno....Grazie in anticipo!

Federica, Voghera

## RISPONDE LA DOTT. ROSSANA PIRON

Cara Federica,

nonostante tu ritenga che sia un semplice problema adolescenziale, ho l'impressione che ci sia qualcosa di più profondo e che il tuo malessere, in quanto tale, abbia bisogno di essere accolto e compreso. La sfera del sentimento e dell'amore fanno parte della vita di ogni individuo, in tutte le fasce d'età e nelle più delicate sfaccettature. Ma cosa vuol dire innamorarsi? E' un'esperienza senz'altro unica ed intimamente soggettiva, ma di certo non significa solo provare un sentimento intimo e unidirezionale, bensì mettersi in gioco, esporsi, e quindi prendersi dei "rischi".

Ciò che più mi appare chiaro dalla tua mail è paura del rifiuto, una nascosta non accettazione di te stessa che ti porta a sfuggire dai tuoi stessi sentimenti ancor prima che essi possano essere liberi di occupare spazio nella tua mente, e soprattutto, nel tuo cuore.. Mi rendo conto di quanto sia importante l'approvazione degli altri, ma infondo nessuno può darci conferma di ciò che siamo se

noi per primi non siamo disposti a scoprire le nostre carte nel gioco metaforico delle relazioni. Solo in questo modo forse potresti scoprire aspetti di te stessa ancora latenti, e non solo di piacere agli altri, ma, ancor più importante, di piacere a te stessa. E' un percorso molto delicato e, se avessi desiderio di intraprenderlo, forse potresti rivolgerti ad un professionista in grado di offrirti un sostegno psicologico idoneo, nella tua zona o presso il nostro Centro.

Nella speranza di esserti stata di aiuto, ti rivolgo i miei più cari auguri.

A presto

Dr Rossana Piron