

LA MAIL

Mail di: Luana

Oggetto: FORSE UNA STORIA MALATA..

Data pubblicazione: 26 ottobre 2010

Buongiorno mi chiamo Luana e ho 36 anni, mi sono separata ad Aprile dopo 11 anni di matrimonio e ho due figlie, a Giugno ho iniziato a frequentare un vecchio amico e la cosa da sola amicizia si è trasformata in qualcosa di più, il problema è che io inizio a essere molto confusa sulla natura di questa relazione.

Io mi sento molto presa (anzi potrei dire senza ombra di dubbio che ho perso la testa), dall'altra parte si alternano giorni di immensa felicità a momenti di totale tristezza in cui normalmente io vengo lasciata o ferita con i più disparati atteggiamenti e parole.

All'inizio funzionava che quando passavamo giornate bellissime insieme, poi lui mi allontanava fingendo di uscire (o uscendo) o comunque corteggiando altre donne... la scusa era che con me non vedeva un futuro per via che io non avrei avuto tempo per lui e sarei sempre stata una donna part-time(dato che ho due bambine), che magari lui era una figura di passaggio per via della appena venuta separazione etc..

Poi i mesi sono passati, queste figure (altre donne) sono finite ...ma lui continua ad alternare momenti in cui dice di amarmi (addirittura troppo) a giorni in cui dice di vivere male perché non fa per lui la mia vita di madre di due figlie...e a volte sembra addirittura infastidito dal fatto che amo chiaramente tanto le mie bambine.... (quasi fosse geloso di loro).

Quando stiamo insieme stiamo proprio bene, ma appena io mi stacco da lui e inizio a mancargli poi lui o mi lascia o inizia a dire che questa storia non fa per lui, dopo avermi lasciato tempo max due giorni è di nuovo lì a dire che mi ama e che vuole che stia con lui poi però da capo come prima ;(

Ora io sono innamorata o masochista ...non so ... non sono mai stata così succube di una persona a volte è come se mi guardassi da fuori e non riuscissi a reagire ...so benissimo che probabilmente la cosa giusta da fare è lasciar perdere e leccarsi le ferite ...ma una piccola parte di me continua a credere che lui possa "rinsavire" e smetterla di comportarsi come un bambino anziché come un uomo di 36 anni.

Quindi ora siamo all'ennesima lascio e riprendo e ieri gli addirittura chiesto se per favore può evitare per un po' di mandare in frantumi tutto perché sono psicologicamente molto stanca, l'ultima volta che risale a metà settimana sono rimasta bloccata a letto per quasi due giorni incapace di far altro che piangere... io non sono una donna debole... sono

madre, imprenditrice, ho una vita piena e densa di impegni, ma ora mi sembra che il mio orizzonte sia spostato irrimediabilmente su di lui, e tutte le mie decisioni, sul mio tempo libero, sulla gestione delle bambine...siano in sua funzione... e credo che sia in effetti un problema visto che lui comunque non lo apprezza.

Funziona infatti che se trovo tanto tempo per lui è comunque tempo "trovato" ...insomma mai contento di quello che viene fatto per lui ;(

Grazie per lo sfogo

Luana

RISPONDE LA DOTT. ELISABETTA GIACCA

Cara Luana,

dalla sua lettera mi sembra di avvertire in lei un profondo malessere causato da un periodo di grande confusione e disorientamento. Dopo una separazione, in seguito ad un lungo matrimonio come è stato il suo, capita di sentirsi smarriti e di perdere le coordinate della propria esistenza, non sapere più verso quale orizzonte muoversi.

Nella sua lettera non racconta nulla del suo precedente matrimonio e dei motivi che vi hanno portati a questa, immagino, dolorosa decisione di separarvi. Potrebbe essere utile che riscrisse al nostro centro per raccontare anche questi aspetti molto importanti che potrebbero aiutarci a capire come mai stia vivendo questa situazione, soprattutto sentimentale, così travagliata.

Mi sembra, inoltre, di capire che sta attraversando questo momento in solitudine. Ha una buona rete sociale capace di darle conforto e supportarla?

Non fa cenno alla sua famiglia di origine, e mi chiedevo che rapporti ci fossero o ci siano stati in passato tra di voi.

Le figlie sono affidate a lei? Hanno un rapporto costante con il loro papà?

La separazione è sempre una esperienza traumatica non solo per i coniugi che si separano, ma per tutti i componenti della famiglia che sono inevitabilmente coinvolti, anche se su piani differenti. Spesso dentro alle persone fanno capolino sentimenti di fallimento, sconfitta e sensi di colpa.

E', tuttavia, meglio separarsi piuttosto che vivere all'interno di un rapporto altamente conflittuale e questo vale anche per i figli.

La cosa importante è capire che con la separazione si smette di essere marito e moglie, ma non genitori: di quel figlio si sarà madre e padre per tutta la vita,; il rapporto andrà coltivato anche da parte del genitore non affidatario e per fare questo è importante che i genitori trovino un accordo per tutelare il benessere psicologico dei loro figli.

Capisco che tra la separazione e l'inizio della nuova storia non sia passato molto tempo: probabilmente questo non le ha permesso di elaborare sufficientemente la perdita ed il lutto, perché di questo si tratta, per il suo matrimonio e di una parte della sua identità.

Non so se la sua storia attuale sia, come la definisce lei, una storia malata, sadica, ciò che è certo è che non la rende serena e felice.

Lei racconta molto del suo compagno e cerca di comprendere alcuni suoi comportamenti, in molte occasioni piuttosto ambivalenti, ma forse dovremmo fermarci a pensare a che cosa prova lei, cosa si sta scatenando nel suo mondo interiore e quali sono le vere

motivazioni, inconscie, che la portano a continuare a stare con questo signore ed a riaccoglierlo anche quando la tradisce e ferisce profondamente.

Ritengo che su questo nuovo compagno sia avvenuta una sorta di spostamento di alcune sue paure, bisogni che forse con l'attuale relazione centrano poco. Avverto una forte ansia di separazione che la porta a rimanere arroccata, abbarbicata intorno a questa figura da cui si sente fortemente dipendente, ma, nello stesso tempo, protetta, sicura ed al riparo.

Dalla descrizione che fa di certe sue giornate in cui non riesce a reagire e rimane a letto a piangere, si capisce che questo uomo è diventato una sorta di catalizzatore di sue angosce, bisogni che non sono mai stati capiti, elaborati e soddisfatti pienamente.

Questo signore sta, probabilmente, appagando un suo bisogno di dipendenza che l'ha molto spaventata, perché prima di adesso non si era mai sentita così, anzi è sempre stata una donna dinamica, intraprendente ed autonoma.

Essere sicuri di se stessi, autonomi, non significa non essere dipendenti da qualcosa o da qualcuno. Tutti noi siamo fatti, costituiti da parte più adulte, autonome, ed altre più infantili, dipendenti. La vera autonomia è la capacità di poter gestire le nostre dipendenze. La cosa fondamentale è poter dipendere da qualcosa o da qualcuno che dia nutrimento sano, positivo, mentre nel suo caso è chiaro che questo ora non sta succedendo.

Questa relazione in corso le ricorda, per certi aspetti, relazioni che ha già avuto in passato, uno stile relazione, insomma, che ha già sperimentato e vissuto?

Penso che non esistano relazioni giuste o sbagliate, ma solo relazioni che ci fanno stare bene o male. Considerato che lei è rimasta invischiata, direi quasi intrappolata in una relazione che non le porta benessere e felicità, ma da cui, tuttavia, non riesce ad uscire, sarebbe consigliabile che lei ne parlasse con qualcuno, uno specialista che potrebbe aiutarla a meglio comprendere i reali motivi che la portano a rimanere così fortemente agganciata a questo signore.

Se mi scrive dove abita, posso indicarle il nominativo di qualche nostro collega di fiducia.

Noi ci troviamo in un paesino in provincia di Pavia. Potrebbe essere comodo per lei?

Infine volevo, comunque, rassicurarla dicendole che attraverso un buon lavoro su di sé, elaborando la sua separazione e tutto ciò che questo avvenimento ha riattivato dentro di lei, sono sicura che potrà sentirsi, nuovamente, padrona della sua vita, capace di vivere felicemente il suo ruolo di madre, ma anche di donna, ed in quanto tale avente il diritto di continuare la propria vita anche sentimentale, senza pensare di portare via qualcosa alle sue bambine, anzi migliorando il suo rapporto con loro quando riuscirà a sentirsi ancora felice ed appagata.

Infatti scriveva che questo uomo l'accusa di trascorrere troppo tempo con le figlie, trascurando lui. Chissà se, magari, non sia anche un po' lei a pensare di sottrarre qualcosa alle sue bambine. Ora l'unica cosa che non sta dando a se stessa ed alle bambine è una situazione di armonia e serenità, ma quando ritroverà questa condizione, il rapporto con le sue figlie non potrà che giovarne.

Con affetto,

Dr.ssa Elisabetta Giacca