

## LA MAIL

**Mail di:** Isabel

**Oggetto:** NON FUNZIONA NIENTE..

**Data pubblicazione:** 08/06/2011

Buongiorno,

Non so se lei mi può aiutare, pero ho deciso di scrivere questa lettera, ho provato già tante cose....però non funziona niente nella mia vita.

Ho vissuto un'infanzia strana, ho lasciato la casa dei miei genitori hai 20 anni, per andare in Inghilterra, avevo problemi con il cibo, e depressioni.

Tornavo in Italia sperando la situazione fosse cambiata, i problemi sempre mi hanno seguito.

Ha 24 anni ero in Spagna lavorando la stagione e mi hanno diagnosticato una infermità che e' BIPOLARE, che penso che quasi tutte le persone soffrono chi più o chi meno.

Avevo incontrato un ragazzo qui in Spagna, che dopo 5 mesi sono rimasta incinta. Prima pensavo di abortire dopo ci ho ripensato, ho tenuto la bimba che adesso ha 3 anni e mezzo, in questi ultimi 5 anni ho avuto altri 3 ingressi in psichiatria, adesso non prendo più pastiglie. Mi sono separata, da circa un anno e il padre tiene la custodia de la bimba, io la posso vedere il martedì, il giovedì e fin di settimana alterni.

E' tutto difficile che ho voglia di andare via, di morire, mia figlia non viene educata adeguatamente, io qui sono sola,non ho amici solo lavoro qui, e solamente la stagione.

Non so cosa fare mai...mi sento grassa e forse non lo sono, vorrei cambiare mi sento spesso usata e manipolata da la gente e poi forse alla fine sono io la che voglio manipolare, mia figlia non vuole venire con me, sono stata con una psicologa per 3 anni non e' cambiato niente, ho provato ipnosi non funziona, il ragazzo che vivo adesso dice che non voglio cambiare.

Dice che quello che faccio e' tempo perso per mia figlia ,perché non vuole neanche stare con me.

Sempre problemi in tutti i casi ho paura di fare scelte, la verità che cercavo in internet, un posto dove stare,un posto dove m'insegnassero la vita penso che non vedo la realtà e sono anche un po' lazzarona, a parte il lavoro fisico,pero la normalità mi uccide non sono capace di vivere nel la routine di tutti i giorni. Se per favore mi può aiutare in qualche modo.

Adesso vivo in Spagna, per lo meno fino alla fine di ottobre, che ho il lavoro, avevo pensato di fare alcun corso di amministrazione, dopo che qui sono gratuiti.

pero il problema sono io e se no risolvo la mia vita non riesco a fare niente.

Non mi suicido solo perche neanche ho il coraggio per questo..

Però sono stanca di me stessa, e di tutto. in realtà mi sembra di vivere solamente di esistere.

Grazie

Arrivederci

Aspetto una risposta qualunque sia.

## RISPONDE LA DR. SSA CHIARA CERRI

Cara Isabel,

leggendo la sua lettera, mi sembra che sia sempre prevalsa in lei una tendenza ad evitare i problemi, a scappare dalle situazioni dove potevano esserci delle difficoltà, così come adesso, forse, vorrebbe "scappare" dalla sua stessa vita, negando il suo diritto ad essere felice.

In tutti questi anni, sembra avere sempre vissuto nel malessere e nella sofferenza, descrivendo dei rapporti difficili con le persone, ma anche con se stessa.

Senz'altro nella sua vita ha incontrato numerose difficoltà: il trasferimento in Inghilterra, dopo che ha deciso di lasciare la casa dei suoi genitori (di cui non ci spiega il motivo); il trasferimento successivo in Spagna, in un posto che non conosceva, senza amici, né persone che potevano incoraggiarla e appoggiarla. La relazione con il padre di sua figlia e la successiva separazione da lui, per motivi che non ci spiega; la nascita inaspettata della sua bambina.. Tutti eventi estremamente faticosi, stressanti, traumatici, che forse si sono andati a sommare ad altri traumi già presenti dentro di lei, legati al suo passato (da quello che ci ha raccontato, sembrava non stare già molto bene, prima di questi eventi, ma è un'ipotesi), che possono averla ulteriormente sovraccaricata di un malessere, che hanno reso ancora più difficile la sua voglia di vivere e di esserci.

Comprendo il senso di disperazione e la sensazione di "inutilità" che può portarsi dentro e che può portare a farle credere che la vita non vale la pena di essere vissuta. Tuttavia, seppur con estrema fatica, una parte di lei stia ancora cercando un aiuto, un modo per cercare di affrontare la realtà e riuscire a migliorare la sua situazione.

Io credo che un aiuto specifico e costante per lei sia davvero indicato e che sia importante sempre non arrendersi di fronte alle difficoltà; magari potrebbe rivolgersi a uno specialista della sua zona spiegandogli bene la sua storia e le sue difficoltà. Credo davvero che la cosa più importante in questo momento sia fare in modo che lei possa essere in grado di occuparsi e di volere più bene a se stessa.

Mi riscriva, se ha bisogno di ulteriori informazioni o non sono stata esaustiva.

Un saluto affettuoso,

Dr. ssa Chiara Cerri