

LA MAIL

Mail di: Elisa

Oggetto: CERCO UNA RISPOSTA...

Data pubblicazione: 21.02.2012

Salve,mi chiamo Elisa ho 30 anni e vivo in provincia di Arezzo.

Scusate il disturbo, ma ho bisogno urgente di parlare con qualcuno. Sono un'infermiera di ruolo presso la mia ASL e, a parte qualche disagio ultimamente e molta demoralizzazione e insoddisfazione, il lavoro non va così male.

Vi anticipo che sono sempre stata una persona molto critica con me stessa ed ho sempre cercato di analizzare la mia situazione, ma adesso non ci riesco, ci sono troppo in mezzo e non riesco a vederla distaccatamente.

Dopo una serie di scelte sbagliate che ho fatto nella mia vita sono arrivata a questo punto: sono sposata da sei anni e ho tre figlie, la prima avuta da una precedente relazione finita male e che mi ha lasciato un sacco di blocchi psicologici, e le due gemelline avute da mio marito.

Ho sofferto, anzi soffro di depressione, sono stata anche in cura da uno psichiatra per un po' (poi, sbagliando ho abbandonato la cura) perché ero arrivata ad un punto di non ritorno.

Da quando ho conosciuto mio marito abbiamo avuto un sacco di problemi economici, lui è stato senza lavoro due anni e con tre figli è stata dura. Io, intanto, con il mio umore altalenante cercavo di tirare avanti, provavo da sola a superare quella fase, siamo arrivati alle mani diverse volte per litigi stupidi perché con lui non riesco a comunicare e, come dicevo prima, mi sono portata dietro complessi dalla precedente relazione. Abbiamo preso in gestione un ristorante un anno e mezzo fa e ci siamo quasi separati. Ha lasciato il locale dopo poco, ma le persone che ce lo avevano dato si sono rivelati delle carogne e una ventina di giorni fa mi è arrivato il pignoramento dell'immobile (casa nostra). Qui è crollato il mio mondo e tutte le mie certezze.

Sono diventata apatica, sempre a piangere, non riesco a dormire, non voglio nessuno intorno nemmeno le mie figlie, cerco di allontanare tutti, ho pensato e lo penso tutt'ora che la soluzione potrebbe essere morire...però dopo loro tre che fine fanno? le separeranno?? come crescerebbero senza me e con il peso di un suicidio? ho pensato di portarmele con me..ma perché dovrebbero pagare loro per i miei errori??

Ho riflettuto e riflettuto specie sul rapporto con mio marito::sicuramente sbagliato, mi sono annullata prima per lui poi per le mie bambine, che adesso sono più autonome e

non hanno bisogno di me come prima e guardandomi non so più chi sono, a cosa servo...

Io non do colpa a lui di quello che è successo, anche se seguiva i miei consigli forse non eravamo arrivati a questo punto, non voglio che si colpevolizzi perché l'errore è stato mio, non dovevo fidarmi così tanto di lui. Probabilmente vivevamo talmente in simbiosi che non riusciamo più a distinguere il confine tra me e lui.

Il mio problema adesso è che ho aperto gli occhi, vedo le cose forse un po' da fuori e riesco a capire che è un rapporto sbagliato, ma fa male più di ogni altra cosa perché lo amo ma non so se faccio bene a continuare la nostra storia. Ho vissuto fino ad ora come due cuori e una capanna, ma la realtà è diversa, ci sono dei problemi e vanno risolti. e con lui sarà sempre così, non cambierà, quindi dovrei accettarlo come ho fatto fino adesso ma sapendo che qualsiasi problema dovrò affrontarlo da sola. Se lo faccio è per le mie figlie, però mi annullo di nuovo, allora meglio morire? sono confusa e la mia depressione sta prendendo campo sempre più, non so per quanto potrà contrastarla. Mi sento sola, non voglio andare dai miei finché non sarà inevitabile, perché so già che mi giudicheranno, inveiranno contro mio marito e si creerà una brutta situazione che mi allontanerà di nuovo da loro, perché io tendo sempre ad allontanare chi mi vuole bene. Come devo fare per avere un po' di chiarezza riguardo alla mia situazione? E' indispensabile che torni da uno specialista o posso evitare? Un consiglio vi prego.

Cordialmente

Elisa

RISPONDE LA DOTT. SSA ERICA GILARDINI

Cara Elisa,

io sento tanta tanta sofferenza e disperazione nella sua lettera.

Da quello che ha scritto, la situazione sembra abbastanza complessa, sia sul piano di realtà, quindi le questioni legate alla parte economica e alle sue conseguenze, sia sul piano emotivo.

Leggendo la sua lettera, frase dopo frase, mi sono sentita come una grossa pentola riempita di tutti i vari episodi che hanno riempito la sua vita finora....e questa pentola, alla fine del racconto, sentivo che pesava parecchio....al pensiero di guardarci dentro, credo potrei vederci il peso ed il dolore di ogni cosa descritta e, nello stesso tempo, tanta confusione come se un avvenimento si sommasse all'altro, all'infinito, senza poter mettere uno stop.

Mi chiedo allora: quali sono i suoi dubbi nel farsi aiutare?

Provo a darle dei piccoli spunti sui quali può riflettere...magari possono aiutarla anche nel prendere una decisione rispetto ad un possibile aiuto.

Più volte utilizza la parola “ho sbagliato” rispetto a ciò che la riguarda nella sua vita... perché si colpevolizza così tanto? Cosa la fa sentire in colpa tanto da non darsi pace? Dice di essere tuttora depressa....utilizzo una sua espressione...magari la cura non ha avuto un risultato favorevole ma perché non provarne un'altra? Magari una cura che al posto di avere un punto di non ritorno , ha un inizio ed una fine e all'interno del percorso un suo senso che possa aiutarla a mettere chiarezza....

In un piccolo paragrafo, sento tutta la sua disperazione (“Sono diventata apatica,sempre a piangere, non riesco a dormire,non voglio nessuno intorno nemmeno le mie figlie, cerco di allontanare tutti,ho pensato e lo penso tutt'ora che la soluzione potrebbe essere morire...però dopo loro tre che fine fanno?le separeranno??come crescerebbero senza me e con il peso di un suicidio?ho pensato di portarmele con me..ma perché dovrebbero pagare loro per i miei errori??).....

il suo pensiero qui va alle sue figlie : come può separarsi da loro?....io sento tanta tanta ambivalenza a riguardo...da una parte il voler mollare tutto, ma dall'altra anche l'idea di non poterlo fare. È su questo che deve fermarsi a riflettere per poter andare avanti.

La stessa ambivalenza la descrive quanto racconta di suo marito....da una parte , il voler mollare tutto, dall'altra riconosce l'esistenza di un legame.

Ora, dopo tutto questo, il consiglio che mi sento di darle e quello di fermarsi un attimo.

Fermarsi per riflettere su tutto questo, su cosa è giusto e cosa è sbagliato. Ma accompagnata da qualcuno che la possa sostenere e le possa fare da guida, non perché non sia in grado di fare da sola, questo è ben chiaro, ma perché forse è arrivata l'ora di affidarsi all'altro, di permettersi di non tirare avanti sempre e tutto da sola....

Un abbraccio di cuore.

Dr. Erica Gilardini