

X (Cremona) scrive:

Buongiorno, sono una ragazza di 22 anni. Il mio problema è che ultimamente penso spesso al suicidio. La vedo, anche se so che non è così, come l'unica soluzione. I dolori che mi affliggono sono l'abbandono (doppio) del mio ragazzo con il quale sono stata 3anni. Mi lasciò per un'altra ragazza, poi si pentì e io lo perdonai. Ma dopo soli 2mesi mi lasciò ancora, sempre per l'altra ragazza. Non riesco a farmene una ragione, perché quando stavo con lui mi sembrava davvero di vivere. Ho molti rimpianti però, primo fra tutti un aborto fatto all'età di 19 anni. Se penso a come sarebbe adesso la mia vita se solo lo avessi tenuto mi vien da piangere..Complici mia madre, con la quale ho un rapporto molto altalenante, e mio padre. Vedendo la mia famiglia voltarmi le spalle ho preso quella decisione. Altro problema è mia madre..lei è molto egoista, nel senso che è contenta di sapere che non ho un fidanzato, non ho amici, non esco mai quindi. Siamo sempre e solo io e lei. Poi c'è mio padre che avendo molti problemi non si occupa molto di me. Magari ho usato un termine sbagliato ma io mi sento un pò messa da parte, non capita a fondo. A volte sento anche che sua moglie mi vede per mio padre un problema. Io e lei non abbiamo mai avuto un rapporto, nonostante siano sposati da 15anni. Altro problema è il lavoro. Non avendo proseguito con gli studi mi ritrovo a fare lavori di fabbrica. E' dall'età di 18 anni che lo faccio, ma non mi è mai pesato. Ora invece sento che sia fisicamente che psicologicamente non ci riesco più. Sento che il mio futuro non sarà molto diverso dal presente. Faccio una vita inutile, insignificante. Quando arriva la sera realizzo di non aver concluso niente. Non esco, non ho interessi, hobby. La vita degli altri va avanti anche senza di me. Passo le giornate a pensare a come fare per compiere quel gesto, valuto pro e contro. Non trovo il coraggio e mi maledico anche per questo. Nessuno mi chiede come sto veramente, perché nessuno vuole davvero capire. Meglio andarmene. Può darsi che lo faccia per punire, o punirmi. Grazie per avermi ascoltata.

Dr.ssa Breschi risponde:

Da quello che ha scritto si sente la sua solitudine ma anche la sua rabbia. Il suicidio spesso equivale ad un gesto di rabbia, ad un voler ferire chi ci sta accanto. La fine di una relazione è la fine di un progetto, di fantasie, e si supera attraverso l'elaborazione di questa fine, si parla anche in questo caso di elaborazione del lutto, della perdita: ha perso suo figlio, prima, il suo ragazzo, poi, insieme a tutte le fantasie su come queste due presenze avrebbero cambiato la sua vita. Elabori la fine di tutto questo, queste perdite, con l'aiuto di uno psicoterapeuta, in modo che piano piano riuscirà ad intravedere se stessa, anche senza l'altro, e tutte le possibilità che le si prospettano, relazionali, lavorative ecc. La sua solitudine credo vada oltre la fine della sua relazione sentimentale: da quello che scrive sembra una solitudine interna, una mancanza di punti di riferimento interni, dati soprattutto dalle relazioni precoci con i propri genitori. Si faccia aiutare, dia voce alla sua rabbia. La saluto