



*Il Diario di M.*

*Ogni tanto mi guardo allo specchio e mi chiedo "CHI È QUELLA PERSONA"? il mio corpo sta cambiando e assume nuove forme che fatico a riconoscere.. è comparso l'acne sul mio viso e peluria dappertutto.. a stento distinguo il suono della mia voce!*



*Alla mia età ci si sente sempre troppo alti o troppo bassi, troppo magri o troppo robusti, con le orecchie a sventola, con le gambe storte o con il naso troppo grande!*

*Il corpo viene investito di innumerevoli significati e attraverso il modo in cui viene valorizzato o disconosciuto, amato o odiato, vestito o spogliato, diviene un mezzo di espressione simbolica dei conflitti che ci animano e delle relazioni che ci legano..*

*Spesso diviene bersaglio di critiche da parte di persone superficiali che non riescono a cogliere la complessità dei pensieri e delle emozioni che abitano quel corpo.. e la cosa più triste è come quei giudizi abbiano l'effetto di influenzare l'immagine che abbiamo di noi stessi!*

*È difficile trovare la forza di ribellarsi alla visione negativa che altri ci rimandano.. ci si lascia travolgere dalle tendenze distruttive piuttosto che farsi guidare dall'amore per se stessi! Ci si dimentica che IL CORPO È UN SEMPLICE INVOLUCRO E QUELLO CHE CONTA È INVISIBILE AGLI OCCHI!*

*Se la percezione del mio corpo è instabile, la ricerca della mia identità sembra un salto nel vuoto! SENTO DELLE RADICI CHE MI TRATTENGONO A TERRA E DELLE ALI CHE MI SPINGONO A VOLARE..*



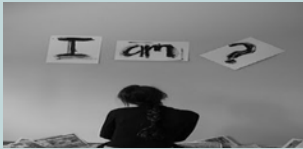
*Da una parte c'è tutta la fragilità, l'insicurezza e la paura di affrontare un mondo estraneo a quello della mia famiglia, nel quale dovrò ritagliarmi uno spazio e dovrò espormi senza la protezione e la mediazione dei miei genitori..*

*Dall'altra parte sento il bisogno di liberarmi dalla loro influenza per scoprire chi sono veramente.. al di là di come mi vorrebbero, delle loro aspettative e del timore di deluderli!*

*Incastrati tra passato e futuro, tra infanzia ed età adulta, noi adolescenti dobbiamo destreggiarci tra il bisogno di dipendere ancora dai nostri genitori e il bisogno di rivoltarci contro di loro.. tra la rabbia per un divieto e la voglia di fare subito pace.. tra l'imbarazzo di farci vedere in loro compagnia e il desiderio di confidargli tutto quello che ci succede!*

*Questi bisogni così contrastanti possono disorientare, ferire, confondere, ma in fondo SE SI VUOLE FARE UN PASSO IN AVANTI BISOGNA ACCETTARE DI PERDERE L'EQUILIBRIO PER UN ATTIMO..*

*Genitori.. li consideriamo troppo severi o poco presenti, inaccessibili o invadenti, spesso incapaci di accettare i nostri bisogni perché in contrasto con quel mondo sicuro e protetto che hanno pensato per noi.. si va avanti per rotture e riparazioni nel tentativo di rinegoziare i reciproci rapporti di vicinanza.. perché in fondo SOLO METTENDO UNA DISTANZA È POSSIBILE VEDERE L'ALTRO NELLA SUA INTERESSA!*



*Non ci riconosciamo più nell'immagine infantile che i nostri genitori ci rimandano e sentiamo il bisogno di differenziarci e affermarci nella nostra individualità.. uscendo dai confini che hanno delimitato il nostro cammino per percorrere strade nuove, non strutturate, che a volte fanno paura e generano insicurezza..*



*Il modo in cui affrontiamo questo inevitabile distacco dipende molto dalla percezione che abbiamo di noi stessi e del mondo..*

*Crescere in un ambiente in cui l'esterno è vissuto come minaccioso e in cui si insegna la critica, l'ostilità e la vergogna, porterà a vivere nella paura, nel giudizio, nella violenza e nella colpa..*

*Se invece si cresce nell'incoraggiamento, nella tolleranza, nell'accettazione e nella lealtà, si imparerà la fiducia, la giustizia, la capacità di accettarsi e di trovare l'amore nell'altro..*

*Questa convergenza tra il dentro e il fuori, tra i movimenti affettivi interni e l'ambiente sociale, ci fa sentire esposti e vulnerabili.. per affrontare questa sensazione di instabilità, ricerchiamo nel rapporto con i nostri coetanei un senso di completezza, un'immagine soddisfacente di noi stessi e un gruppo nel quale ci possiamo identificare..*

*Abbiamo bisogno di sentirci riconosciuti, accettati e protetti.. di poter condividere la tristezza per un problema in famiglia, la rabbia per una delusione ricevuta, lo sconforto per un'interrogazione andata male o la felicità per un obiettivo raggiunto..*

**MA IL GRUPPO ESERCITA ANCHE DELLE PRESSIONI SULLE NOSTRE SCELTE E SUI NOSTRI ATTEGGIAMENTI..**

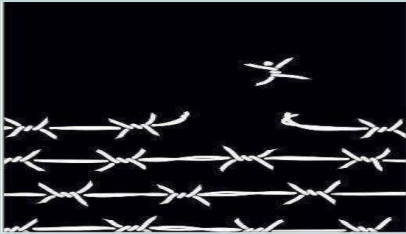


*A volte per il bisogno di "appartenere" rinunciamo ad esprimere la nostra personalità conformandoci a posizioni che non condividiamo.. siamo disposti a girarci dall'altra parte quando avviene qualcosa che la nostra morale giudica scorretta o peggio ancora assumiamo comportamenti che sappiamo essere sbagliati solo per compiacere l'altro ed evitare il senso di esclusione..*

*I veri amici in realtà sono quelli che non giudicano, quelli che non ti costringono a fare cose stupide ma anzi ti spingono ad essere migliore.. quelli pronti a difenderti davanti a tutti e a rimproverarti quando siete soli.. quelli che non hanno bisogno di grandi cose per divertirsi.. quelli che "basta stare insieme"..*



*Fare riferimento ad un gruppo e riconoscersi negli aspetti che lo regolano è un'esperienza affettiva importante, ma solo permettendosi di avere preferenze personali, pensieri propri e posizioni diverse è possibile sentirsi veramente liberi!*



*Essere liberi non significa solo poter gestire autonomamente la propria vita, ma anche capire che LA PROPRIA LIBERTÀ FINISCE DOVE INIZIA QUELLA DELL'ALTRO!*

*Criticare, offendere o escludere una persona per il suo modo di vestire o di parlare, per la sua appartenenza religiosa o per il suo orientamento sessuale, per il suo aspetto fisico o per le sue caratteristiche intellettive, non è espressione di forza ma di DEBOLEZZA!*

*A cosa serve essere liberi se alziamo nuove barriere e ci nascondiamo dietro al muro del pregiudizio per la paura di conoscere ciò che è diverso da noi..*

*A cosa serve essere liberi se utilizziamo il nostro tempo per fare del male a noi stessi, per andare fuori di testa, per riempirci di cose che non ci servono, per distruggere ciò che ci circonda o per giudicare e aggredire l'altro..*

*La libertà non si realizza nel consumismo, nello sballo e nel conformismo, ma nell'assunzione di responsabilità, perché SE NON SARAI TU A CONTROLLARE I TUOI COMPORTAMENTI SARANNO LORO A CONTROLLARE TE!*







Associazione d'Impegno per  
l'Iniziativa e lo Sviluppo Sociale

**A.I.I.S.S.**

c.f. 97073290583

- *Patrocinio del Municipio XIII Roma Aurelio*
  - *Istituto Professionale di Stato per i Servizi Commerciali e Turistici "LUIGI EINAUDI"*