

Psico-Racconti

Frammenti di vita in trasformazione



Paziente F.

F. è arrivato in terapia con un peso enorme: l'orientamento sessuale che non riusciva ad accettare. Per anni ha evitato di pensarci convinto che non fosse "il momento" di affrontare la sua verità.





Non era procrastinazione, era vergogna. La paura costante di non rientrare negli standard familiari; la vergogna che si è trasformata in un muro. F evitava le relazioni, perché la sua identità era un problema da correggere.

In terapia ha imparato a separare la sua voce da quella dell'ambiente. Ha lavorato per riconoscere l'apprendimento della vergogna, e a non vederla come una verità.



Lentamente è emerso
uno spazio nuovo, in cui
esplorare chi è davvero,
senza dover rientrare in
uno schema
prestabilito.

