

LA STORIA  
DI  
GIALLARS SHARK

## INTRODUZIONE

Con questo scritto voglio raccontare la mia esperienza in base al cammino che ho fatto dalla scuola superiore ad oggi, percorso con il sostegno dei miei familiari, degli amici di una comunità cristiana, dei medici e del personale infermieristico di una struttura ospedaliera. Inizierò a mettere in luce quello che mi è capitato durante la mia carriera scolastica, basandomi sul rapporto con i miei compagni e con gli insegnanti. Ecco la mia esperienza:

## SCUOLA SUPERIORE

Il passo dalla scuola media alla scuola superiore è stato vissuto con molta agitazione e nervosismo. Da quando ho iniziato la mia nuova esperienza in questa scuola, mi sono sentito in un primo momento contento, con la speranza di sfondare poi nel mondo reale, ma ho incontrato persone che mi usavano e che non avevano alcun rispetto. Durante i cinque anni di scuola facevo fatica a studiare e a essere interrogato dai professori, soprattutto con l'insegnante di italiano: i primi due anni, durante le interrogazioni mi sentivo teso e bloccato, non riuscendo a conversare con lei.

Presi dei voti negativi e questo non piacque molto ai miei genitori che, preoccupati della mia paura di affrontare l'insegnante, chiesero a una mia cugina, studentessa universitaria, di aiutarmi a superarla. Dopo un po' ho superato questo timore e ho preso dei voti positivi.

Anche nelle altre materie, specialmente in matematica, ero molto in difficoltà; ero insicuro, e ricordo un consiglio: "quando prendi dei voti negativi, concentrati e impegnati di più, così ce la farai".

A scuola, quando c'era l'ora della ricreazione, i miei compagni mi chiedevano di andare al bar della stessa, pagando la merenda che acquistavo per loro e, quando facevamo palestra, c'era un ragazzo che mi dava pugni allo stomaco; io, per non piangere, soffrivo in silenzio, perché avevo paura che, reagendo, sarei stato sospeso.

Durante gli ultimi tre anni nella scuola che stavo frequentando e subendo dai miei compagni giudizi e offese, ho avuto la fortuna di stare in compagnia di due coetanei molto bravi nello studio e che mi proteggevano.

Con la mia classe ho effettuato viaggi-studio in un paese straniero, conoscendo due città diverse con famiglie ospitanti diverse: il nostro compito era di fare pratica

nella loro lingua. Inoltre frequentavamo delle scuole che ci sottoponevano a test basati sulla conoscenza di quanto appreso dalla nostra insegnante di lingua straniera.

Riguardo al primo viaggio scolastico, ricordo di essere stato trattato bene da questa famiglia, perché, quando ho avuto un malessere fisico, il capofamiglia mi ha assistito e mi ha fatto compagnia, guardando delle partite di calcio alla televisione.

Una mattina, insieme alla classe e all'insegnante, abbiamo fatto una gita in treno e, al ritorno in stazione, invece di stare insieme a due ragazzi che erano con me presso la famiglia ospitante, mi sono perso con altre persone del nostro gruppo-stage e, sono stato ammonito in modo severo.

Arrivato al terzo anno, gli insegnanti ci hanno avvisato e preparato alla prova finale: l'esame di Stato. Ognuno di noi sceglieva un tema e lo si cercava (anche attraverso internet) per ciascuna materia.

Al momento ero titubante, spaventato e ansioso, ma avevo il sostegno di mia cugina che mi dava lezioni, sottoponendomi a una prova di interrogazione in base all'argomento scelto; inoltre contavo sull'aiuto del mio professore di lingua straniera, che, avendo intuito le vicende di bullismo da parte dei miei compagni, era molto attento, sensibile, cordiale e soprattutto comprensivo quando sono andato in depressione, incoraggiandomi ad affrontare con speranza e forza di volontà la vita, sorridendo e combattendo per un benessere psicologico.

Giunti alla prova vera e significativa avevo paura, tremavo, ero insicuro, preoccupato e agitato a tal punto da dormire male.

La mattina del colloquio con i miei docenti ero teso e avevo il terrore di essere da loro giudicato. Il tema che ho scelto per discutere con la commissione era: LA LIBERTÀ. Ne ho trattato con le insegnanti di: Italiano, Diritto, Matematica ed Economia Aziendale, dove ho mostrato delle incertezze.

Invece con i docenti che conoscevo meglio, ero più sciolto e sicuro, perché avevo appreso le conoscenze giuste e sentivo l'appoggio di mio fratello e di alcuni miei amici, presenti alla discussione.

Non sono andato a sentire i miei compagni per tutte le angherie sopportate.

A esame concluso, c'era l'attesa del voto finale, vissuta con trepidazione e gioia per il risultato ottenuto per tanto impegno e sacrificio. Quanto mi è costato? Questo scritto può documentarlo.

### **CRISI DEPRESSIVA**

Concluso il percorso scolastico e ottenuto il diploma, ho cominciato ad avere una crisi che mi ha fatto deprimere e mi ha chiuso la strada per stare bene.

Questo fatto è accaduto non subito dopo la scuola, ma durante un'esperienza lavorativa in un'associazione in provincia di Brescia: qui ho fatto un corso di apprendimento, ho lavorato nel settore ecologico in cui ero addetto alla raccolta di carta, plastica, siringhe ecc...

Durante la mia permanenza con i colleghi, spesso mi sentivo impotente davanti alle loro reazioni e non riuscivo ad essere calmo, affrontandoli.

Finito il lavoro mensile, ero ancora molto depresso e, non riuscendo a uscirne, mi è stato consigliato di andare a Milano dove due medici mi hanno suggerito il nome di uno psichiatra-psicologo molto bravo con il quale parlavo liberamente dei miei problemi e dei rapporti con la mia famiglia e che mi ha somministrato una terapia rilassante.

Dopo ogni colloquio, mi modificava la terapia in base al mio stato di umore; quando poi ho saputo che doveva andare a lavorare in un'altra città, sono entrato sempre più in crisi.

Ho quindi cambiato medico e mi sono trovato a relazionarmi con una persona molto diversa dal dottore che avevo prima, chiusa di carattere, molto inquadrata su cose tecniche(ricette mediche ecc...). Con lui sono stato all'inizio speranzoso, contando sul suo aiuto,ma quando mi ha consigliato un farmaco che si è rivelato dannoso, sono stato costretto ad affidarmi alle cure di un'altra persona.

Durante il periodo della depressione e, somministrando a mia insaputa quel farmaco, avevo cambiato carattere diventando nervoso, agitato: non sopportavo la presenza perfino dei miei genitori e tutto mi irritava; non mi riconoscevo più. Sono stato così fino a metà luglio dall'inizio del mese, passando le notti insonni con il desiderio di uscire per sempre da casa mia, che consideravo una prigione; pregavo il Signore che mi desse forza: la soluzione è arrivata con il ricovero in una struttura ospedaliera specializzata.

E così avvenne: mi sentii in un primo momento felice di stare con gli altri pazienti ma poi mi sono sentito spaesato al pensiero di stare male. In questo ospedale ci sono rimasto tre settimane;con il personale medico e gli infermieri non avevo un rapporto bello, anche perchè erano molto rigidi e seri.

Trascorse le tre settimane sentivo il bisogno di essere trasferito in un altro posto. Finalmente sono stato inserito per tre mesi al CPS: qui sono stato trattato bene sia dal personale medico sia dai miei colleghi-pazienti: gli infermieri erano molto simpatici, ci davano delle regole meno severe rispetto a quelle dell'ospedale dove ero stato ricoverato; facevamo attività come disegno, cruciverba, tombola, cinema ecc..; il mangiare era squisito, ma soprattutto avevo acquistato più fiducia in me stesso e trovavo forza nella preghiera. Ero contento e spensierato!

I medici erano molto attenti, mi confortavano invitandomi ad avere coraggio nell'affrontare, una volta uscito, la vita.

Ero e sono tuttora seguito da uno psichiatra disponibile ed attento, che mi sta aiutando a stare bene fisicamente e moralmente, modificando la terapia al bisogno.

Concludo questa mia esperienza confidando nell'aiuto sistematico dei miei genitori, di tanti amici; sorretto dalla speranza di sentirmi vivo e positivo verso tutti e tutto, aiutato dalla preghiera, dalla musica, giacchè suono la chitarra compagna di tanti momenti della mia giornata.