

Pregiudizi e parole che fanno male

Caro diario,

sai ciò che provo quando qualcuno mi giudica senza nemmeno conoscermi realmente? Mi piacerebbe affermare che poco m'importa dei giudizi altrui, ma non è così, essi non mi toccano solamente in superficie, riescono a scavarmi dentro fino a farmi star male.

Molte volte, dopo essere venuta a conoscenza di cose negative che qualcuno pensa di me, mi faccio dei lunghi esami di coscienza e cerco di riconoscere dentro di me quale mio difetto abbia potuto scatenare il feroce giudizio altrui, tuttavia il più delle volte non trovo delle risposte e allora non mi riconosco più: non so se sono quello che gli altri dicono di me o quello che penso di essere.

Quando vengo giudicata male, resto in silenzio facendo apparentemente finta di nulla, ma in realtà nella mia mente già frullano molti pensieri negativi sul mio modo di essere.

Quando, successivamente, mi ritrovo da sola nella mia stanza ricompongo nella mia testa le parole che mi hanno ferito e inizio a provare dei sensi di colpa, penso che inconsapevolmente, con delle mie azioni o semplicemente parole, abbia potuto offendere qualcuno e che per questo motivo lo stesso possa essere stato duro con me.

I pregiudizi della gente sono una delle mie paure più grandi perché mi fanno sentire emarginata e condizionano a pieno il mio modo di essere.

Questa paura non mi fa vivere spensieratamente la mia adolescenza, per esempio scelgo sempre con cura i miei vestiti prima di uscire, cosicché nessuno possa considerarmi una persona senza uno stile.

Ogni volta che cammino per strada da sola e la mia stessa via viene percorsa da un gruppo di miei coetanei, temo che essi possano iniziare a ridere di me.

Insomma, il timore di un eventuale giudizio non mi fa socializzare facilmente e mi induce a indossare delle maschere come scudo, e a far trasparire un'immagine di me fredda e spesso insensibile.

A volte penso: "Nessuno è perfetto, forse anche gli altri temono di essere giudicati. Sono sicura, allora, di essere continuamente criticata dagli altri? Non sono forse io a giudicare troppo me stessa?"

Quindi penso che le mie paure siano solamente delle paranoie costruite da me sulle mie insicurezze.

E allora, forse dovrei imparare ad accettare i giudizi altrui senza farmi condizionare troppo, iniziando ad aumentare la mia autostima e la fiducia nelle mie capacità.

Ora devo proprio andare, a presto!

Pallara Miriana, classe 3[^]D
Liceo scientifico Scienze Applicate
I.I.S.S. "Tommaso Fiore" - Modugno