

PREMIO LETTERARIO ANNALISA IENOPOLI 2025 V EDIZIONE

Traccia Scuola Secondaria di primo grado

Ti capita di provare, nel corso delle tue giornate, un senso di solitudine o di oppressione che ti blocca e che ti spinge ancora di più a chiuderti in te stesso? In che modo affronti questi momenti e a chi ti rivolgi quando sei in difficoltà?

Non sono brava a scrivere, peggio ancora a parlare delle mie emozioni o di quello che provo. Ma oggi farò un'eccezione.

Mi capita spesso di provare un senso di solitudine o di oppressione nel corso della giornata. La maggior parte delle volte non lo faccio notare, facendo sorrisi finti o parlando con gli altri dei loro problemi. Mi faccio trascinare spesso in un vortice di pensieri e inizio a fissare il vuoto e, quando gli altri se ne accorgono, dico solo che non mi sento bene. Ed è qui che si scatena il senso di solitudine e di oppressione. È così forte che mi chiudo in me stessa e non riesco a rivolgermi a nessuno. Non è solo il senso di solitudine quello che occupa i miei pensieri e le mie giornate, ma anche il rumore di tutte le domande nella mia testa. Forse questa frase la capiranno in pochi.

A scuola cerco di sorridere e far sorridere gli altri, a volte esagero anche per non far notare che sto male e cerco di aiutarli con i loro problemi e le loro difficoltà. Mi piace aiutare le persone e ascoltarle, cercando di capirle. Ogni tanto temo che si sentano soli e che non riescano a parlare dei loro pensieri tristi, così inizio ad ascoltarli e cerco di convincerli a parlare per liberarsi. Io però faccio tutto il contrario, non parlando con nessuno di come mi sento, anche se il senso di solitudine si fa pesante.

Potrete pensare che abbia paura di essere un peso, ma non è così. Quando sto male, non riesco a parlarne, a liberarmi dai pensieri; non lo so il motivo, so solo che, se ne parlo con qualcuno, sto ancora più male. Quando i problemi e i pensieri sono troppi,

mi chiudo in camera mia, sto in silenzio e faccio respiri profondi, ascolto un po' di musica e mi sfogo piangendo, perché piangere non vuol dire essere deboli. Molte volte, quando la solitudine mi opprime, sento anche un nodo stringermi la gola. La prima volta che questo strano fenomeno si è manifestato dentro di me ero in quinta elementare e mi sono messa a piangere forte dalla paura.

Ora, col passare del tempo, ho imparato a controllarlo. Non so come chiamare tutto questo, non so neanche quando è iniziato. La solitudine a volte è bella, a volte è insopportabile e opprimente.

Forse vi ho solo messo in difficoltà nel cercare di capirmi, di comprendermi. Non so se ho seguito la traccia, molto probabilmente sono andata fuori tema, ma non sono abituata né a scrivere né a parlare di queste cose. Penso però che finalmente sono riuscita a liberare i miei pensieri almeno un po', anche se il senso di solitudine c'è ancora.