

LA TESTIMONIANZA DI UN ADOLESCENTE – EX PAZIENTE DI JOSEPH NICOLOSI

- Agosto 2014

(N.b : la testimonianza in lingua originale si trova nella sezione CLIENT STORIES del sito)

Mi chiamo Dan e ho 16 anni. Sono stato in terapia con il dottor Nicolosi per circa 7 mesi.

Prima della terapia ero praticamente un emarginato, non uscivo con nessuno a parte un'altra persona molto timida come me. Poi i miei genitori hanno scoperto che guardavo siti pornografici gay e hanno ritenuto che dovessi parlare con qualcuno. All'inizio ero scettico, ma dopo la prima sessione ero già entusiasta e avevo davvero voglia di andare avanti.

Quando cominciai a parlare con il dott. Nicolosi mi resi conto che c'erano tante cose a cui non avevo mai pensato. Forse c'era un altro lato del mio cervello pronto ad aprirsi e a pensare a tutte queste nuove cose a cui non avevo pensato prima.

Per prima cosa, non avevo mai pensato agli effetti a lungo termine che avrebbe comportato guardare la pornografia gay. Significava che ero gay? E quel tipo di vita che cosa avrebbe significato nel lungo periodo?

I miei compagni dicevano che essere gay va bene, e così cominciai a pensarlo io stesso. Ma quando cominciai a pensare che cosa sarebbe successo una volta diventato adulto, cominciai a vedere le cose in modo diverso.

Prima di cominciare la terapia, stavo parlando via skype con un mio amico. Tenevo la porta chiusa ma i miei genitori entrarono in stanza e videro che stavo scrivendo in chat al mio amico, chiedendogli se secondo lui avessi dovuto dire ai miei genitori che ero gay.

Fu così che dissi tutto ai miei. Loro pensarono subito a che cosa avrebbero potuto fare per me. E poi per fortuna hanno contattato Nicolosi. Mio papà, prima di trovare lui, aveva cercato dappertutto e aveva avuto dei problemi nel farlo perché non sapeva nulla di queste cose, e non sono cose di cui si può parlare con gli altri.

All'inizio avevamo provato con un altro terapeuta, che ha cercato di aiutarmi, ma non ha funzionato per me. Allora mio papà ha continuato a cercare e ha trovato Nicolosi in internet.

Durante la terapia ci siamo concentrati su momenti di vergogna accaduti quando ero più piccolo, episodi traumatici con i miei coetanei. Eventi che non avevo pensato potessero avere un forte impatto sulla mia vita fino a quando non li abbiamo affrontati in terapia.

Ho scavato a fondo per dare un significato a tali eventi e quando ho guardato in faccia questi episodi, mi sono reso conto davvero delle emozioni nascoste che c'erano dietro, perché sono

semplicemente fuoriuscite mentre ero in terapia e hanno smesso di disturbarmi. Ed è un sollievo quando questo accade perché ti rendi conto di avere trovato la fonte di tutto quello che è andato storto nella tua vita. Il problema non era tanto la pornografia gay, ma come mi vedevo io rispetto agli altri ragazzi.

Quando avevo 12 anni il mio migliore amico mi prese in giro davanti a delle ragazze. Per me fu uno shock. Con Nicolosi abbiamo fatto l'EMDR (desensibilizzazione e rielaborazione attraverso i movimenti oculari NDT) su questo episodio e così l'ho superato.

Quando cominciai a pensarci su, mi resi conto che avevo fatto male a lasciarmi abbattere da quanto accaduto perché probabilmente il mio amico si era già dimenticato di quello che aveva fatto solo un paio di minuti dopo ma dentro di me quel ricordo è rimasto per così tanto tempo!

(...)

Per quanto l'EMDR mi abbia aiutato nel superare quei momenti di vergogna del passato, quello che mi ha aiutato di più è stato crescere nell'autostima. Partecipare alla vita sociale e alle attività insieme agli altri maschi mi ha davvero aiutato molto perché prima della terapia non osavo nemmeno ordinare del cibo in un locale, da quanto ero timido.

Prima di cominciare la terapia quando incrociavo un ragazzo a caso per strada provavo immediatamente una fitta al cuore e quello shock improvviso. Durante la terapia ci sono stati degli alti e bassi, ma alla fine sono arrivato al punto in cui posso guardare un altro ragazzo o un'immagine di un altro ragazzo per tutto il tempo che voglio, senza sentire niente.

Il cambiamento non succede per caso: ho dovuto guardarmi dentro molto e ho dovuto impegnarmi parecchio ma man mano che passa il tempo e la verità viene fuori, ti rendi conto di quello che vuoi davvero.

La televisione propone molti modelli gay positivi, e io penso che se altri vogliono seguirli, possono farlo, ma dopo le esperienze che ho fatto, capisco molto bene che quella vita non sarebbe stata per me.

Le mie attrazioni eterosessuali sono cresciute parecchio. Più pensavo al significato delle mie attrazioni omosessuali, e su cosa erano basate, più le mie attrazioni eterosessuali crescevano. Non ho ancora la ragazza ma le ragazze ora mi possono eccitare tanto quanto mi eccitavano le immagini maschili prima di cominciare la terapia. Un giorno potrò sposarmi, cosa a cui prima non avevo pensato.

Qualche sera fa ero a una festa e mi stavo divertendo parecchio e ho pensato a tutte le occasioni di socializzazione che ho perso nel passato per via della paura, che Nicolosi chiama "l'anticipazione della vergogna".

(...)

Una delle cose che mi preoccupava di più era il fatto di avere già detto ai miei compagni che ero gay, e loro mi avevano trattato come una celebrità. Quando ho cominciato a cambiare, ho cominciato a preoccuparmi del fatto che avrei potuto deluderli. Il migliore consiglio che darei a un ragazzo come me è: non preoccuparti di quello che pensano gli altri, o dell'effetto che avrà su di loro: pensa all'effetto che avrà su di te: i tuoi amici ti diranno anche che non c'è nessun problema nell'essere gay, poi però sono loro quelli che si sposeranno con una persona del sesso opposto e avranno dei figli.

La cosa importante è la motivazione, perché se uno non ha motivazione non vede la cosa in modo realistico, non pensa a quello che può succedere sul lungo periodo. Non mollate, anche se può sembrare dura. Se continuate sulla strada intrapresa alla fine ci arriverete.

Alla fine della terapia, quando guardavo le immagini pornografiche gay non mi eccitavo più per nulla. Nicolosi mi ha aiutato a vedere le immagini pornografiche in modo realistico. Ora se penso a quegli uomini e alle foto che fanno per far provare piacere ad altri ragazzi, vedo quanto siano ridicole quelle immagini.

L'altra sera stavamo tutti ballando sull'autobus (era un autobus per i party) e l'ambiente era molto piccolo ed eravamo in tanti e ad un certo punto mi sono messo a ballare con Janet. Stavamo ballando e lei si è avvicinata molto a me e io mi sono eccitato in un modo molto fisico e mi sono sentito davvero bene. Una di quelle cose che non vuoi fermare. È stata una bellissima sensazione. Sono sicuro che lei ha notato ma non ha detto nulla. Però ha sorriso.