

Inadeguato, io?

Il dubbio di non essere "all'altezza" colpisce da sempre le donne, soprattutto quando lavorano in ambienti maschili. Abbiamo chiesto a quattro uomini ben realizzati se loro ne hanno mai sofferto. Con qualche sorpresa

DI MARIANO SABATINI

Nel bellissimo *The Post* di Steven Spielberg Meryl Streep interpreta Katharine Graham, la donna che possedeva il *Washington Post*. «Come ogni donna ha combattuto contro quella che viene definita "the impostor syndrome", la convinzione cioè di non essere all'altezza del proprio compito e di sentirsi inadeguata. È una sindrome che colpisce molte donne brillanti: un uomo mai» ha commentato la star a proposito del personaggio. Un'affermazione molto netta. Ma gli uomini si sentono davvero sempre all'altezza delle situazioni o semplicemente parlano meno del loro senso d'inadeguatezza? Abbiamo indagato per scoprirlo.

Romano De Marco
dirigente bancario
e scrittore, 52 anni
«L'insicurezza mi ha anche regalato cose belle»

«Non so se il senso d'inadeguatezza abbia influito positivamente sulla mia vita, spronandomi a dare il meglio, o se abbia costituito un freno. Fatto sta che mi sono sempre misurato con questo stato d'animo. L'ho superato solo sul lavoro grazie a 30 anni di esperienza, alla formazione continua, alla spasmodica tensione ad apprendere da

chi ne sa più di me. Nell'ambito personale, è un discorso diverso. Mi sentivo inadeguato come marito di una donna che avevo idealizzato. Poi, quando il matrimonio è naufragato, ho iniziato a sentirmi inadatto come padre, soprattutto del mio figlio maggiore. Dopo il divorzio, non ho rinunciato a me stesso, anzi ho cercato di voltare pagina e ricostruirmi una vita. Da questa scelta sono scaturite molte cose belle, come l'inattesa opportunità di scrivere. Ma anche in questo caso mi chiedo di continuo perché accade. Come mai io sì e altri no? Tra insicurezze e perplessità, ho scritto anche il mio ultimo romanzo (qui accanto). Affronto questi dubbi lavorando molto sui miei testi, mantenendo i piedi ben saldi per terra e accogliendo ogni proposta di contratto editoriale come un dono inatteso e per nulla scontato. Con i figli, l'unica risposta che posso darvi è l'amore. Forse siamo tutti destinati a sentirci inadeguati come padri, e spesso come figli. Forse non è del tutto un male».

Mirko G.
architetto, 39 anni
«Ricevo premi che sento di non meritare»

«Da bambino, ho avuto una famiglia problematica e iper-



NUOVO!

Se la notte ti cerca di Romano De Marco (Piemme 17,50 euro) è un thriller mozzafiato che comincia con un efferato omicidio a Roma.

critica. Mi prendevano in giro perché, per esempio, a differenza dei miei cugini adoravo leggere. Ero considerato una femminuccia e risparmiavo di ripetere gli epiteti più volgari che mi sono stati rivolti. Crescere così e nutrire la propria autostima non è stato facile. A scuola ogni ora era una sofferenza indicibile. Non so neppure come ho fatto a laurearmi (in grave ritardo, comunque). Il senso d'inadeguatezza mi ha sempre accompagnato, per questo da un certo momento in poi ho dovuto smettere di lavorare negli studi di architettura e organizzarmi per fare tutto da casa. Lo stress era insostenibile. È più forte di me: ogni volta che mi commissionano un progetto, devo prima farmi una sorta di training autogeno per convincermi di essere all'altezza della situazione. Eppure, sono stimato nell'ambiente, ho vinto anche diversi premi importanti. Ma ogni volta, ritirando la targa, devo

reprimere l'istinto di chiedere se sono davvero io la persona premiata».

Franco L.
commerciante di tappeti antichi, 48 anni
«Ho bisogno di dimostrare sempre quanto valgo»

«Mio padre è morto all'improvviso quando mi ero da poco laureato in Giurisprudenza. Sognavo un futuro da principe del foro, invitato nei programmi televisivi in virtù degli importanti casi che avrei seguito. Non è stato possibile, perché mia mamma è caduta in una depressione nera e mia sorella doveva badare ai suoi tre gemelli. Ho dovuto assumermi la responsabilità delle attività di mio padre, la cui principale era il commercio di tappeti antichi. Cosa di cui non sapevo niente. Devo premettere che l'ansia di non riuscire mi accompagna fin da piccolo, quando la sera prima delle

gare di nuoto ero travolto dall'angoscia. Di solito, nelle competizioni mi piazzavo tra i primi tre, eppure niente riusciva a rassicurarmi. Dev'essere qualcosa di sbagliato in me. Quello che ottengo mi sembra scontato e quello che non riesco a raggiungere fomenta la disistima in me. Tutto ciò non ha niente a che vedere con il mio valore. Con il senno di poi, posso dire di aver dimostrato di saperci fare. Sono riuscito a conservare e ad ampliare l'attività di mio padre. Viaggio spesso in Giappone, Afghanistan e Iran perché, oltre alla vendita in negozio, ho intrapreso quella all'ingrosso. Posso dire che il mio senso d'inadeguatezza serve da forza propulsiva alla mia ambizione. Non un'ambizione venale, ma legata al desiderio di dimostrare quanto valgo».

Lamberto R.
giornalista disoccupato, 59 anni
«Voglio che mio figlio cresca diverso da me»

«Ho scritto per tanto tempo su quotidiani e periodici senza mai preoccuparmi di farmi assumere in una redazione. Anche perché ero solo, senza la responsabilità di figli da far studiare e sistemare. Mi sono spesso chiesto da cosa derivasse questa mancanza d'intraprendenza nel darmi una collocazione professionale stabile. Ho avuto un padre critico, sempre pronto a svalutarmi e dissuadermi dal fare cose che lui non approvava: avrebbe voluto che mi occupassi della conceria di famiglia, ma non faceva per me. Volevo lavorare per i giornali e l'ho fatto, per lunghi periodi ho guadagnato anche bene, sempre con l'ansia che po-

tesse arrivare da un momento all'altro un caporedattore in grado di smascherarmi. Come se tutto quello che facevo non me lo fossi guadagnato... Ora che ho un figlio di dieci anni, sono divorziato per la seconda volta e, a quasi 60 anni, mi ritrovo senza lavoro, mando il curriculum e nel frattempo sto molto con il mio bambino. Cerco di non ripetere gli errori di mio padre che, con il suo essere sprezzante, mi ha dato un'autostima ridicola».



IL PARERE DELL'ESPERTO

Gabriele Sani, psichiatra
Università La Sapienza di Roma

«La sindrome dell'impostore è stata descritta da due psicologhe, Pauline Clance e Suzanne Imes, che l'hanno trovata frequente nelle donne di successo. Altri studi hanno evidenziato come sia frequente allo stesso modo in entrambi i sessi. Ciò che è vero è che le donne ne hanno più consapevolezza e sono capaci di parlarne e di affrontare il problema. Spesso, poi, sono in grado di chiedere aiuto quando si trovano in difficoltà. Gli uomini tendono, invece, a minimizzare o a disconoscere gli intoppi, specie di ordine psicologico. Inoltre, spesso considerano valido quel vecchio e sciocco stereotipo secondo il quale l'uomo, specialmente se brillante, non ha dubbi né paure. Niente di più falso. Anzi, negando le proprie fragilità, aumentano i rischi di aggravare gli eventuali disagi. Però, una donna che ammette di sentirsi inadeguata, viene accolta e ascoltata. Un uomo solitamente non viene compreso, soprattutto dagli altri maschi. E questo accresce la chiusura e lo stereotipo per cui gli uomini forti non si sentono mai inadeguati. Eppure, la consapevolezza dell'insicurezza, se compresa e accettata, aiuta a crescere e a migliorarsi. Non bisogna mai vergognarsi né nascondersi».