

# IL DIARIO DI CAROLA WILSON

7/09/2016

Caro Diario,

è un vero piacere conoscerti, io sono Carola Wilson ed ho undici anni.

Ti scrivo oggi perché la casa mi sembra più silenziosa del solito ed io vorrei tanto qualcuno con cui parlare e che mi faccia compagnia mentre mamma e papà sono al lavoro. Per questo motivo ho deciso che da questo momento diventerai mio amico ed io ti racconterò cosa faccio nelle mie giornate, anche se ti avverto, non combino mai nulla di buono e mi metto sempre nei pasticci.

Visto che non avrai la minima idea di come sono fatta se ti va, per conoscermi un pochino meglio, posso farti una mia breve descrizione.

Allora inizio col dire che sono abbastanza bassa e un po' cicciettella, ho dei capelli castani lunghissimi e gli occhi marroni come le nocciole.

Sono estroversa e gentile con tutti ma proprio come dice la mia mamma quando mi arrabbio divento una peste. Non pratico nessuno sport anche se nel tempo libero adoro cucinare insieme alla nonna Pina. Ora che sai tutte queste cose su di me siamo ufficialmente amici e possiamo raccontarci i nostri segreti.

Comunque volevo dirti che sono molto felice di aver trovato qualcuno disposto ad ascoltarmi.

Ci sentiamo presto. Un grande saluto dalla tua Carola.

...

11/09/2016

Caro Diario,

come stai? Io non molto bene, ho preso la febbre e la mamma dice che devo restare a letto se voglio guarire ma mi annoio da morire. Credo che adesso uscirò in giardino a giocare con il mio cane Spike, tanto i miei genitori sono al lavoro quindi non lo saprebbero mai. Comunque spero di riuscire a rimettermi presto perché tra quasi una settimana inizia la scuola.

Non vedo l'ora!

...

## I MEDIA

17/09/2016

Caro Diario,

oggi ho cominciato le medie. Sai non sono belle come immaginavo: i corridoi sono cupi e vuoti, i professori severi e le lezioni super noiose. Che delusione!

Per non parlare dei compagni... non ho ancora fatto amicizia con nessuno. Ci riproverò domani. Ti tengo aggiornato.

...

29/11/2016

Caro Diario,

Volevo informarti che finalmente sto cominciando a farmi delle amiche in classe. Devo confessarti però che sono tutte un po' strane. Ridono per ogni cosa, si truccano come dei pagliacci e mettono degli orecchini più grandi delle loro orecchie. Inoltre indossano le magliette corte e con queste temperature proprio non so come facciano a non morire di freddo. Forse dovrei provare a fare come loro per inserirmi di più nel gruppo. Tu che dici, hai qualche consiglio da darmi?

P.s. L'unica che sembra più simile a me si chiama Rebecca. È davvero simpatica ed educata. Credo che diventeremo presto buone amiche!

# IL DIARIO DI CAROLA WILSON

...

30/01/2017

Caro Diario,

Oggi sono uscita con le mie compagne e siamo andate al parchetto vicino scuola.

Non puoi minimamente immaginare che figuraccia ho fatto.

Stavo andando sull'altalena insieme a Rebecca ma ad un certo punto le catene della mia altalena si sono rotte ed io sono caduta per terra come un salame. Per fortuna non mi sono fatta niente ma ci sono rimasta molto male perché le mie compagne mi hanno vista e si sono messe tutte a ridere (tranne Rebecca che mi ha aiutata a rialzarmi). Inoltre una mia compagna di nome Luisa ha continuato a ripetere per l'intero pomeriggio che le altalene reggono solo fino ad un certo peso ed essendo io molto cicciona avrei dovuto prevederlo che si sarebbe rotta. Facendo così la sapientina Luisa non ha fatto altro che mettermi ancora di più in imbarazzo. Volevo sotterrarmi!

P.s. Credo che non salirò mai più su un'altalena.

...

12/03/2017

Caro Diario,

Oggi a scuola ho portato la mia merendina preferita ovvero i Ringo. Il mio compagno Luca però è stato super cattivo perché me l'ha rubata e se l'è mangiata lui. Ha detto che l'ha fatto per il mio bene. Non ho ancora capito che cosa intendesse con quella frase, tu hai capito amico mio?

Comunque non sono andata a dirlo alla prof perché non volevo fare la spiona ma spero che non ricapiti più.

...

22/05/2017

Caro Diario,

Oggi sono andata in gita scolastica a Roma ed è stato davvero interessante.

Durante la giornata abbiamo visitato un sacco di monumenti importanti come il Colosseo, la Fontana di Trevi, il Pantheon e perfino la Basilica di San Pietro. È stata un'esperienza davvero stupenda anche se mentre pranzavo col mio panino al salame Luca (lo stesso che mi ha rubato la merenda) e i suoi amichetti sono venuti ad infastidirmi. Hanno cominciato a chiedermi quanto mangiassi e se non fossi piena dopo il terzo panino. Ti giuro che non li sopporto! Dovrebbero imparare a farsi gli affari loro ogni tanto. Però fortunatamente poco dopo è arrivata Rebecca che li ha cacciati via salvandomi da una situazione umiliante.

P.s. Dovrei fare una statua a quella ragazza. Magari un giorno te la faccio conoscere, secondo me ti starebbe simpatica!

...

8/06/2017

Caro Diario,

Finalmente oggi è finita la scuola. Che sollievo, non vedevo l'ora di andare in vacanza. Ora posso godermi del meritato relax e disconnettere il mio cervellino fino a settembre.

P.s. dovrei fare i compiti ma non li farò! Buone vacanze anche a te .

# IL DIARIO DI CAROLA WILSON

## II MEDIA

6/09/2017

Caro Diario,

Sono viva! Scusa se non ti ho scritto durante tutta l'estate ma sono stata per tre mesi in Sicilia e ti ho dimenticato a casa. Mi perdoni? Tra poco ricomincia la scuola e dovrai ascoltare tutte le mie avventure quindi non voglio che tu sia arrabbiato con me.

Comunque spero che tu abbia passato delle belle vacanze. Un bacio da Carola.

P.s non ho proprio voglia di rivedere i miei compagni (eccetto Rebecca).

...

15/10/2017

Caro Diario,

Oggi sono molto triste per quello che è successo ad educazione fisica. Praticamente stavamo formando le squadre per giocare a palla battaglietta e nessuno dei due capitani scelti dal prof (ossia Luca e Stefano) mi voleva nella sua squadra. Così alla fine si sono messi a litigare perché entrambi preferivano avere un giocatore in meno piuttosto che me. Ci sono rimasta malissimo, hanno paragonato la mia utilità a quella di un elefante dicendo che avrei fatto tremare tutto il pavimento correndo da una parte all'altra della palestra.

Alla fine il professore si è stufato dei loro bisticci e mi ha messo nella squadra di Stefano ma io ero troppo turbata e triste per giocare. Sentivo le lacrime che iniziavano a rigarmi il viso così sono corsa in bagno a piangere finché non è finita la lezione. Mentre ero in bagno le uniche due persone che si sono interessate a me sono state Rebecca e il professore. Stefano e Luca invece non ci hanno neanche lontanamente pensato di chiedermi scusa. Che maleducati!

P.s. mi chiedo proprio se certa gente sappia cosa sia l'educazione.

...

29/11/2017

Caro Diario,

Oggi ero nel cortile della mia scuola e ho visto un ragazzo alto e biondino super carino allora ho cominciato a chiedere alle mie compagne se lo conoscessero. Tra tutte l'unica che mi rispose di sì è stata Marta così io tutta felice le ho confessato di essermi presa una cotta per lui ma lei si è messa a ridere dicendo che a Michele (il biondino) interessano solo le ragazze alte e magre. Amico mio non posso nasconderti che a quelle parole il mio cuoricino si è spezzato ma allo stesso tempo ho pensato che se provassi a dimagrire magari Michele inizierebbe a considerarmi. Tu credi che funzionerebbe?

...

17/01/2018

Caro Diario,

Ormai sono un paio di mesi che salto la colazione sperando di avere la pancia piatta la mattina ma non ottengo mai il risultato sperato e inoltre mi sento sempre debole e stanca fino al pranzo.

Oggi però ero troppo affamata allora ho pensato di mangiare un paio di Pan di Stelle prima di andare a scuola ma alla fine la situazione mi è sfuggita di mano e ho finito tutto il pacchetto. Adesso mi sento in colpa quindi credo che non mangerò fino a domani in modo da smaltire tutte le calorie assunte.

...

# IL DIARIO DI CAROLA WILSON

3/02/2018

Caro Diario,

Oggi la giornata è partita proprio male. Appena mi sono svegliata ho controllato il registro elettronico e ho visto il voto della verifica di matematica.

Una delusione... 3 e mezzo. Sapessi come si è arrabbiata la mamma quando gliel'ho detto. La parte peggiore della mattinata però è stata ascoltare le battutine fatte dai miei compagni. "Se solo avessi un cervello grande almeno la metà di una tua coscia allora sì che prenderesti 10" dicevano "prova a studiare quanto mangi" continuavano e ad ogni parola volevo sprofondare sempre di più nella sedia fino a scomparire.

...

19/04/2018

Caro Diario,

Ieri sera sono uscita in paese a prendere un gelato con Rebecca e altri miei compagni di classe. Ormai lo sai che sono la regina delle brutte figure infatti indovina un po' cos'è successo?! Indossavo dei jeans e mentre mi stavo piegando per raccogliere una cosa che mi era caduta si sono rotti. Hanno fatto crackkkkk e si sono spaccati proprio sul sedere. Ero rossa dalla vergogna ma sentire gli sghignazzi ed i commenti dei miei compagni sul mio gigante sederone da ippopotamo (così l'hanno definito loro) è stato ancora più imbarazzante.

P.s. Ho buttato i pantaloni perché mi sarei vergognata troppo a rimmetterli a scuola con sopra una toppa.

...

1/06/2018

Caro Diario,

dopo l'incidente con i pantaloni ho deciso di iscrivermi in palestra per dimagrire un po' però quando vado mi sento sempre così stanca. Il mio Personal Trainer dice che è perché mangio troppo poco e salto i pasti ma io credo sia colpa del fatto che sono fuori allenamento.

# IL DIARIO DI CAROLA WILSON

## III MEDIA

13/09/2018

Caro Diario,

Ti chiedo nuovamente scusa per non essermi fatta sentire per tutta l'estate per il secondo anno di fila ma ti giuro che non lo faccio apposta a dimenticarti a casa. Sono sempre così presa a mettere tutto l'occorrente in valigia che mi rendo conto di non averti preso solo una volta salita sull'aereo. Perdonami infinitamente, sono un disastro!

P.s. Comunque sia domani inizia un altro anno scolastico e sono certa che non sarà tanto meglio di quello passato.

...

8/10/2018

Caro Diario,

Oggi è avvenuta una cosa che mi ha ferito profondamente. Stamattina avevo intenzione di andare a chiedere a Rebecca come mai dopo l'inizio del nuovo anno scolastico non mi avesse ancora rivolto la parola. Allora all'uscita da scuola ho preso coraggio e mi sono avvicinata a lei ma lei ha fatto finta di non vedermi ignorando la mia presenza. Al che mi sono innervosita così le ho chiesto una spiegazione a proposito del suo comportamento e lei molto tranquillamente mi ha risposto in questo modo: "non capisco la lingua delle balene, scusami tanto".

Credimi amico mio se ti dico che a quelle parole sono rimasta pietrificata. Non sapevo che dire e più mi sforzavo di controbattere più mi mancava il respiro così alla fine sono andata via perché temevo di avere un attacco di panico.

Proprio non mi sarei mai aspettata un tale comportamento da parte di Rebecca. Credo proprio che sia stata influenzata dai comportamenti dei miei compagni e pur di non sentirsi esclusa perché stava con me ha deciso di diventare una di loro.

P.s. Mi domando che cosa io abbia fatto per meritarmi tutto ciò. Magari ho sbagliato qualcosa senza accorgermene. Tu sei ancora dalla mia parte vero Caro Diario?

...

20/11/2018

Caro Diario,

Oggi i miei compagni hanno superato il limite facendomi l'ennesimo dispetto.

Praticamente era appena suonata la campanella di fine intervallo quando entrando in classe ho visto sul mio banco una montagna di dolcetti e merendine. E come se non fosse già abbastanza ridicola la situazione, i creatori di quella piramide di cibo, ovvero Luca e Giorgio, hanno detto che era una loro invenzione appositamente creata per mettere alla prova la mia forza di volontà e il mio autocontrollo. Sono stati proprio cattivi!

P.s. Ho resistito alla tentazione di mangiare qualcosa solo per non dargliela vinta ma dopo a casa mi sono divorata un vasetto intero di nutella per la tristezza.

...

27/01/2019

Caro Diario,

Oggi è stato il mio compleanno e per la prima volta dopo tanto tempo mi sono svegliata contenta. Appena ho aperto gli occhi gli uccellini cantavano, il sole splendeva e la mia pancia era piatta. Inoltre la mamma mi ha riempita di auguri e baci per poi salutarmi con un grande sorriso prima che uscissi di casa. Insomma sembrava andare tutto per il verso giusto finché non sono arrivata a scuola ed entrata in classe ho trovato scritto sulla lavagna: "AUGURI BALENA". Che umiliazione, non ce la faccio più! Mi sono stufata di tutto questo.

# IL DIARIO DI CAROLA WILSON

...

4/02/2019

Caro Diario,

mentre ti scrivo sono le 4:00 del mattino. Sono sveglia perché mi è venuto un attacco di fame improvviso e non ho resistito. Mi sono mangiata due fette di sacher e un gelato confezionato. Ora sto malissimo, non so che fare.

E se ingrassassi ancora di più? Che cosa direbbero gli altri? Aiuto non ci voglio pensare, provo a dormire ma non so se ci riuscirò mi sento troppo in colpa per quello che ho appena fatto.

...

10/04/2019

Caro Diario,

Oggi mentre scorrevo tra i per te di TikTok mi sono imbattuta in un video di una ragazza che qualche anno fa ha iniziato a soffrire di disturbi alimentari a causa dei giudizi inopportuni della gente. Questo video mi ha fatto riflettere perché nel tik tok la ragazza ha spiegato come ne è uscita e cosa l'ha aiutata a sentirsi meglio durante quel brutto periodo. Ha detto che parlare e sfogarsi con qualcuno è stato l'inizio del suo percorso e senza di esso si troverebbe ancora in alto mare. Tutto ciò mi ha strappato un sorriso perché mi sono sentita meno sola ed ho capito che là fuori c'è qualcuno come me. Inoltre attraverso un banale video ho compreso che si può uscire vittoriosi da questa guerra e io sono disposta a fare qualunque cosa pur di vincere.

...

25/05/2019

Caro Diario,

Oggi non sono qui per raccontarti com'è andata la giornata ma per informarti che un paio di settimane fa ho trovato il coraggio di dire ai miei genitori delle prese in giro e delle risatine. Sono riuscita a dirgli tutto quello che ho subito e loro mi hanno ascoltata! Hanno detto che gli dispiace di non essersi accorti della gravità della situazione e che faranno di tutto per aiutarmi. Mi hanno perfino proposto di andare a parlare con uno psicologo molto competente e dopo averci riflettuto a lungo ho accettato la proposta. Ho già fatto qualche seduta e ti giuro che uscita da quello studio ho pensato non di non essermi mai sentita più leggera di così.

Il percorso sarà lungo e magari a tratti faticoso ma credo che d'ora in poi ricomincerò a vivere la vita senza sentirmi impaurita dal condividere le mie emozioni. Non starò più in silenzio ne nasconderò il mio dolore dietro delle vecchie e polverose pagine di diario. Non sfogherò più la mia rabbia sul cibo abbuffandomi solo per scacciare il più lontano possibile la tristezza. Inizierò le superiori come un'altra persona, senza avere timore dei giudizi altrui.

Credo che questo sia un nuovo inizio ed è finalmente arrivato il momento di parlare con qualcuno che mi dia delle risposte al posto di starsene in silenzio.

Addio amico mio, grazie per essermi stato affianco quando non c'era nessuno, te ne sarò per sempre grata. Ti ho voluto tanto bene.

P.s. sono certa che tra qualche anno risfoglierò le tue pagine e le mie parole saranno ancora qui, esattamente uguali a come le ho lasciate, ma io sarò diversa e potrò ripresentarmi a te come la nuova Carola Wilson.