



## Comportamento

# QUANDO L'AMORE FA MALE

Quando accettiamo partner instabili e manipolatori, subiamo l'invidia di un amico o ci facciamo carico delle ambizioni frustrate dei genitori pur di non perderne "l'affetto", non stiamo vivendo una relazione affettiva sana. Siamo piuttosto i protagonisti di un amore "malato" che sta mettendo a nudo anche le nostre fragilità. Un campanello d'allarme da non sottovalutare

di Paola Scaccabarozzi



## TROPPE RICHIESTE

Le relazioni affettive sono una componente fondamentale della vita umana, purché siano governate dall'equilibrio.

Quando la richiesta di attenzione e accudimento da parte del partner diventa ossessiva ed esagerata, siamo probabilmente di fronte a una dipendenza che per essere risolta richiede l'intervento di una figura professionale competente.

**D**ovrebbe aiutarci a stare bene ed essere fonte di gioia e serenità. Invece, a volte, l'amore si trasforma in un rapporto faticoso se non deleterio e produce relazioni "malate". Può capitare nella coppia, tra genitori e figli, in amicizie consolidate, è più diffuso di quanto si creda e non è così semplice guarire.

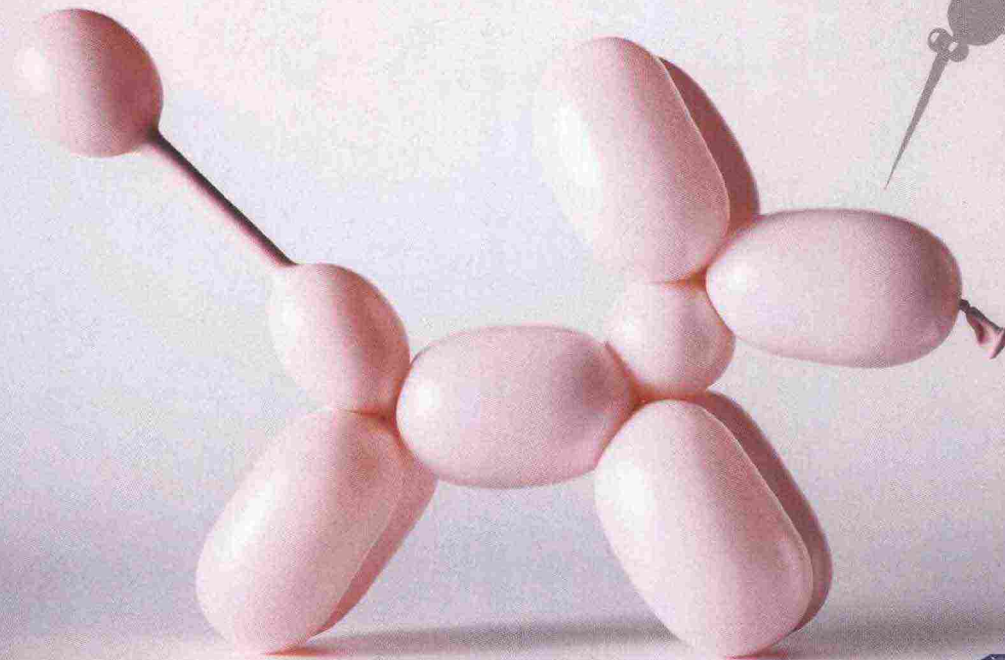
## Eccesso di dipendenza

«Che l'amore crei un po' di dipendenza è normale. Altrimenti che amore è?», dice provocatoriamente Claudio Mencacci, direttore del Dipartimento di neuroscienze e salute mentale dell'Ospedale Fatebenefratelli di Milano e past president della Società italiana di psichiatria; «Ma quando la dipendenza si trasforma in adeguamento all'altro a tutti i costi, siamo di fronte a una patologia. Alla base c'è una profonda mancanza di

GETTY

PUÒ BASTARE UNA SOLA  
PUNTURA PER METTERE  
IN PERICOLO LA SUA VITA.

**EFFITIX**<sup>®</sup>  
SOLUZIONE SPOT-ON  
(fipronil+permetrina)



PUOI PROTEGGERE IL TUO CANE  
DAI PARASSITI CON **EFFITIX**  
PER 4 SETTIMANE PER DIFENDERLO  
OVUNQUE VADA.



Effitix è un antiparassitario che combina Fipronil e Permetrina, due principi attivi con effetto acaricida e insetticida. Protegge il cane dai 4 principali ectoparassiti: uccide zecche e pulci e repelle zanzare e pappataci. Effitix riduce indirettamente il rischio di diffusione di malattie trasmesse da zecche come la Babesiosi (Piroplasmosi). Effitix rende la protezione semplice, con una sola applicazione.

**4 settimane di protezione completa contro i 4 principali parassiti.**

**CHIEDI AL TUO VETERINARIO**



È un medicinale veterinario. Chiedi al tuo veterinario o al tuo farmacista. Tenere fuori dalla portata dei bambini e usare particolare attenzione finché il sito di applicazione non sia asciutto. Non utilizzare in cuccioli di età inferiore alle 12 settimane o con peso corporeo inferiore a 1,5 kg. L'uso scorretto può essere nocivo. Non usare su conigli e gatti. Leggere attentamente il foglietto illustrativo. Aut. Pub. N. 18/VET/2016

Virbac S.r.l.  
Via Ettore Bugatti, 15 - 20142 Milano  
Tel 02409247.1 - Fax 0240924777  
virbac@virbac.it [www.virbac.it](http://www.virbac.it)

Shaping the future of animal health



## Comportamento



### IDENTIKIT DEI PARTNER IN UNA RELAZIONE MALSANA

Con la consulenza di Nicola Ghezzi, psicoterapeuta e scrittore e autore di *L'amore impossibile. Affrontare la dipendenza affettiva maschile e femminile*

Dominato	Dominante
Il soggetto soffre di <b>bassa autostima</b> , cioè non ha una percezione positiva di sé.	Il soggetto è un abile <b>seduttore</b> .
Il soggetto cerca un partner che lo <b>sottometta</b> , andando a confermare la sua bassa autostima.	Il soggetto elogia e complimenta l'altro, ma in realtà non nutre alcuna stima nei suoi confronti e lo <b>svaluta</b> nel profondo.
Il soggetto è attanagliato dalla <b>paura del rifiuto</b> da parte del partner prescelto.	Il soggetto sembra coinvolto emotivamente, ma in realtà è incapace di <b>provare empatia</b> .
Il soggetto esige di <b>essere amato</b> indipendentemente dai sentimenti che l'altro prova.	Il soggetto si compiace di creare una <b>dipendenza</b> perché si convince di "salvare" l'altro.
Il soggetto si comporta come un camaleonte pur di <b>accondiscendere</b> all'altro: cambia modo di vestire, simula interessi che non ha, condivide senza approvare.	Il soggetto esercita un controllo <b>ossessivo</b> sul partner.



autostima nel soggetto coinvolto e, al tempo stesso, un atteggiamento narcisistico che desidera approvazione e si specchia nelle aspettative altrui. In altre parole, da un lato la persona diventa una vittima, ma dall'altro, non prendendo atto della sua vulnerabilità e continuando a reiterare lo stesso copione, si abbandona a una sorta di compiacimento narcisistico e masochista al tempo stesso». È d'accordo Barbara Poletti, psicoterapeuta e coordinatore del Servizio di neuropsicologia e psicologia clinica dell'Istituto auxologico di Milano: «La dipendenza in amore è anche sinonimo di mancanza di libertà personale. Il soggetto dipendente non si sente libero di esprimere se stesso perché teme conseguenze irreparabili nella relazione e, pur di conservarla, accetta qualunque compromesso: un partner che gli/le controlla il cellulare, che lo/la pedina e che pretende una totale adesione alle sue esigenze. A questo rapporto manca il presupposto fondamentale dell'autenticità, ma presenta un duplice vantaggio: chi domina si atteggiava a "salvatore", mentre chi è dominato si sente "salvato" e al sicuro».

### I numeri del femminicidio in Italia

**11** il numero di donne vittime di femminicidio in questo primo mese del 2018. Lo scorso anno le vittime sono state 72.

**59** I casi di femminicidio in cui la donna è stata ammazzata dal proprio partner.

**1522** ☎

Il numero di pubblica utilità gestito da Telefono Rosa che offre un servizio telefonico multilingue sempre attivo rivolto alle vittime di ogni forma di violenza.

(Fonte: Settimanale Giallo, Cairo Editore)

### 10 SEGNALI DA NON TRASCURARE

- 1 Ipocrisia.** I soggetti "patologici" fingono fedeltà, rispetto e adorazione, ma in verità non provano nulla.
- 2 Propensione a mentire.** Raccontano perennemente frottole, senza distinguere più verità da bugie.
- 3 Arroganza.** Ignorano i propri errori e si soffermano puntigliosamente su quelli altrui.
- 4 Disprezzo.** Sorrisi beffardi, frecciate e battute di scherno sono frequenti in questi soggetti, sprezzanti e sminuenti.
- 5 Pretenziosità.** Pretendono estrema attenzione, ma non ne concedono altrettanta a nessuno.
- 6 Instabilità.** Prima osannano e subito dopo denigrano gli altri, umiliandoli.
- 7 Insofferenza.** Tendono ad annoiarsi in fretta e se non vengono elogiati in continuazione si risentono.
- 8 Esclusività.** Tendono a voler essere il fulcro della vita degli altri, emarginando chiunque altro: così fanno piazza pulita di amici, parenti e altri attorno alla loro "vittima".
- 9 Falsità.** All'inizio tendono a mostrare un'umiltà che non sentono e che infatti poi rinnegano, sfoderando aggressività e intolleranza generalizzate.
- 10 Pettegolezzo.** Sono velenosi pettegoli che sparlano di chiunque capiti loro a tiro. Nessuno viene considerato degno di rispetto e di stima.

(da *Questo amore fa male. Come salvarsi dalle relazioni distruttive e tornare a vivere* di Jackson MacKenzie, Giunti 2016)



## Comportamento



**TROPPO DESIDERATO** I figli avuti in tarda età e magari dopo numerosi tentativi possono diventare oggetto di eccessivo attaccamento e paura. I comportamenti parentali tipici in questo caso vanno dal controllo eccessivo all'ansia smisurata e possono diventare castranti, impedendo al figlio di crescere.

### Liquido, anzi gassoso

Esiste un'altra forma di amore malato, altrettanto diffusa e insidiosa. «Ne soffrono i soggetti convinti che l'amore abbia una data di scadenza», spiega Claudio Mencacci, «e cioè che non sia destinato a durare in quanto temporaneo e illusorio. Si tratta di persone generalmente prive di forti radici e spasmodicamente tese alla ricerca di novità, capaci di accendere passioni e vibrazioni. Alla base manca l'accettazione della necessità che la relazione debba evolversi nel tempo e la propensione a idealizzare e dunque rimpiangere ciò che era all'inizio». Il risultato è che l'amore diventa un'esperienza "usa e getta", di consistenza effimera, che non solidifica mai: «Questo amore può essere definito liquido», commenta Mencacci, «o addirittura gassoso».

## L'AMORE MALATO PUÒ RIGUARDARE ANCHE GENITORI E FIGLI

Ecco quattro tipici esempi di situazione "patologica" tra genitori e figli (con la consulenza di Nicola Ghezzi, psicoterapeuta e scrittore di Roma):

**1 Genitore idealizzante:** in questa situazione il figlio diventa la protesi delle ambizioni del genitore che lo percepisce come qualcuno che deve essere sempre all'altezza delle sue aspettative. Il figlio diventa così il ricettacolo delle frustrazioni personali del genitore e delle sue aspettative andate in fumo.

**2 Genitore narcisista:** si tratta di una figura "strabordante" come quella di un padre che gioca a calcio con il figlio per dimostrare a se stesso e, naturalmente al figlio e al resto del mondo, quanto è bravo o di una madre impegnata a vincere il confronto estetico con la figlia. I figli diventano così terribilmente fragili o al contrario arroganti e arrabbiati.



### Copioni reiterati e nocivi

«Un'altra forma di "amore malato" è quella di chi persevera nello scegliere partner con i tratti negativi dei precedenti», dice Giancarlo Cerveri, psichiatra del Dipartimento salute mentale del Fatebenefratelli - Sacco di Milano. «Mentre amici e parenti

**3 Genitore ansioso:** è il genitore terrorizzato dall'idea che il figlio possa farsi male in senso fisico o psicologico. Si tratta di un genitore "spazzaneve", cioè che tenta di evitare gli ostacoli al figlio e di rendergli, per quanto in suo potere, la via piana e facilmente percorribile. Ma un percorso privo di insidie e difficoltà non è solo innaturale, ma anche deleterio per una crescita armonica. Un figlio così crescerà con difficoltà.



**4 Genitore "abbandonico":** essendo costantemente incentrato su se stesso, narcisista ed egocentrico, il genitore di questo tipo è totalmente assente dal punto di vista psicologico. Appare distratto e indifferente alla sorte del proprio figlio e non se ne cura, scaricando su altri compiti e responsabilità sue. Questo genitore instilla sfiducia e insicurezza nei figli, che non si sentiranno mai amati né stimati.

colgono subito l'inadeguatezza della *new entry* e ravvisano somiglianze tra presente e passato, il soggetto non se ne avvede e continua a scegliere partner disfunzionali al suo equilibrio, esercitando senza saperlo l'arte del diniego che gli impedisce di vedere ciò che è lampante al resto del mondo».

## Quando l'amicizia è... una camera a gas

✓ La dipendenza affettiva non riguarda solo le relazioni sentimentali o famigliari. È un pericolo annidato anche nella sfera delle amicizie, soprattutto quelle di più lunga data o "del cuore". «Prendiamo per esempio le amicizie che risalgono ai tempi della scuola: ricordiamo rapporti stretti con amici allora "perfetti" che, siamo convinti, sarebbero gli stessi ancora oggi», dice Claudio Mencacci. «Peccato però che siano trascorsi anni, l'immagine

sia vecchia e possa non corrispondere al presente. La maturità presuppone il prendere atto dei cambiamenti». E che dire di rivalità e invidia? «Subirle da parte di un amico non è sano», commenta Ghezzi. «Anche questa è una declinazione di "amore malato" perché si tratta di un atteggiamento di dipendenza nei confronti dell'altro. Accettare rivalità e invidia pur di rimanere amici non ha nulla a che vedere con un'amicizia vera e matura».