



AMARE O ESSERE AMATI? di Alessandro Spampinato (1[^] parte)

Ci sono due modalità d'amore, due dinamiche: amare e essere amati. Partiamo dall'analizzare la dinamica dell'essere amati. Questa modalità viene chiamata "amore bisogno" o "amore-carenza" e accade quando si dipende dall'altro. È questo un amore immaturo perché la dinamica è proprio quella del bambino che ha bisogno delle attenzioni, delle rassicurazioni e delle cure dei genitori. Quando si è piccoli si dipende in tutto dagli altri ed è normale, ma quando si è adulti amare in questa modalità significa dipendere dall'altro e soffrire molto. Un rapporto fondato sulla dipendenza diventa sfruttamento, manipolazione e dominio reciproco. Significa aspettarsi che l'altro soddisfi i nostri bisogni di attenzione, gratificazione, riconoscimento, piacere, che ci ascolti e ci capisca, che ci asseconi nella realizzazione delle nostre voglie e che ci rassicuri sulla nostra paura del rifiuto, dell'abbandono e della solitudine. Se questo non accade la persona si sente persa e in preda al panico e inizia a comportarsi in modo irrazionale, bizzarro e morboso. Chi ama così è perennemente in stato di bisogno e ansia, sta male quando il partner c'è perché se ne andrà e quando non c'è perché si entra in astinenza e paura che non ritorni. Chi ama in modo dipendente non conosce pace e non apprezza la bellezza di avere qualcuno accanto, anzi, è proprio l'aver una persona che rende la vita un inferno per il terrore di essere abbandonati, traditi o presi in giro. Mentre cresciamo professionalmente e socialmente spesso capita di rimanere immaturi dal punto di vista affettivo, ancorati alle abitudini familiari e alle dinamiche dell'infanzia. Per dirla alla Freud rimaniamo incastrati nell'Edipo. Inconsciamente speriamo di rivivere l'edenica condizione dell'accudimento materno o di risolvere gli errori e le carenze genitoriali chiedendo all'altro di rappresentare il padre e la madre buoni che non abbiamo avuto ma che abbiamo sempre desiderato. Accade così di incontrare persone affamate di amore, bisognose di attaccamento, bramosi di romanticismo e idealismo che fagocitano l'altro nella sua capacità di rassicurare e dare attenzioni. Paradossalmente chi ama in modo dipendente lo fa perché non ha amore, gli manca e lo desidera come un assetato cerca l'acqua o un affamato cerca il cibo.

(continua nella prossima edizione)



Rubrica a cura del dott.
Alessandro Spampinato
Psicologo e cantautore
www.alessandrosampinato.com