
Le trappole dell'innamoramento

Autore: Angelo Alessi

Fonte: Città Nuova

Dal meccanismo di idealizzazione del partner alla fase del disincanto. La crisi potrà diventare il trampolino di lancio per un rapporto più reale, senza illusioni e pretese

L'inizio di un rapporto affettivo ha un fascino tutto particolare perché è spesso alimentato da un **meccanismo di idealizzazione del partner**, per cui si tende a vedere l'altro non per quello che è ma da una prospettiva soggettiva, che può coincidere con quello di cui abbiamo bisogno da parte dell'altro. L'innamoramento è un'esperienza fortemente coinvolgente, caratterizzata da un'energia nuova e totalizzante, ma in alcuni casi questo trasporto può diventare una trappola. Il cervello dell'innamorato da una parte produce gli ormoni della felicità e della fiducia, come l'ossitocina e la dopamina, dall'altra sembra limitato nelle aree prefrontali, quelle che servono per far funzionare il ragionamento e il senso critico. **L'attenzione viene direzionata solo verso gli aspetti positivi, mentre i limiti del partner vengono ignorati.** In questi casi la passione risente di uno stato alterato di coscienza in cui l'altro è visto come colui o colei che verrà a placare le insicurezze, a curare le ferite del passato, a soddisfare una fame ancestrale di riconoscimenti e conferme affettive. **Presto però, da dietro l'angolo, farà capolino la delusione**, e il sogno e l'idealizzazione cadranno sotto i colpi di una realtà ben diversa. Si scoprirà che l'altro non vuole, non può, non è capace a soddisfare ciò di cui abbiamo bisogno. Ecco allora che emergeranno le crisi e i conflitti, che hanno lo funzione di spingere il partner ad agire diversamente, a cambiare, non tanto in nome di un desiderio, quanto di un bisogno impellente; ciò provoca un'escalation di incomprensioni. La delusione avanza progressivamente facendo spazio al risentimento e allo sconforto. Il fallimento del rapporto è oramai chiaro, o meglio, i presupposti su cui si basavano l'idealizzazione e la passione iniziale crollano lasciando il posto a una crisi profonda. Eccoci alla **fase del disincanto**: i partner compiono un'opera di demitizzazione della relazione e di ridimensionamento delle illusioni iniziali. L'altro viene visto ora per quello che realmente è, la rabbia sfuma, **rimane la lucida coscienza di ciò che è possibile e di ciò che non lo sarà mai.** La coppia può scegliere una separazione oppure una ristrutturazione della relazione e un cambiamento delle condizioni di partenza. In alcuni casi, dopo la separazione, si va alla ricerca di *un'anima più gemella* rispetto a quella precedente, ma solo per ricominciare daccapo un **nuovo percorso di autoinganno**. Se invece i partner decidono di lavorare su aspetti di se stessi che richiedono un cambiamento, allora **la crisi potrà diventare il trampolino di lancio per un rapporto più reale, senza illusioni e pretese.** Questo presuppone però il riconoscimento e l'accettazione di alcune condizioni. Un rapporto affettivo è qualcosa che si costruisce nel tempo con i mattoni dell'impegno reciproco, è sottoposto a cambiamenti personali ma anche del modo di essere in relazione, quindi non è statico ma dinamico, poiché la coppia sana crea nuovi modi e significati di stare insieme.