

IL PARTNER CHE ATTRA È CIÒ CHE SEI

Perché ci innamoriamo sempre della stessa tipologia di partner? Quante volte ci siamo domandati perché, nonostante le esperienze negative passate e gli innumerevoli: “*Non mi fregano più*”, col tempo, ripercorriamo i medesimi passi scegliendo sempre lo stesso tipo di partner, che si rivelerà ancora una volta assente oppure invadente.

Coloro che incontriamo nella nostra vita sono attirati, a livello inconsapevole, dalla nostra energia interiore, e questo accade soprattutto in ambito sentimentale dove siamo attratti, sia dalle energie simili alle nostre sia da quelle opposte e complementari, a volte riscontrabili in una stessa persona.

Coloro che fanno parte della nostra vita pensano di noi ciò che in realtà, noi, pensiamo di noi stessi, si comportano con noi pensiamo si debbano comportare e ci vedono come noi ci vediamo, questo significa che, a seconda dell’ambito della nostra vita, esse rivestono le nostre aspettative interiori.

Se ci capita di incontrare una persona che percepiamo “diversa da noi”, possiamo sentircene meravigliati o attratti, ciò si spiega con la complementarità, l’integrazione, la completezza. Ma queste sono relazioni che non durano nel tempo perché la teoria che sta alla base della legge di attrazione afferma che l’energia attrae energia simile.

È per questo che ci innamoriamo di persone che hanno sempre le stesse caratteristiche e questo dipende dalla relazione di noi bambini con nostra madre nei primi anni di vita.

I modelli che di seguito descriverò sono utili per orientarsi e capire il perché di certe scelte sentimentali, e, anche se essi non debbono essere intesi in maniera rigorosa, essere consapevoli può permettere di capire meglio i propri comportamenti all’interno della relazione di coppia.

Attaccamento “sicuro”, si presenta quando la madre è presente nel momento del bisogno, ma lascia il proprio figlio libero di esplorare l’ambiente circostante. Il bambino vedrà la madre come qualcuno di cui fidarsi e la reputerà degna di essere amata e confortata. Da adulto sceglierà partner sicuri, che condividano con lui benessere e felicità, evitando rapporti che lo facciano sentire frustrato.

L’attaccamento “insicuro-ambivalente è quello dove il bambino da piccolo piange, la madre non sempre è pronta a consolarlo, oppure, quando egli è in un momento di gioco la madre decide di coccolarlo, senza che egli abbia manifestato questa esigenza. In questo modo il bambino non collega chiaramente le sue richieste con le risposte materne, vedendo nella madre una figura di attaccamento inaffidabile.

Dott.ssa Maria Ines Palumbo
Psicologa Clinica

Cell.: 331 4474097 - Studio: 06 80691767

Da adulto tenderà a scegliere partner che lo tengono a distanza, valutando ogni minimo segnale di disinteresse del partner che lo farà scoppiare in scenate di gelosia.

L'attaccamento "evitante" è quello che sviluppa un bambino che ha subito il rifiuto materno. Questo bambino presenta comportamenti di falsa autonomia non cercando la madre quando è in difficoltà, e questo perché non vuole mostrare i suoi momenti di fragilità.

L'attaccamento che svilupperà da adulto sarà di tipo evitante che lo porterà a sviluppare una scarsa autostima. Egli con la crescita si legherà a partner analoghi a lui, cercando dei rapporti sentimentali che non richiedano profonda intimità.

Il disequilibrio che si crea con la figura materna, come visto, può avere ripercussioni sulle scelte sentimentali, e in questo la psicoterapia può essere un valido aiuto per emanciparsi dalla figura genitoriale negativa.