

DIPENDENZA AFFETTIVA

L'amore, nelle sue diverse forme di attaccamento e nelle sue manifestazioni più positive e più sane, rappresenta una importante capacità e, al contempo, un naturale e profondo bisogno di ogni essere umano. Ma quando il "rapporto d'amore" è vissuto come condizione stessa della propria esistenza e si vede l'altro come la fonte di ogni benessere possiamo parlare di **LOVE ADDICTION o DIPENDENZA AFFETTIVA**.

La **Dipendenza d'Amore** probabilmente trova le radici nell'infanzia i cui bisogni d'amore, affetto ed accudimento sono stati frustrati. Nella [relazione con le figure significative](#) il bambino impara, attraverso le cure e la sensibilità dell'altro, che egli "è una persona degna d'amore", ed è questo sentimento, che in genere lo accompagna per tutta la vita, che nutre l'amor proprio e la fiducia verso se stessi e gli altri.

CARATTERISTICHE DELLA DIPENDENZA AFFETTIVA

L'Ebbrezza

il soggetto dipendente tende a star bene solo quando è in presenza della persona amata

La Dose

il dipendente affettivo tende ad aumentare le "dosi" di presenza/vicinanza della persona amata per cui atteggiamenti, emozioni, spazi e tempi sono completamente dedicati all'altro cancellando totalmente il proprio "Sé"

La Perdita dell'io

il dipendente aspira ad uno stato di "fusione" con l'amato che può compromettere le capacità critiche e l'esame di realtà della persona. Il partner diventa allora unico scopo di vita, risolutore di problemi personali, ideale da seguire e perseguire, modello di identificazione e quindi addirittura esistenza stessa.

L'AMORE DIPENDENTE

- **E' ossessivo**
- **Richiede l'assoluta devozione dell'amato.**
- **È manipolativo e Iperpossessivo** e spesso si manifestano **ricatti affettivi** come pure gesti auto lesivi o minacce di suicidio).
- **È parassitario** dipende dall'altro per sentirsi vivo
- **Manca di vera intimità**
Lo stato di continua tensione, l'ansia di poter perdere il partner, il terrore dell'abbandono, la possessività, paradossalmente impediscono al dipendente affettivo di vivere uno stato di vera intimità e genuinità con l'altro
- **Evita i rischi di cambiamento**

I PENSIERI EMOTIVI DELLA DIPENDENZA AFFETTIVA

- Tendenza ad assumersi abitualmente la responsabilità e le colpe della vita di coppia
- Autostima estremamente bassa e una conseguente convinzione profonda di non meritare la felicità
- Tendenza a nutrirsi di fantasie legate a come potrebbe essere il proprio rapporto di coppia se il partner cambiasse
- Propensione a provare attrazione verso persone con problemi e contemporaneo disinteresse e apatia verso persone gentili, equilibrate, degne di fiducia, che invece suscitano noia.