

LegnanoNews

Le news di Legnano e dell'Alto Milanese

LA GELOSIA NELLA COPPIA

Redazione · Tuesday, October 22nd, 2013



“Otello” e “Desdemona”: la gelosia nella coppia.

Cos'è la gelosia? Come sono i partner gelosi?

Il geloso vive il dubbio, spesso con grande strazio, che possa perdere la persona amata, perché contesa da un rivale.

Innanzitutto devo precisare che mi sto riferendo alla gelosia, per così dire, “normale”, distinta dalla forma patologica dove la paura dell'abbandono è del tutto irrazionale, dove i timori di tradimento, e la conseguente ricerca di conferme, sono del tutto lontani e distaccati dalla realtà e perdurano nel tempo in modo irragionevole.

Nelle cosiddette situazioni “normali”, chi vive la gelosia non è solo il geloso che se ne sente tormentato, ma anche il partner, che vive i comportamenti del geloso come una esasperata forma di controllo.

Probabilmente chi è vittima della gelosia del partner non ha tutti i torti, il geloso cerca, attraverso i suoi comportamenti di mantenere il controllo, poiché perderlo potrebbe significare affrontare l'abbandono.

La letteratura è concorde nel ritenere che la persona gelosa non tolleri la distanza tra sé e il partner, come se la separazione fosse difficile da gestire.

Tale è la paura di perdere la persona amata che i gesti, i comportamenti, che sottolineano questa distanza siano vissuti con ansia.

Il progredire della relazione tra i partner tende ad amplificare le differenze tra di loro.

In questo senso con il tempo le possibili distanze nella coppia si rendono più manifeste.

Allora i comportamenti del geloso possono essere letti come un tentativo di tenere sotto controllo il processo di separazione tra sé e l'altro.

In questi casi è presumibilmente accaduto che la gelosia non abbia rappresentato un problema fino ad un certo punto della vita di coppia, sviluppandosi in un secondo momento, fino a minacciare la

serenità della vita insieme, piuttosto che essere vissuta come un segno di interesse e di amore.

Mi perdonerete l'uso improprio del dramma shakespeariano, ma abbiamo parlato di Otello, che fine ha fatto Desdemona?

Spesso in modo del tutto inconsapevole e involontario, accade che il partner della persona gelosa amplifichi questo sentimento attraverso comportamenti coscientemente attuati con finalità contraria.

Per esempio potrebbe, vedendo violata la sua privacy proteggerla in modo rigido, oppure omettere di raccontare alcuni eventi che potrebbero essere mal interpretati (eventi che spesso

emergono successivamente, proprio perché innocenti, con ovvi risultati) ...

Sono questi esempi in cui la gelosia, da tratto individuale, può divenire un gioco di coppia, per quanto ciò avvenga senza che sia necessaria la volontarietà.

In questi casi la gelosia tende ad autoalimentarsi all'interno della coppia.

Al limite potrebbe crearsi una condizione paradossale per cui il geloso cerca di controllare il partner che, a sua volta, sfuggendo alimenta e quindi controlla i sentimenti del geloso stesso.

Nei casi di gelosia patologica è ovviamente consigliato il consulto di uno specialista e, è bene precisare, la terapia di coppia potrebbe non essere il contesto adeguato.

Quando la situazione rientra nei casi "normali" è possibile che la terapia di coppia abbia una sua efficacia, qualora i comportamenti dettati dalla gelosia compromettano in modo importante la serenità della vita insieme.

Come sempre per qualsiasi commento, domanda o chiarimento vi invito a scrivermi.

Stefano Landoni

Psicologo Psicoterapeuta

info@studio-landoni.it

www.studio-landoni.it

This entry was posted on Tuesday, October 22nd, 2013 at 10:53 pm and is filed under [Legnano](#), [Psicologia](#)

You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can leave a response, or [trackback](#) from your own site.