

LA CURIOSITÀ PSICOLOGI, PSICOTERAPEUTI E SPECIALISTI FANNO PARTE DEL CIRCUITO CHE SI RIFA A QUELLO DEGLI ALCOLISTI ANONIMI

Contro il mal d'amore arrivano i gruppi di auto-aiuto

Curare il mal d'amore si può. Ma è necessaria forza di volontà e voglia di mettersi in discussione. Anche a Napoli, quindi, nascono i gruppi di auto-aiuto, sul modello di quelli degli alcolisti anonimi, per uscire dalla dipendenza affettiva.

«Napoli – spiega Roberto Cavaliere, psicologo e psicoterapeuta, presidente dell'associazione Asipdar – è un territorio particolare ed i gruppi di auto-aiuto non sempre trovano terreno fertile». Secondo il racconto degli esperti, infatti, c'è ancora diffidenza, difficoltà ad ammettere che si sta vivendo una situazione problematica e voglia, all'interno del gruppo, di primeggiare, dispensando consigli non sempre voluti, invece di ascoltare e confrontarsi «alla pari». Ma cosa si intende dipendenza affettiva? È lo stato psicologico ed emotivo di chi rimane attaccato tenacemente ad un rapporto sbagliato, pur avendo, spesso, la consapevolezza che questo tipo di relazione è distruttivo, patologico e svalutante tanto

da annientare l'autostima. Ad essere affette dalla dipendenza affettiva, secondo gli esperti, sono soprattutto le donne, di età compresa tra i trenta ed i sessanta anni: pochi i casi di under 30». E gli uomini? Secondo gli specialisti, tendono a non mettersi in discussione.

La dipendenza affettiva affonda le radici lontano: nello stereotipo, di cui restano vittime ancora tante donne, secondo cui la vera realizzazione, sia a livello personale che sociale, arriva solo se diventa moglie e madre. E poi c'è la paura della solitudine, che avanza di pari passo alle lancette dell'orologio biologico. E allora non si riesce a dire basta anche di fronte ad un rapporto che sta distruggendo una donna dal di dentro. «Questo modo di vivere e gestire i rapporti di coppia – sottolinea Cavaliere – affonda le radici in un certo copione affettiva creatosi nella propria infanzia con la madre e/o un padre assente o ipercritico e svalutante». Il nostro modo di vivere ed amare, insomma, si decide nelle prime fasi del-



la vita perché «così come ci hanno insegnato ad amare da piccoli ameremo da grandi».

Che fare, quindi, per liberarsi dalla dipendenza affettiva? Il primo passo può essere proprio aderire ad un gruppo di auto-aiuto sul mal d'amore. Si tratta di gruppi, in cui vi è anche un facilitatore delle dinamiche di gruppo, costituiti da persone che sono «sulla stessa barca», a livello

di condizione emotiva ed esistenziale e che, attraverso il confronto con gli altri, trovano la strada per capire chi sono davvero e cosa vogliono. Per maggiori informazioni: maldamore.it

Tania Sabatino

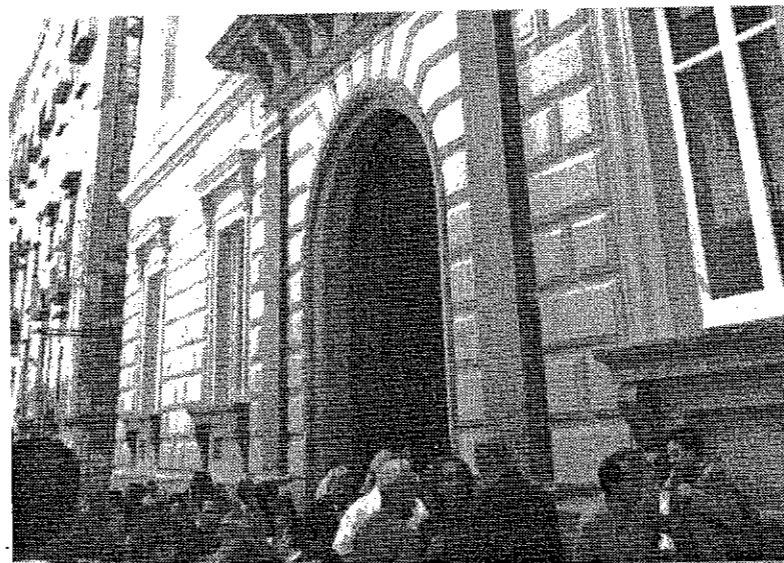
LO SCIOPERO I DIPENDENTI INCROCIANO LE BRACCIA E PER LA PRIMA VOLTA IL MUSEO DEL CENTRO STORICO CHIUDE I BATTENTI PER UN'INTERA GIORNATA

"Napoli resta orfana di Madre"

di Mariavittoria Mancini

I lavoratori del museo "Madre" non si arrendono, non restano fermi a guardare i loro posti di lavoro che si sbriciolano sotto il peso dei tagli finanziari decisi dalla neo-giunta Regionale. Per manifestare il loro dissenso, ieri mattina, compatti, hanno aderito al primo sciopero che si conta nella storia del museo. I disagi procurati da questa decisione estrema, presa solo in seguito a raccolta firme, volantinaggio e numerose richieste di confronto, mai accettate, con il presidente della Regione Stefano Caldoro e con Caterina Miraglia, assessore alla Cultura, sono stati tanto grandi da rendere necessario il rinvio ad oggi alle 19 dell'inaugurazione della mostra fotografica, sponsorizzata dalla Ferrarelle, "Ulysses Sindrome" di Gabriele Giugni. All'ultimo momento, la direzione ha, inoltre, ritenuto necessario comunicare la chiusura del museo per tutta la giornata data la totale mancanza del personale.

Ciò sottolinea che con i licenziamenti previsti, volendo citare uno dei cartelli dei manifestanti, Napoli resterà "orfana di Madre". Mariangela Fiaschetti, assistente di sala al museo e responsabile sindacale del-



IN BREVE

UNA TORTA CON 102 CANDELINE

Auguri a nonna Ester Romano

Ester Romano è nata a Genova il 30 settembre del 1908 e oggi festeggia oggi i suoi 102 anni. Per lei tutti i parenti e soprattutto i nipoti, hanno organizzato una festa memorabile con tanto di torta e candeline. Tommaso Roberto e Marietta dedicano alla propria zia questo augurio "speciale" per condividere questo giorno di festa con tutti i lettori del Roma che la zia ha sempre letto e continua a leggere senza l'ausilio degli occhiali. A nonna

