

## **Le storie d'amore possono finire ?**

**Categoria : MISTERI NASCOSTI**

**Pubblicato da [Anna Pupa](#) in 30/1/2011**

Ciao sono Anna, perché una storia di coppia finisce e un amore tanto grande diventa nullo? Il mio fidanzato mi ha lasciata, sto male. Datemi un consiglio.

**Le storie d'amore possono finire.** Se la relazione termina di comune accordo, la cosa non fa tanto male. Invece, quando si viene lasciati, allora il dolore è grande. L'angoscia di essere abbandonati può divenire una vera malattia, una frattura che spezza la vita in due, lasciando svuotati e confusi.

**Durante l'innamoramento** si ha un aumento della produzione di endorfine, con conseguente senso di benessere, euforia, vitalità e de



siderio sessuale. Quando la relazione arriva al capolinea si ha un crollo dei livelli di queste sostanze. Inizia un periodo di ansia, senso di frustrazione e irritabilità.

"Non capisco perché tante relazioni che sembravano perfette, finiscono così all'improvviso? Sergio".

**Le storie d'amore possono essere di tanti tipi** , quindi possono finire per diversi motivi ad esempio:

Ci sono delle unioni di tipo sadomasochista, dove il più forte sopprime il più debole: questo rapporto termina perché è immaturo. La relazione perfetta comporta invece un'unione più equilibrata, il rispetto dell'altro come distinto, l'accettazione dell'essere diversi. L'amore maturo è caratterizzato da libertà, autonomia, fiducia, solidarietà e uguali possibilità di realizzazione. Senza eccessiva competitività. La mancata evoluzione verso un rapporto d'amore più maturo può condurre alla crisi di coppia. **Un altro tipo di relazione è di tipo materno**, in questo caso è la storia non può durare a lungo perché è autodistruttiva. Un altro tipo di rapporto è quello possessivo. L'amore è inteso come dominio e tenuto continuamente sotto controllo. In questa relazione si ha un partner a struttura

ossessiva. C'è un'altro rapporto in cui l'amore è vissuto come autoaffermazione antagonista e il partner è vissuto sostanzialmente come rivale e luogo della propria affermazione. Questa storia col tempo diventa isterica. **Molto spesso l'amore finisce** perché la scelta è stata fatta in base a quello che è importante nell'immediato e non a quello che conta di più nel lungo periodo. In una relazione sono assolutamente necessari l'impegno, l'intimità e la passione. Tanto più grande è il triangolo e più intenso il sentimento. È importante saper distinguere l'amore dall'infatuazione. Quando c'è solo la passione, l'amore a prima vista può nascere all'istante e svanire con la stessa rapidità. Vi interviene una intensa eccitazione fisiologica, ma senza intimità o impegno. **La passione è come una droga**, rapida a svilupparsi e veloce a spegnersi. Brucia alla svelta e dopo un po' non fa più l'effetto che si voleva: ci si abitua, arriva l'assuefazione. L'amore romantico è un insieme di intimità e di passione. Più di una infatuazione, è vicinanza e simpatia, con l'aggiunta dell'attrazione fisica e dell'eccitazione, ma senza l'impegno, come un'avventura estiva è destinata a finire. **Aggiungere un amore perfetto** è difficile ma non impossibile. La cosa davvero importante è mantenere e tenere in vita un sentimento completo quando lo si è raggiunto. La relazione tende a finir male se non c'è corrispondenza tra quello che si vuole dall'altro e quello che si pensa di riceverne. Chi ha amato senza essere ricambiato sa quanto può essere frustrante. Alle volte si potrebbe consigliare di ridurre le proprie aspettative e diminuire il proprio coinvolgimento: ma è un suggerimento difficile da seguire. **Perché un rapporto funzioni** bisogna essere intelligenti. Non solo. Si deve essere disponibili a cambiare in funzione delle esigenze dell'altro. Avere aspettative realistiche circa quello che si potrà ottenere e quello che finirà per essere più importante solo dopo un po' di tempo.