



Altro mito frequente, inazione

"C'era una volta...

...e vissero quasi sempre felici e contenti "

CIPOG, il Centro Italiano di Psicoterapia ad Orientamento Gestaltico, è uno studio associato dove collaborano diverse figure professionali nell'ambito delle relazioni d'aiuto. Diretto dal Dr. Raffaele Frisone e la Dott.ssa Giada

TEGNO



Le relazioni di coppia, oggi si basano fondamentalmente sull' assunto che due individui si incontrano, si piacciono e decidono di stare insieme, fino a fondersi in un'unica entità, vivendo re...

...e vissero quasi sempre felici e contenti "

“In una relazione, rinunciare ai propri bisogni fondamentali che costituiscono la differenza sostanziale di ognuno di noi, basata in parte sulla nostra storia, non è mai un dono fatto all’altro, ma la premessa per far naufragare una relazione di coppia.”

menti ambientali, culturali, familiari e religiosi che, generando false mitologie, finiscono per alterare sia il modo di relazionarsi, che il senso stesso della relazione a due.

Con queste convinzioni, che talvolta ci appartengono e talvolta sono invece ingombranti influenze derivanti dalla nostra storia o dal nostro ambiente, diventa quindi difficile esprimersi nella relazione per ciò che siamo e vogliamo realmente.

Gradualmente perdiamo quindi la capacità di costruire una relazione affet-

ma la premessa per far naufragare una relazione di coppia.

Il vero problema dei bisogni fondamentali però, è quello di poter differenziare ciò che mi hanno inculcato come bisogno (ovvero tutto ciò che credo sia una mia profonda necessità, ma in verità mi è stato insegnato e lo ho assorbito inconsapevolmente dal mio ambiente), da ciò che ho acquisito attraverso la mia personale