



### La Gelosia e il tradimento “ Acernimi Nemici “

La gelosia è un tormento, un assillo, un tarlo mentale che il più delle volte distrugge un rapporto, e come effetto di rimbalzo , spinge l'altro al tradimento. Più si è gelosi e più vi è la possibilità che l'altro ci tradisca data l'esistenza di una dinamica comportamentale in cui si ha la tendenza a coercizzare l'altra persona. Questo vale anche al contrario , se hai a che fare con una persona gelosa . Saper interagire verso la propria gelosia e la gelosia altrui, significa riappropriarsi di una propria parte. Divenirne consapevoli dell'espressione della gelosia verso l'altro, vuol dire prendere coscienza che si ha un problema legato all'insicurezza, più esattamente all'insicurezza in se stessi. La maggior parte delle persone gelose hanno subito a livello di imprinting un tradimento ,e pertanto nutrono diffidenza verso l'altra persona. L'errore che più spesso si fa è pertanto quello di “controllare” rendendo così la relazione un ta –tam e non più una relazione che si vorrebbe davvero.Turbamenti e tensioni che si alimentano, nutrono la relazione solo di questo.Paradossalmente , con il comportamento e l'atteggiamento verso tale direzione “ spinta involutiva “ piuttosto che “ evolutiva “ si tende a fallire laddove si vorrebbe vincere. Ecco, il punto è sostanzialmente questo, e cioè che una coppia “ al giorno d'oggi” percorre più in generale strade delle violenze, di abusi,di stalking ,tra l'altro anche agevolati dai social ,piuttosto che rendersi conto di voler risolvere questo particolare problema con se stessi. Arrivare alla consapevolezza di conoscere approfonditamente il proprio modo di fare, regalerà a se stessi una grande leggerezza e senso di libertà al fine di riappropriarsi della propria vita con occhi nuovi ,per viverla davvero. Impariamo ad imparare dalle esperienze che ci arrivano, piuttosto che lasciarsi andare al controllo all'essere imprigionati in una dinamica che ha poco a che fare con l'amore.

Di Stefania Cervoni Counselor  
Counselor Trainer e Mediatrice Familiare  
Iscr.Reg. A.N.Co.Re nr. 298

