

Sesso libero

Captativo e oblativo Amori per fasi diverse della vita

LAURA AVALLE

■ Esistono due modi di amare: c'è l'amore captativo e quello oblativo. «Il primo, tipico dei bambini, è solitamente vissuto con l'ottica del ricevere, perché centrato sui nostri bisogni e sul percepire l'altro come funzionale per il nostro benessere», spiega la dottoressa Laura Pedrinelli Carrara, psicologa psicoterapeuta. «Non immaginiamo che l'altro abbia esigenze diverse, la nostra felicità affettiva nasce dal fatto che l'altro soddisfi i nostri bisogni, l'altro è parte di noi e non un'entità a se stante. Viceversa, amare in modo oblativo significa voler bene senza aspettarsi nulla in cambio, instaurare relazioni affettive nelle quali ci sentiamo sicuri e quindi non proviamo in modo elevato sentimenti di gelosia. Un esempio è, generalmente, l'amore del genitore verso il proprio figlio. L'amore oblativo è il classico amore incondizionato, quello che iniziamo a provare quando amiamo veramente una persona perché l'accettiamo per quello che è, con i suoi pregi e i suoi difetti senza volerla cambiare; riconosciamo al nostro partner le sue esigenze diverse dalle nostre e non per questo meno importanti, non basiamo l'affetto sui nostri bisogni ma sul bene comune».

Attenzione però, mette in guardia l'esperta: «Per amore oblativo non si intende un amore sacrificale! Se amare l'altro comporta continui sacrifici, forse il nostro partner ci sta chiedendo troppo o non ci ama abbastanza. Ciò premesso, nell'ultima fase di vita, quando il numero dei nostri anni è estremamente elevato, spesso torniamo a riprovare l'amore captativo. Tendiamo così a legarci affettivamente di più alle persone che si prendono maggiormente cura di noi, quelle che rappresentano dei punti di riferimento per la nostra sopravvivenza». A prescindere dal percorso psicoaffettivo dell'individuo, queste due modalità di provare affetto possono essere presenti entrambi e manifestate in periodi diversi della nostra vita adulta verso le stesse persone (inizialmente ho un amore verso il partner di tipo captativo e poi col tempo il mio affetto verso di lui/lei evolve divenendo oblativo).

È anche possibile provare le due modalità affettive nello stesso momento esistenziale, ma diversamente in base alle persone a cui sono rivolti (posso amare i miei genitori in modo oblativo e il mio partner in modo captativo), molto dipende dal significato che attribuisco all'oggetto del mio amore. «Se un partner ama in modo oblativo e l'altro in modo captativo, il secondo esigerà sempre tanto dal primo ottenendo spesso soddisfazione, mentre chi ama in modo incondizionato non si sentirà altrettanto amato e potrà soffrire dei comportamenti possessivi del partner», dice Pedrinelli Carrara.

Ma che cosa succede nel caso di due partner captativi? «È possibile che si crei grande comprensione perché entrambi hanno la stessa capacità di amare, lo squilibrio lo può creare se uno dei due è più bisognoso dell'altro di conferme affettive o se prova una gelosia troppo elevata che può sfociare nella gelosia ossessiva. In quest'ultimo caso il partner più esigente non si sentirà mai abbastanza considerato, oppure l'altro potrà sentirsi "soffocato" e non realmente amato», risponde la dottoressa. «Quando invece l'amore oblativo è provato da entrambi i partner è sicuramente una relazione molto più equilibrata e si basa spesso sulla piena fiducia che nasce non dalla prova continua di amare o dal desiderio di possedere l'altro, ma dalla consapevolezza del proprio amore verso l'altro e di quello del partner verso di sé e dalla felicità di ognuno nel raggiungere il bene dell'altro».

© RIPRODUZIONE RISERVATA