

CRISI

COME DIFFICOLTÀ

AD EVOLVERE E

TRASFORMARSI

LE FRASI D' ALLARME

1 - "Mi soffochi, ho bisogno di un po' d'aria".

2 - "Le cose che piacciono a te sono noiose".

**3 - "Ho perso i miei amici
e i tuoi sono insopportabili".**

**4 - "Dopo tutti i sacrifici
che ho fatto per te
mi parli così !".**

5 - "Sei egoista: non vuoi rinunciare a niente".

6 - "Non hai mai tempo per me".

**7 - "Voglio un po'
di spazio per me.
La tua roba è ovunque".**

8 - "Non ti riconosco più!".

PSICOPATOLOGIE DELLE COPPIE

DISTURBI DI PERSONALITÀ

- **BRAMOSIA DISTRUTTIVA**
- **TIMORE DI ESSERE RISUCCHIATI**
- **GELOSIA POSSESSIVA**
- **INCONSAPEVOLEZZA DEI PROPRI BISOGNI**
- **DIPENDENZA INFANTILE**
- **ANGOSCE ABBANDONICHE**
- **COMPETITIVITÀ E GIOCHI DI POTERE**
- **NARCISISMO**
- **MANIPOLAZIONI ECCESSIVE**
- **INIBIZIONI**
- **DISTACCO EMOZIONALE**
- **INVASIVITÀ**
- **NON RISPETTO DEI CONFINI**
- **FORTI DIFFIDENZE**
- **ECCESSIVA IDEALIZZAZIONE**
- **EVITAMENTO AFFETTIVO**
- **PESSIMISMO**
- **MANCANZA DI AUTOSTIMA**
- **MALTRATTAMENTI E VIOLENZE**

MOTIVI DI INTERRUZIONI RELAZIONALI

DOVUTE AD OFFESE NON PERDONATE

- PERSONALITÀ RIGIDE O TROPPO EMOTIVE
(NARCISISTICHE - BORDERLINE)**
- SE SONO POCO INDIVIDUATE / DIFFERENZIATE**
- SE SONO TROPPO FUSE E REATTIVE SENZA CONFINI
(PERMALOSE)**
- SENTIRSI INTRAPPOLATI / INGLOBATI**
- SOGGETTI INSICURI - ANSIOSI - EVITANTI
INSEGUITORI / FUGGENTI
DOMINANTI / SOTTOMESSI
GELOSI / TRADITI**
- CON PROFONDE FERITE NARCISISTICHE PRECOCI**

CICLI RELAZIONALI DISTRUTTIVI

COMPORAMENTO



RISULTATO

**- VOLER CAMBIARE L'ALTRO
RIMPROVERARE / INCOLPARE**



**RISENTIMENTO
RITIRO**

**- INSEGUIRE / INCALZARE
PERSEGUIITARE**



**FUGA
DISTANZIAMENTO**

**- DOMINANZA
SOTTOMISSIONE**



CONFLITTO

- UMILIAZIONI RECIPROCHE



FERITE / RABBIA

CONSISTENZA DELL' ATTACCAMENTO

- CI SEI QUANDO HO BISOGNO DI TE ?**
- PUOI DARMICI CIÒ CHE MI SERVE ?**
- CAPISCI COSA PROVO E SPERIMENTO ?**

CONFERMA DELL'IDENTITÀ DELL'ALTRO

- TI PIACCIO COME SONO ?**
- MI ACCETTI COMPLETAMENTE ?**
- SOSTIENI LE MIE AMBIZIONI ?**
- RISPETTI I MIEI VALORI ?**

DIFFERENZIARSI

TRINCERARSI

AFFERMARSI

RITIRARSI

**AMARE
ATTIVAMENTE**

BIASIMARE

PROTEGGERE

SOTTOMETTERSI