



# Infosannio - 12/02/2013

# infosannio.com

## San Valentino: porta il tuo amore sul palcoscenico davanti allo psicoterapeuta

Publicato su 12 febbraio 2013 da INFOSANNIO

Lascia un commento

Regala e regalati un laboratorio esperienziale per vivere al meglio questa emozione meravigliosa.

Appuntamento a Busto Arsizio il prossimo 24 febbraio e a Roma il 10 maggio



Si sogna ancora l'amore romantico, nonostante il calendario segni l'anno 2013? I modelli e l'immaginario attorno all'amore sono cambiati nel tempo, ma il sentimento resta. Cenerentola era davvero una sfigata? E il principe azzurro, un succube di un padre padrone e, oltretutto, re? Tutti in amore possiamo sentirci principi e principesse, basta poco, un'altra persona che si interessi a noi, ai nostri bisogni, che ci accetti per quello che siamo senza volerci cambiare. Al di là degli stereotipi resta un sentimento che è in grado di trasformare una vita, è la luce nei giorni bui, è una ragione per affrontare ogni giorno, anche quelli duri e difficili.

Per fare in modo che le cose funzionino occorre impegnarsi. Non fare nulla, non porta ad avere relazioni stabili, semmai il contrario. Serve passione, fantasia, occorre fare nuove esperienze, e – perché no? – anche una giornata diversa a teatro davanti a uno psicoterapeuta può aiutare a capire meglio noi stessi e il rapporto di coppia che stiamo vivendo, la nostra idea di amore. A Busto Arsizio,

presso Il Centro Talea in via Rossini 3, va in scena una proposta particolare il prossimo 24 febbraio. Si tratta di un laboratorio esperienziale, dal titolo "Tutto l'amore che voglio". Un'intera giornata dedicata all'amore e al nostro modo di viverlo. Giovanni Porta, psicoterapeuta ed attore, assieme alla collega psicoterapeuta Rosa Veraci, ci invitano a portare sul palcoscenico il nostro modo di vivere l'amore, per interpretarlo, lasciarlo esprimere, liberarlo dalle soffocanti preoccupazioni della quotidianità, ed esplorare i nostri sentimenti. E' un'occasione per entrare in contatto con se stessi, per conoscere un po' di più il proprio modo di relazionarsi con gli altri, le proprie speranze, illusioni e fantasie in fatto di amore. Il laboratorio è aperto sia a single che a persone che stanno vivendo una relazione di coppia. Meglio però non venire in compagnia del partner: la metodologia consiste infatti nel mettere in scena le proprie emozioni, è quindi un lavoro squisitamente individuale che precede un futuro confronto con il partner. In pratica, questo laboratorio darà modo ai partecipanti di diventare consapevoli di ciò che desiderano in campo amoroso per poi, in un altro momento, condividerlo e realizzarlo all'interno della coppia.

"Essere amati ed amare ci rende coraggiosi – spiega lo psicoterapeuta Giovanni Porta – Ognuno di noi nella nostra vita quotidiana afferma con forza di voler amare, ma quanti lo fanno davvero? Cosa voglio dire realmente quando pronuncio le parole "Voglio amare"? Che cosa sto cercando davvero? Di che tipo di amore sento il bisogno? Sono in grado di riconoscerlo se lo incontro? In questo laboratorio lavoreremo su alcune di queste importanti questioni, attraverso una serie di esperienze concrete. Ognuno potrà entrare in contatto con il proprio abituale modo di fare e con le proprie aspettative in fatto di amore. Daremo la possibilità ai partecipanti di confrontarsi con i propri pensieri ed emozioni, in un contesto accogliente e protetto. Sarà una giornata diversa, che ci aiuterà a capirci meglio".

Si replica in a Roma in versione ridotta il 10 maggio prossimo dalle 20,30 alle 22,30 presso Sinergy Art Studio in via di Porta Labicana 27

### Le fasi dell'amore

La prima è la conquista, sulla quale sono stati scritti fiumi di saggi e di romanzi. È in questa fase che ci confrontiamo con il nostro ambiente e con il modo di muoverci in esso, con il nostro carattere e con alcune ben radicate paure. Per alcune persone, andare alla conquista non rappresenta un grosso problema ed anzi è fonte di profondo divertimento; per altri, è come una montagna insormontabile fatta di crepacci che si possono aprire da un momento all'altro, mani che sudano, voci che tremano, fughe veloci e ripetute da una situazione troppo temuta.

La fase seguente è l'innamoramento, una forma di estasi nella quale due persone trovano il folle coraggio di stare vicine. La passione e l'idealizzazione tipiche di questa fase rendono insignificanti le differenze e i problemi appaiono tutti superabili. Non per tutti, però, l'innamoramento rappresenta una "luna di miele" con il partner. Ad esempio, ci sono persone che trovano difficile innamorarsi, oppure c'è chi si innamora sempre "della persona sbagliata", chi prova aneliti alla Cyrano per qualcuno che inevitabilmente non riesce ad avere, o chi si innamora così spesso che non riesce a rimanere nei confini di una relazione di coppia stabile. L'innamoramento è una fase entusiasmante. Il brutto è che prima o dopo finisce.

E' allora che di solito iniziano i problemi di coppia: le sensazioni in precedenza dominanti di "magia" e spontaneità lasciano il posto a scene quotidiane che iniziano ad essere fin troppo conosciute, la frequenza sessuale si dirada e appaiono aspettative deluse (proporzionali all'intensità dell'idealizzazione iniziale) che possono far dire "l'amore è finito". Molte relazioni si concludono in questa fase; altre non si concludono, ma magari si trascinano stancamente in una noia ipnotica in cui parlarsi con meno frequenza aiuta a non soffrire troppo. Alcune persone rimangono invischiate per un sacco di tempo in "amori finiti", altre non sanno che fare quando la passione iniziale lascia il posto a sensazioni differenti, alcuni cercano soluzioni nel tradimento, altri rinunciano completamente alla passione e iniziano a vivere "come fratello e sorella".

Alcune coppie riescono però a oltrepassare anche questa fase, e riescono a riavvicinarsi dopo essersi allontanate, spostando il loro legame a un livello più profondo

**Info e iscrizioni per Busto Arsizio** – Domenica 24 Febbraio (ore 10 – 19)

versaci.rosa@gmail.com – 349.7843623

Centro Talea – via Rossini 3 – Busto A. (VA)

Quota di partecipazione: 80 euro

**Info e iscrizioni per Roma** – Venerdì 10 maggio (ore 20,30 – 22,30)

giovanniporta74@gmail.com – 347.8517793

<http://www.giovanniporta.it>

Sinergy Art Studio – via di Porta Labicana, 27 – Roma

Ingresso libero