

ELETTRA GROPPO

IDENTIKIT DI UN AMORE

CHE COS'È, COME FUNZIONA E CHE EFFETTI HA SU DI NOI



Casa editrice



Elmi's World

COLLANA SAGGI
ELMI'S WORLD

ELETTRA GROppo

IDENTIKIT DI UN AMORE

CHE COS'È, COME FUNZIONA E CHE EFFETTI HA SU DI NOI



Elmi's World

Casa Editrice



Elmi's World

Via Compagno, 7 - 35124 Padova (Pd)
tel. 389.13.48.854

www.elmisworld.it

IDENTIKIT DI UN AMORE

di Elettra Groppo

Collana "Saggi"

ISBN : 978-88-85490-76-5

© Casa Editrice Elmi's World

Art director: Emilie Rollandin

Prima edizione: aprile 2025

Quest'opera è protetta dalla legge sul Diritto d'autore. Legge n. 633/1941

Tutti i diritti, relativi alla traduzione, alla citazione, alla riproduzione in qualsiasi forma, all'uso delle illustrazioni, delle tabelle e del materiale software a corredo, alla trasmissione radio-fonica-televisiva, alla registrazione analogica o digitale, alla pubblicazione e diffusione attraverso la rete Internet sono riservati, anche nel caso di utilizzo parziale. La riproduzione di quest'opera, anche se parziale o in copia digitale, è ammessa solo ed esclusivamente nei limiti stabiliti dalla Legge ed è soggetta all'autorizzazione scritta dell'Editore.

La violazione delle norme comporta le sanzioni previste dalla legge dello Stato Italiano. L'utilizzo in questa pubblicazione di denominazioni generiche, nomi commerciali e marchi registrati, anche se non specificatamente identificabili, non implica che tali denominazioni o marchi non siano protetti dalle relative leggi o regolamenti.

*Al mio smergolo preferito
Per avermi fatto conoscere l'amore puro*

INDICE

AVVERTENZA	7
PRIMA PARTE.....	8
CHE COS'È L'AMORE?	9
COSA CERCHIAMO ATTRAVERSO L'AMORE?.....	12
COSA SIGNIFICA AMARE?	23
PERCHÉ DIFFERENZIARE I TIPI DI AMORE	56
COME SI DIFFERENZIANO NELLE VARIE FASI DELLA VITA.....	58
I TRE AMORI DELLA VITA.....	64
L'AMORE CAMBIA DURANTE UNA RELAZIONE.....	66
LE 5 FASI DELL'AMORE.....	69
L'AMORE IN BASE ALL'EDUCAZIONE	76
L'AMORE IN BASE AL PROPRIO SÉ	79
L'AMORE IN BASE AL CONTESTO SOCIALE	81
L'AMORE IN BASE ALL'OROSCOPO.....	98
L'AMORE IN BASE AL GENERE.....	114
SECONDA PARTE	118
L'AMORE STRUGGENTE.....	119
L'AMORE PER NECESSITÀ	123
L'AMORE PER DISPERAZIONE	128
L'AMORE GENITORIALE.....	133
L'AMORE FILIALE	139
L'AMORE NARCISISTICO.....	143

AMARE L'AMORE.....	149
L'AMORE DI SALVATAGGIO.....	154
L'AMORE ANIMALE.....	160
L'AMORE PER GRATITUDINE.....	164
L'AMORE IMPOSSIBILE.....	169
L'AMORE A TEMPO.....	175
L'AMORE COMPLICATO.....	180
L'AMORE DISPERATO.....	184
L'AMORE FUNZIONALE.....	188
L'AMORE ROMANTICO.....	192
L'AMORE PSICOANALITICO.....	198
L'AMORE COME TROFEO/PRESTIGIO.....	202
L'AMORE COME MEZZO DI CONTROLLO.....	206
L'AMORE PER UN IDEALE.....	214
L'AMORE PURO.....	217
ULTIME AVVERTENZE.....	223
BIBLIOGRAFIA.....	226
BIOGRAFIA.....	230
RINGRAZIAMENTI.....	231
SITI WEB.....	232

AVVERTENZA

Questo non è un libro volto alla cura delle pene d'amore, né intende predire alcun destino. L'obiettivo di queste pagine è renderci più consapevoli della natura dei sentimenti che proviamo, aiutandoci a comprendere meglio le dinamiche che si sviluppano nei nostri innamoramenti e amori. Non vengono proposte terapie, sia perché talvolta non sono necessarie, sia perché, in altri casi, il percorso sarebbe troppo lungo e personale per essere affrontato in modo generalizzato e, quindi, impraticabile.

Nonostante ciò, le teorie e i suggerimenti proposti in questo testo vanno letti con una dose di autoironia. Su questo argomento è già stato scritto molto e, tuttavia, non si riesce a trovare una teoria unanime, quindi, senza avere l'arroganza di pontificare quale sia l'amore giusto, i tipi di amore descritti qui potranno servire come guida per comprendere meglio ciò che cerchiamo e, se necessario, spingerci a riflettere su come potremmo cambiare il nostro modo di amare, qualora la strada intrapresa si rivelasse fallimentare.

Dobbiamo tuttavia ricordare che i momenti della nostra vita evolvono con il mutare delle circostanze, portandoci ad amare in modi diversi a seconda di ciò che ci manca.

Nella prima parte viene spiegato cos'è l'amore proponendo diverse teorie per la sua interpretazione e come cambia in base all'età, all'educazione, al proprio sé, al contesto sociale, al genere e... in base all'oroscopo.

Nella seconda parte vengono illustrati 21 tipi di amore differenti in cui ci si può riconoscere o rivedere il proprio partner. Ogni tipologia è introdotta da una descrizione che ne spiega le motivazioni più comuni, seguita da un racconto esemplificativo.

PRIMA PARTE

CHE COS'È L'AMORE?

“Una realtà non ci fu data e non c'è, ma dobbiamo farcela noi, se vogliamo essere: e non sarà mai una per tutti, una per sempre, ma di continuo e infinitamente mutabile.”

Luigi Pirandello, Uno nessuno centomila

Per millenni abbiamo cercato di definire l'amore, e milioni sono le teorie che tentano di spiegare questo sentimento. Alla fine il consiglio migliore mai dato probabilmente è quello “della nonna”: quando ti innamorati te ne accorgi.

L'amore non è un concetto universale o dalla definizione univoca. Dovremmo sentirci liberi di amare chi sconvolge i nostri schemi e ci rende migliori. È il cambiamento che viviamo, la differenza rispetto a come eravamo prima, che probabilmente definiamo amore.

Anche consultando libri o risorse online, la definizione di amore sembra rimanere vaga. La biologia offre una spiegazione concreta, descrivendo come il nostro corpo reagisce, ma è davvero tutto qui? È possibile ridurre a reazioni chimiche ciò che nell'immaginario comune è intriso di mistero e magia?

Probabilmente no. Quest'aura enigmatica persiste perché l'amore è un'esperienza profondamente soggettiva. Se accettiamo questa idea, potremmo dedurre che non esiste una definizione univoca, semplicemente perché ognuno di noi ama in modo unico, persone differenti e in momenti distinti della propria vita. Cambiamo a seconda di chi abbiamo accanto e, ogni volta, il nostro bagaglio di esperienze si arricchisce, così come evolvono i nostri bisogni.

Come per molte altre esperienze umane, tendiamo a creare categorie anche per l'amore. Questo libro nasce proprio come un tentativo di esplorare e classificare le sue sfumature, individuando ciò che ci accomuna.

Il binomio amore/odio è uno dei più ricorrenti nella storia, come se ci avessero insegnato che l'amore porta con sé irrimediabilmente anche

dolore, sofferenza e un certo grado di tristezza, ma non dev'essere per forza così.

C'è chi sostiene che l'amore sia una "droga leggera", Michel Reynaud nel 2009 ne ha scritto un libro, ma c'è chi di amore muore veramente. Come ogni sentimento, anche questo necessita di allenamento per poterlo gestire al meglio. E sì, in qualche modo è una droga, qualcosa che noi ricerchiamo costantemente. Quando possiamo, ripetiamo le esperienze positive, cerchiamo sentimenti che ci appagano. Tuttavia, ciò che spesso dimentichiamo è che l'amore non si limita all'innamoramento: mentre quest'ultimo accade spontaneamente, l'amore necessita di costruzione, volontà e impegno, e senza questi ingredienti la relazione smette di esistere.

Una domanda preliminare va quindi fatta, ed è: cosa ci rende felici?

La maggior parte delle volte concepiamo l'amore come un baratto e siamo felici quando il nostro sentimento viene ricambiato. Questo di per sé non è recriminabile, il sentimento condiviso porta sicuramente a vette più alte, ma qui facciamo prima un passo indietro. Noi soffriamo quando non siamo ricambiati non perché è il nostro amore a tormentarci, ma perché vorremmo qualcosa che non riusciamo a ottenere. L'amore non è qualcosa che ha a che vedere con due persone, è un'esperienza profondamente personale, un modo di vivere e di essere che riflette noi stessi e il nostro rapporto con il mondo.

Per quanto filosofi, neurobiologi, sociologi o psicologi abbiano provato a descrivere cosa avviene quando ci si innamora, i seduttori più efficaci vi diranno che il miglior modo per far sì che una persona si innamori di voi è amare, e la scienza dà loro ragione.

Gli studi di Giacomo Rizzolatti sui "neuroni specchio" hanno dimostrato che nell'uomo l'empatia è una capacità "specie-specifica" (cioè tipica della nostra specie) più sviluppata che in qualunque altra e che determina una maggiore attitudine all'amore. Tendiamo infatti a rispecchiare chi ci sta di fronte, e proprio da questo principio deriva il detto: *Da amore nasce amore, da odio nasce odio.*

In questo contesto, lo scambio sincronico delle emozioni tra due persone regola la fisiologia reciproca, modificando persino la struttura interna del sistema nervoso centrale. Il legame di coppia, ad esempio, rimodella l'architettura del cervello. Negli innamorati, così come nelle

donne in gravidanza, i neuroni diventano più grandi così da consentire una maggior comprensione degli stati emotivi dell'altro, attivano neuroni specchio di fronte alle emozioni del partner in aree del cervello simili a quelle in cui si attivano i neuroni delle madri di fronte alle emozioni dei figli.

Quando ci aspettiamo un sentimento che noi non ricambiamo in egual misura, la reciprocità viene a mancare, creando un cortocircuito nelle conversazioni non verbali, portando i bisogni individuali a prevalere e relegando l'amore in secondo piano.

L'amore dovrebbe nascere quindi dall'incontro di due persone felici e in equilibrio, che, stando insieme, vivono il sentimento in modo esponenziale. Non si dovrebbe mai chiedere a qualcun altro di salvarci, come se una relazione potesse riscattarci o risolvere le nostre insicurezze, perché questo atteggiamento rischia di condurre a delusioni e fallimenti pericolosamente profondi. È dunque fondamentale avere consapevolezza del rapporto che si vive, per attribuirgli la giusta importanza, il giusto ruolo e il giusto "amore".

Bisogna però ricordare che l'amore non è un sentimento che si limita agli esseri umani, anzi, è qualcosa che si sperimenta anche verso animali, piante, idee.

Platone, nel *Convivio*, distingueva diversi livelli e gradi dell'amore, a seconda che si riferisse a un essere carnale, a un'idea, a un valore morale, alla ricerca della verità, alla scoperta della sua essenza estrinseca... culminando nel concetto di "amore platonico", che rappresenta la sublimazione dell'essere: il desiderio dell'assoluto e la ricerca di una forma ideale. Amando una donna particolare si viene a conoscenza dell'essenza di tutte le donne, sublimata e mitizzate.

Al contrario, a volte confondiamo l'attrazione fisica o l'intesa sessuale con un sentimento che in realtà non c'è e che sentiamo momentaneamente perché il nostro corpo reagisce chimicamente all'altro.

Alla domanda "che cos'è l'amore?", dunque, non si può dare una vera risposta, ma possiamo provare ad andarci vicini, lasciando che almeno in un ambito della nostra vita permanga un mistero, sperando che la scienza non arrivi mai a svelare eccessivamente ciò che siamo o rischieremo di perdere il significato intrinseco delle più belle poesie di sempre.

ULTIME AVVERTENZE

Per quanto tutti anelino all'amore puro e in pochi veramente ci arrivino, anche chi raggiunge quel traguardo non lo vive mai in maniera continuativa, nemmeno per tutta la durata della coppia "perfetta". Ci saranno sempre dei momenti di nostra debolezza in cui speriamo che il nostro partner ci salvi, o quando siamo più stanchi richiederemo, magari anche un po' manipolando o ricattando, un gesto d'amore per avere un'iniezione di energia. Può succedere che per un periodo una nostra passione prenda il sopravvento e metteremo il partner in secondo piano, o quando arriviamo a un bivio vorremmo scegliere un'opportunità lavorativa che aspettavamo da una vita.

Panta rèi: per quanto possa essere grande il nostro sentimento, nulla rimane immutabile, né noi, né il contesto in cui viviamo. Facciamo costanti adattamenti per mantenere l'equilibrio, e quando siamo noi a perderlo speriamo che qualcuno ci aiuti a ripristinarlo, mentre quando sono gli altri a smarrirlo, dovremmo essere noi a sostenerli. A volte però quell'armonia manca a entrambi e lì spesso interviene il caso. Quello che succederà dipenderà dagli eventi che seguiranno.

Quindi si può partire da un amore disfunzionale per poi passare a qualcosa di più stabile e sano, o viceversa, può nascere come l'unione perfetta arrivando poi a svilupparsi in ossessioni e dipendenze.

Riconoscere le dinamiche alla base della propria relazione può aiutare a correggere il tiro, evitando però di esagerare con analisi psicoanalitiche eccessive.

Un'ultima avvertenza: uno spunto di riflessione che in questo testo non verrà approfondito, ma che di certo ha creato un cortocircuito nelle nuove relazioni, è il cambiamento dei ruoli di genere.

Per molto tempo le coppie erano maschio-femmina e i ruoli erano ben definiti, l'uomo andava a lavorare e si occupava del lato economico e la donna stava a casa a sfornare pargoli e a tenere in ordine il nido d'amore.

Con l'emancipazione delle donne, le lotte per il salario parificato, l'autonomia che entrambi "devono" raggiungere, uomini e donne hanno dovuto imparare tutta una serie di lezioni di vita che nessuno ha tramandato.

Se la razionalità è in grado di cambiare velocemente, non siamo altrettanto celeri emotivamente o culturalmente.

Capita ancora che alcune donne attendano il corteggiamento maschile, ma senza più tollerare volgarità o atteggiamenti inopportuni, esigendo invece rispetto e confini chiari. Gli uomini, dal canto loro, devono imparare nuovi modi di approcciarsi, ma spesso sono più cauti, temendo di oltrepassare il limite e rischiare accuse di molestie in caso di un'errata interpretazione dei segnali ricevuti.

Nonostante si rivendichino indipendenza e autonomia, persiste l'idea che alcune responsabilità economiche o di cura familiare debbano ricadere su una sola parte. Tuttavia, la parità porta con sé non solo diritti, ma anche doveri, e trovare un nuovo equilibrio non è sempre facile.

Molti uomini si sentono privi di riferimenti chiari, a differenza di un tempo, quando i ruoli erano più definiti. Oggi devono accettare di condividere il potere con le donne, e questo genera due reazioni opposte: alcuni faticano ad accettarlo, mentre altri finiscono per delegare ogni aspetto della relazione, aspettandosi che sia la donna a prendere l'iniziativa, sia nella costruzione della coppia che nella gestione economica e pratica della famiglia.

Anche il sesso sta diventando un terreno più complesso. Le gratificazioni sono facilmente accessibili online e alcuni uomini si chiedono perché dovrebbero impegnarsi a conquistare una donna, rischiando rifiuti o implicazioni legali, quando possono ottenere una soddisfazione immediata, sicura e senza conseguenze tramite il web.

Infine, per lungo tempo l'uomo ha considerato suo compito proteggere la donna. Ora che molte di loro sono indipendenti, si trova a dover ridefinire il proprio ruolo all'interno della coppia.

Stiamo quindi vivendo in un'età di passaggio dove tutto è da riscrivere e il vecchio e il nuovo coesistono creando incomprensioni, perché le aspettative non sempre collimano.

Rimane il fatto che anche se gli aspetti ambientali possono portare più facilmente a un tipo di amore rispetto a un altro, i motivi psico-

logici sottostanti tendono a rimanere validi anche in epoche diverse.

Chi soffre di mancanza di autostima tenderà a legarsi più facilmente a persone dominanti, i narcisisti tenderanno sempre a manipolare, chi ha una personalità debole ed è propenso all'aggressività cercherà sempre di nascondere le sue fragilità con il controllo eccessivo sull'altro, ecc...

Posso solo concludere sperando che questo testo vi dia maggiori strumenti per arrivare all'amore che più vi gratifica e augurandovi buona fortuna, perché per quanto noi ci impegneremo, c'è sempre una parte che dipende dalle famose "botte di culo"!

Che l'universo vi ascolti, a patto che anche voi porciate un orecchio a voi stessi.

BIBLIOGRAFIA

- Alberoni F., *Ti amo*, Rizzoli, Milano, 1996
- Anthony Giddens, *La trasformazione dell'intimità*, il Mulino, Bologna, 2013
- Arthur Aron, Helen Fisher, Debra J. Mashek, Greg Strong, Haifang Li, and Lucy L. Brown, *Reward, Motivation, and Emotion Systems Associated With Early-Stage Intense Romantic Love*, 2005
- Attili G., *Attaccamento e amore*, Il Mulino, Bologna, 2004
- Ayala Malach Pines, *Falling in Love: Why We Choose the Lovers We Choose*, Routledge, 1999
- Barnes M.L. (a cura di), *La psicologia dell'Amore*, Bompiani, 1990
- Bauman Z., *Amore liquido - Sulla fragilità dei legami affettivi*, Editori Laterza, 2003
- Bianca P. Acevedo, Arthur Aron, Helen E. Fisher, Lucy L. Brown, *Neural correlates of long-term intense romantic love*, *Soc Cogn Affect Neurosci.* Feb; 7(2): 145–159, 2012
- Bianca P. Acevedo, Arthur Aron, *Does a Long-Term Relationship Kill Romantic Love?*, *Review of General Psychology*, Vol. 13, No. 1, 59–65, 2009
- Borrelli Anna Paola, *L'amore e le differenze psicologiche e comportamentali tra uomo e donna*, Bonomi, 2012
- Bowlby J., *Attaccamento e perdita*, trad it. Bollati Boringhieri, vol. 1, Torino, 1969
- Bowlby J., *Costruzione e rottura dei legami affettivi*, Raffaello Cortina Editore, Milano, 1982
- Cacioppo, S., Bianchi-Demicheli, F., Frum, C., Pfaus, J.G., Lewis, J.W., *The common neural bases between sexual desire and love: a multilevel kernel density fMRI analysis*, *J Sex Med*, 9 (4): 1048-54, 2012
- Cacioppo Stephanie, Bianchi-Demicheli Francesco, Frum Chris, Pfaus James G., Lewis James W., *The Common Neural Bases Between Sexual Desire and Love: A Multilevel Kernel Density fMRI Analysis*, 2012

Cattaneo Luigi, Rizzolati Giacomo, Arch Neurol 66, n 5, 557-560, 2009

De Boer A, van Buel EM, Ter Horst GJ, *Love is more than just a kiss: a neurobiological perspective on love and affection*, Neuroscienze; 201:114-24 (ISSN: 1873-7544), 2012

Dell'Osso L, Decreased. *Lymphocyte dopamine transporter in romantic lovers*, 2017

Della Ragione Achille, Della Ragione Marina, *La Bibbia dell'amore*, Napoli Arte, 2015

Dick Swaab, *Noi siamo il nostro cervello. Come pensiamo, soffriamo e amiamo*, Elliot, 2011

Erich Fromm, *L'arte d'amare*, traduzione di Marilena Damiani, collana Il Saggiatore, Arnoldo Mondadori Editore, 1963

Esch T., Stefano G.B., *The neurobiology of love*, *Neuroendocrinology Letters*, 26(3), 175-192, 2005

Franzan Giuliano, Conferenza, *Fasi della vita e tempi dell'amore e della sessualità all'interno della coppia*

Giusti E., Pitrone A., *Essere insieme - terapia integrata della coppia amorosa*, Sovera, Roma, 2004

Gocci G., Occhini L., *Appunti di Psicologia Sociale*, Guerini Scientifica, 1996

Grimm D., *How the wolf became the dog*, Science. 2015 Apr 17; 348 [6232]: 277

Hazan C., Shaker P., *Romantic Love conceptualized as a attachment process*, Journal of personality & Social Psychology, N° 52, pp. 511-524, APA Washington, 1987

John Gottman, *The Seven Principles for Making Marriage Work*, Harmony Books, 1999

K. Daniel O'Leary et al, *Is Long-Term Love More than a Rare Phenomenon? If So, What are Its Correlates*, Social Psychological and Personality Science, 3(2):241-249, 2012

Klaus M. Stiefel, Alistair Merrifield, and Alex O. Holcombe, *The claustrum's proposed role in consciousness is supported by the effect and target localization of Salvia divinorum*, Front Integr Neurosci, 8: 20, 2014

Langeslag S.J. et al., *Measuring romantic love: psychometric properties*

- of the infatuation and attachment scales*, J Sex Res. 50 (8): 739-47, 2013
- Lindsay C. Gibson, *Figli adulti di genitori emotivamente immaturi. Come guarire dalle ferite causate da genitori distanti, respingenti o egocentrici*, Antonio Vallardi Editore, Milano, 2023
- Lopez D., Zorzi L., *Narcisismo e amore. La teoria della complessità, dell'et-et e della distinzione*, Colla editore, 2005
- Mahler M., *On human symbiosis and the vicissitudes of individuation*, International Universities Press, New York, 1986
- Marazziti D., *La natura dell'amore – conoscere i sentimenti per viverli meglio*, Bur, Milano, 2004
- Maslow, A. H., *A Theory of Human Motivation*, Psychological Review, 50(4), 370-96, 1943
- Maslow, A. H., *Toward a Psychology of being*, Princeton: D. Van Nostrand Company, 1962
- Merton Robert King, *La profezia che si autoavvera, in Teoria e Struttura Sociale*, II, Bologna, Il Mulino, 1971
- Michel Reynaud, *L'amore è una droga leggera*, TEA, 2009
- Mylene Bolmont, John T. Cacioppo e Stephanie Cacioppo, *Love Is in the Gaze: An Eye-Tracking Study of Love and Sexual Desire*, July 2014, Psychological Science 25(9)
- Neuburger R., *La coppia. Il suo mito, il suo terapeuta*, Franco Angeli Editore, Milano, 2001
- Nicolas Guéguen, *Psicologia del consumatore*, il Mulino, 2009
- Norwood Robin, *Donne che amano troppo*, Feltrinelli, 2013
- Ortigue et al., *Neuroimaging of love: fMRI meta-analysis evidence toward new perspectives in sexual medicine*, studio dell'Università di Syracuse e pubblicato sul Journal of Sexual Medicine, 2010
- Pellai Alberto, *L'adolescente di fronte all'amore*, Cittadini in crescita, nuova serie, unico 2015
- Rizzolatti G., Sinigaglia C., *So quel che fai. Il cervello che agisce e i neuroni specchio*, Raffaello Cortina Editore, Milano, 2006
- Rizzolatti, G., Voza, L., *Nella mente degli altri. Neuroni specchio e comportamento sociale*, Zanichelli, Torino, 2008
- Robert Cialdini, *Le armi della persuasione*, Giunti Editore, 1984
- Rogge et al., *Is Skills Training Necessary for the Primary Prevention of Marital Distress and Dissolution? A 3-Year Experimental Study of Three*

Interventions, September 2013, Journal of Consulting and Clinical Psychology 81(6)

Song H et al., *Love-related changes in the brain: a resting-state functional magnetic resonance imaging study*, Front Hum Neurosci, 13 (9): 71, 2015

Sternberg R., *A triangular theory of Love*, Psychological Review, 83, pp.119-135, 1986

Sternberg R.J., *Love, sex, e intimacy*, Psychological Review, N° 93, pp. 119-135, 1986

Sternberg R. J., Barnes M.L., *La psicologia dell'amore*, Bompiani, 2002.

University of Colorado at Boulder. *Science confirms it: Love leaves a mark on the brain*. ScienceDaily. ScienceDaily, 12 January 2024

Wahring, I. V., Simpson, J. A., & van Lange, P. A. M. (in press). *Romantic Relationships Matter More to Men than to Women*. *Behavioral and Brain Sciences*, Institut für Psychologie der Humboldt-Universität zu Berlin, 2025

Winnicott D.W., *La famiglia e lo sviluppo dell'individuo*, Roma, Armando, 1968.

Wlodarski and Dunbar, *What's in a Kiss? The Effect of Romantic Kissing on Mate Desirability*, January 2014, Evolutionary Psychology 12(1):178-199

Zeki S., *The neurobiology of love*, FEBS letters, 581(14), 2575-2579, 2007

BIOGRAFIA

Elettra Groppo è nata nei Paesi Bassi, cresciuta a Padova e ha vissuto in Europa. I posti in cui ha abitato sono tanti, i luoghi che ha visto sono ancora di più, ma il viaggio più affascinante che ha intrapreso è quello nell'animo umano. Con un crescente desiderio di comprendere le dinamiche sociali e personali, ha conseguito la laurea in Scienze psicologiche sociali e del lavoro.

Da quindici anni lavora come life coach, con una specializzazione sull'amore e la sessualità. Ha tenuto corsi per aziende e aiutato a migliorare relazioni sul lavoro.

Ha pubblicato con Elmi's World **Due non è il doppio di uno** (2010) sulla tematica della bisessualità; **Al di là del fiume** (2011) dedicato al cambiamento relazionale in concomitanza con il cambiamento sociale e urbanistico; **Sogni inquinati** (2012) sull'importanza dei sogni e dell'immaginazione nella nostra vita; **Corto circuito** (2015) su come il cambiamento tecnologico abbia cambiato le relazioni sociali; **Prendimi adesso** (2016) sulla forza del desiderio contrapposto all'amore; **Riflessi imperfetti** (2017) sul rapporto madre-figlia.

Nel 2012 ha vinto il concorso "*Donne in opera*" venendo così pubblicata nell'antologia dedicata con il racconto **Il seme di un sogno**.

Nel 2016 compare anche con il racconto **Una nuova pista** nell'antologia *Over60-Women*.

RINGRAZIAMENTI

Il primo tributo non può che andare ad Emilie, la persona che mi ha fatto crescere di più e che mi aiuta quotidianamente a creare nuove teorie sul mondo e che insieme testiamo.

Ringrazio Marcello Moccia, amico neurologo, che ha controllato che nel testo non abbia scritto cose errate.

Ringrazio tutte le mie relazioni disfunzionali per avermi insegnato che non esiste un solo modo di amare, ma anche che non fanno per me.

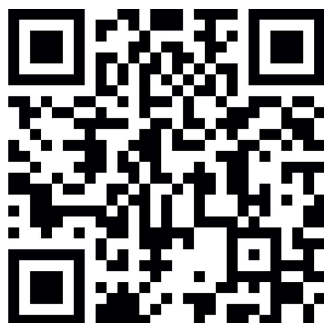
Ringrazio tutti i pazienti che ho avuto per aver condiviso con me le loro ferite e difficoltà, facendomi conoscere ogni volta una sfumatura in più dell'essere umano.

E ringrazio tutte le persone che mi hanno raccontato i loro amori, quelli dei loro amici e dei loro conoscenti, aiutandomi indirettamente a scrivere questo libro.

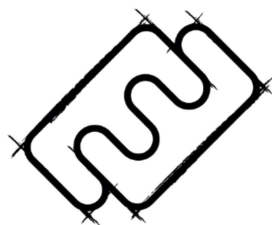
SITI WEB

Per comodità di navigazione è possibile trovare i link di articoli e studi citati al seguente indirizzo:

<https://www.elmisworld.com/libro/identikitdiunamore/>



Nomi, personaggi, luoghi e avvenimenti sono frutto dell'inventiva dell'autore e vengono usati in maniera fittizia. Qualsiasi somiglianza con persone reali, vive o defunte, fatti o luoghi è assolutamente casuale.



Casa editrice Elmi's World

Questo volume è stato stampato presso
E. Lui Tipografia S.r.l.
sede operativa Reggiolo (RE)

Amore: istruzioni per l'uso? Magari!

Questo libro è piuttosto un identikit divertente e consapevole per esplorare il labirinto dei sentimenti. Dimentica le formule magiche e preparati a scoprire 21 modi diversi di amare, influenzati da età, genere, contesto... e persino dall'oroscopo! Una guida ironica per capire meglio te stesso/a, cosa cerchi davvero e, perché no, sorridere un po' delle tue avventure amorose.

Allo stesso tempo, il testo offre una lettura approfondita e sfaccettata dell'amore: esplora come rimodella il cervello, influenza le emozioni e assume forme diverse, dall'attrazione iniziale fino alle dinamiche più mature o disfunzionali. L'educazione, l'esperienza personale e i condizionamenti sociali vengono analizzati per comprendere meglio perché amiamo, come amiamo e come possiamo farlo in modo più consapevole.

Sei pronto/a a riconoscere il tuo identikit?

“

L'amore non è una destinazione, ma un viaggio che richiede adattamento, comunicazione e crescita costante.

”

Art director: Archistico di Rollandin Emilie

21,00€
IVA INCL.

Disponibile in
ebook



Casa editrice
ELMI'S WORLD
www.elmisworld.it

ISBN: 978-88-8549076-5

