



**SAPIENZA**  
UNIVERSITÀ DI ROMA

# **Alessitimia e dipendenza affettiva Prospettive neurologiche e psicologiche**

**Facoltà di Lettere e Filosofia**

**Corso di laurea in filosofie della conoscenza: scienze, politica, comunicazione**

**Candidata**

**Mafalda Alfinito**

Relatore

Prof. Nunzio Allocca

Correlatore

Prof. Alfredo Brancucci

A/A 2015/2016

## **Abstract**

Che cos'è l'alessitimia? E in che modo rende complicata e sterile la vita di chi ne è affetto? Attualmente, la maggior parte degli individui resta sorpreso quando ascolta questa parola. Sono ancora tantissime, infatti, le persone che non sanno che cosa sia questo disturbo. Tuttavia, sebbene questo costrutto non sia ancora molto conosciuto, è frequente incontrare nella propria vita persone che ne soffrono pur non essendone consapevoli.

In questo lavoro mi sono proposta di dare una spiegazione esaustiva di cosa sia l'alessitimia e in particolare di illustrare la sua correlazione con le dipendenze patologiche. Anche se spesso farò riferimento a tutti i tipi di dipendenze, mi soffermerò con maggiore attenzione sul problema della dipendenza affettiva dimostrando che tra questa e l'alessitimia esiste una correlazione positiva.

Nel primo capitolo ho dato una definizione di che cosa sia l'alessitimia e in che modo questo tipo di disturbo si manifesta. Dopo di ciò, ho esposto una rassegna di tutti gli strumenti di misurazione usati maggiormente nel passato e nel presente per valutare il livello del deficit nei pazienti. Da questo capitolo emergerà la problematicità di trovare uno strumento completamente efficiente ai fini dell'identificazione del disturbo nei soggetti.

Nel secondo capitolo ho spiegato cosa si intende per dipendenza affettiva ed ho illustrato le dinamiche che si sviluppano all'interno di una relazione insana. Ho confrontato i modi non equilibrati di molti soggetti di rapportarsi al proprio partner con i principi che sono invece alla base di una relazione di coppia sana e appagante. Oltre a ciò, ho anche identificato dei concetti che sono fondamentali per comprendere il sistema di credenze del dipendente affettivo, in quanto è proprio il suo modo distorto di intendere gli affetti ad innescare il circolo della dipendenza. In seguito, ho fornito una spiegazione di cosa sia la codipendenza e ho confrontato la dipendenza affettiva con altri tipi di dipendenze patologiche per scoprire se tra esse possa esserci una correlazione. Infine, dopo aver affrontato l'argomento dei problemi dell'affettività da un punto di vista prettamente psicologico, ho illustrato anche l'opinione a riguardo della teoria evoluzionista e di ciascun approccio proposto sono stati evidenziati punti forti e limiti.

Nel terzo capitolo, mediante l'esposizione di diversi esperimenti effettuati su soggetti con problemi di dipendenza patologica e dipendenza affettiva, ho dimostrato come l'alessitimia sia un disturbo presente in molti dei pazienti che hanno fatto parte dei vari campioni scelti. I dati esibiti aiuteranno ad avere una maggiore comprensione del tipo di

dinamica insana che intercorre tra i partner amorosi e quanto l'ambiente familiare di origine sia importante nello sviluppo della patologia dei dipendenti. All'interno di questo capitolo ho anche illustrato la teoria dell'attaccamento proposta da John Bowlby nel secolo scorso e ciò è stato utile per comprendere meglio il background sia dei pazienti alessitimici sia di quelli dipendenti.

Infine, nel quarto e ultimo capitolo, ho parlato ancora di alessitimia iniziando da ciò che per definizione è il suo contrario, ovvero l'empatia. Mediante la spiegazione di alcuni assunti della teoria delle emozioni risulterà più semplice comprendere cosa siano i disturbi della regolazione affettiva. Importante ai fini di questa ricerca sono anche gli studi effettuati nell'ambito delle neuroscienze affettive e per questo ho fornito una spiegazione dettagliata su alcuni dei meccanismi neurali responsabili dello sviluppo dello stato di dipendenza patologica nei soggetti.

Seguiranno le conclusioni finali al lavoro.