



Psicologa Psicoterapeuta
Dr.ssa Roberta MORICONI



La maschera



Ogni giorno indossiamo delle maschere forse o per proteggerci e fare in modo di riuscire ad esprimerci, svelando le diverse parti della nostra personalità, o per nascondere ad altri parti di noi che non ci piacciono. Con la quotidianità, con le abitudini e i ruoli da svolgere che gradualmente costruiamo e consolidiamo le nostre maschere.

L'età in cui si esplorano le diverse maschere è l'adolescenza, un'età in cui lo sperimentare stili di abbigliamento diversi, linguaggi, mode, servono al giovane per trovare una propria identità in una società che lo porterà come adulto ad assumersi responsabilità ed impegni stabili nel tempo. Spesso però l'utilizzo di maschere prosegue oltre l'età adolescenziale per bisogni come quello di proteggersi dal giudizio o per assumere un ruolo che si ritiene socialmente accettabile.

La maschera esprime anche il desiderio di diventare un altro, ma può anche essere un modo per saper ridere di alcuni aspetti di se stessi. L'immagine di sé è soggetta nel corso della vita a dei cambiamenti, in relazione ai diversi periodi, che devono essere attraversati per giungere all'integrazione di tutte le identità parziali della persona. In ambito psicologico la maschera rimanda all'identità di ciascuno di noi.

Essere consapevoli delle proprie maschere può aiutarci a identificare le nostre parti lasciate in ombra, per imparare ad usarle o a riconoscere i bisogni sottostanti per gestire i conflitti interiori. Il primo passo è quello di diventare consapevoli delle diverse parti di noi, anche quelle che non ci piacciono e che sono in contraddizione con quello che invece ci piace mostrare. Solo dopo averle fatte nostre possiamo integrarle in una sintesi armoniosa che porterà ad una rinascita interiore.

Psicologa Psicoterapeuta
Dr.ssa Roberta MORICONI
Studio: Via Sant'Anna 13 – 00024 Castel Madama (RM)
Cell. 349.5559062
e-mail: info@robertamoriconi.it
Sito web: www.robertamoriconi.it

