

(Italiano) Si può perdonare un tradimento nella coppia?

(Italiano) **Cosa vuol dire etimologicamente la parola tradire? Significa "consegnare al nemico", in senso lato: "violare o venire meno ad un patto". Si può tradire in molti modi nella relazione di coppia.** Tutte le volte che si viene meno al patto di fiducia e reciproco amore. Si tradisce quando si preferisce il lavoro, la carriera, anche i figli o gli impegni sociali al proprio partner. Nel nostro immaginario però il **tradimento per eccellenza è quello costituito dalla relazione extraconiugale** e sappiamo che la scoperta di essa può determinare un forte trauma in una coppia. **Le emozioni più frequenti sono quelle di forte sconcerto, disorientamento, costernazione.** *"Non lo riconosco più, sembra sotto un incantesimo"*, mi dice Maria parlando del marito. *"Non avrei mai immaginato che potesse farmi questo!"*, mi dice invece Giovanni della moglie. Ci si sente feriti nella fiducia e nella sicurezza ed è questa la ferita più grande.

Ma **si può prevenire un tradimento? Ci sono segnali di crisi** che possono essere letti come premonitori? La letteratura dice che i comportamenti della coppia sono fortemente influenzati da vari fattori, per esempio la fase in cui si trova la coppia nel suo ciclo di vita, le dinamiche individuali e di coppia, il sistema di valori e l'ambiente socioculturale in cui si vive, l'insoddisfazione sessuale.

Lo psicologo americano David Lusterman ha osservato specificamente come le coppie possano orientarsi al tradimento con quattro modalità:

- **Relazione esplorativa:** nella quale si mette alla prova la solidità e la desiderabilità del proprio rapporto coniugale andando a scoprire se si può trovare altrove una compagnia migliore, una conversazione migliore, un sesso migliore o magari una cucina migliore.
- **Relazione tripode:** nella quale si utilizza un atto di infedeltà per minimizzare la paura di un'eccessiva intimità psicologica o il timore di venire bloccati e soffocati dentro una relazione in cui ci si sente limitati.
- **Relazione di rappresaglia:** l'infedeltà come strumento per vendicarsi del partner da cui si ritiene di aver subito un torto.
- **Relazione d'uscita:** nella quale tradire è la base di lancio per liberarsi definitivamente di una relazione di coppia considerata ormai insopportabile

Ma una volta che il tradimento viene alla luce, si può superare? Se una coppia vuole lavorare sulla relazione extraconiugale che li ha travolti deve farsi carico di molta pazienza e avere consapevolezza di un grande lavoro da svolgere: non può essere accantonata come *"semplice incidente di percorso"*, ma va sviscerata perché se ne comprenda il senso e si prevenano recidive. Nell'elaborazione del tradimento alcuni autori parlano di **diversi livelli, come degli step da raggiungere.**

Il 1° Livello è scegliere la propria famiglia anziché l'amante. Il coniuge che ha tradito può scegliere di tornare indietro per tutta una serie di ragioni, ma questo non significa necessariamente che sta rinunciando al proprio amante, cioè che sceglie inequivocabilmente di interrompere la relazione, sia materialmente sia dal punto di vista emotivo. In altre parole **opta per la sua famiglia, piuttosto che per il coniuge.** Si tratta di un livello molto primitivo di scelta e di impegno ed è **estremamente probabile che la relazione extraconiugale si ripresenterà** o che sarà seguita da un'altra. *"Ho scelto di restare per i figli - dice Marco -, ma continuo a*

pensare a quell'altra persona e chattiamo di nascosto".

Il 2° Livello è scegliere il matrimonio, piuttosto che l'amante. Dice Filippo: *"Quando mi guardo intorno capisco che questa è la miglior scelta per me. Rinuncio alla mia relazione extraconiugale se questo è proprio necessario per tenere in piedi il matrimonio. Forse l'amore non è così importante"*. Anche a questo livello, **la probabilità che la relazione extraconiugale continui o abbia un nuovo inizio aumenta** non appena si rialza il livello di frustrazione o di insoddisfazione nel rapporto coniugale.

Il 3° Livello è scegliere consapevolmente il rapporto coniugale. A questo livello ogni coniuge riconosce che il rapporto di base ha molte buone qualità e la coppia prova ad impegnarsi ad acquisire ciò che le manca (per esempio, intimità, passione). Ma può rimanere ancora il bisogno di mantenere il contatto con l'amante, almeno mentalmente, per lasciarsi una porta aperta, nel caso in cui gli obiettivi di miglioramento della coppia non vengano raggiunti. Mi dice Francesca: *"Ho chiuso con il mio collega e sto provando a recuperare con mio marito, ma so che se le cose non dovessero funzionare di nuovo sarei di nuovo lusingata dalle attenzioni del mio collega"*.

4° Livello è scegliere il coniuge nella sua interezza. Soltanto a questo punto ci sono tutti i presupposti per un impegno vero e completo. Il coniuge non solo desidera sinceramente interrompere la relazione, ma intende anche mantenere la promessa di non impegnarsi in una nuova. Così conclude Riccardo una seduta di coppia: *"Sono profondamente pentito di aver tradito mia moglie e voglio impegnarmi con tutto me stesso per avere il suo perdono. Non posso cancellare ciò che c'è stato, ma voglio vivere perché non accada mai più"*.

Autore: Lucia Coco

Fonte: Città Nuova