

Lui, lei, l'altro:
una situazione
che suscita
sentimenti
variegati e tanti
interrogativi.
Che abbiamo
girato a
due esperti



tradimento... parliamone!

Dietro la parola tradimento c'è molto. Ci sono baci infiniti e fiumi di lacrime, fuggevoli sguardi e occhiate sospettose, incontenibile eccitazione e opprimente delusione. L'infedeltà, in effetti, è un'esperienza che richiama ogni sorta di sentimento: l'amore, il dolore, il rimorso, la nostalgia, la rabbia. Non a caso - provare per credere - è un argomento di discussione che accende sempre gli animi. Si tradisce perché non

Valentina Lodovini contesa dai fratelli Alessandro Gassman e Luca Argentero nel film *La donna della mia vita*, di Luca Lucini.

si ama più? È giusto confessare una scappatella? Si può essere infedeli solo con il pensiero? Su queste e altre domande si scatenano dibattiti tanto appassionati quanto inevitabili. Per provare a fare chiarezza, le abbiamo rivolte a due psicologi, Willy Pasini e Roberto Cavaliere, che da anni si occupano di relazioni di coppia (clandestine e non). Ecco le loro risposte.

Chi tradisce non ama più?

«Direi di no», risponde Roberto Cavaliere, psicologo a Napoli e responsabile del sito www.maldamore.it. «In genere non si tradisce perché viene meno l'amore, ma perché nella storia parallela si trova qualcosa che nella coppia non c'è più. Molto spesso è la passione che si è affievolita. Se però permangono affetto, complicità, progettualità, il sentimento amoroso, seppur in forma diversa, resiste». «Con il passare degli anni, la sessualità lascia spazio alla tenerezza», aggiunge Willy Pasini, sessuologo e autore di *Amori infedeli. Psicologia del tradimento* (Mondadori, 172 pp). «È un processo ormonale: la dopamina, che alimenta il desiderio, viene sostituita dall'ossitocina, che stimola la tenerezza. Ci sono persone, però, che hanno bisogno di sentirsi sempre innamorate, quindi tradiscono, senza rinunciare al partner ufficiale».

C'è una predisposizione al tradimento?

Secondo la State University di New York, esiste un gene che spinge verso la scappatella. «Non è una questione di Dna, ma di esperienze emotive», commenta Roberto Cavaliere. «Ci sono persone più inclini all'infedeltà perché riproducono un copione familiare: cresciuti con genitori che tradivano, ne copiano le modalità di rapporto. Esiste anche il traditore seriale: incapace di vivere una storia fino in fondo, usa la relazione clandestina come pretesto per non impegnarsi perché teme che l'intimità lo renda debole e dipendente. Infine, c'è il narciso che tradisce per avere conferme sulle sue capacità di seduzione».

Bisogna confessare?

«No, se si tratta di una scappatella», afferma Cavaliere. «L'infedeltà passeggera segnala un malessere sul quale occorre interrogarsi, ma non è detto che nel farlo si debba coinvolgere il partner. Il consiglio è di non fare rivelazioni a cuor leggero, ma valutare prima se l'altro riesce a reggere il dolore. Senza dimenticare di chiedersi qual è il motivo che ci spinge a "vuotare il sacco": può essere un desiderio inconscio di fare del male al partner ufficiale».

L'INFEDELTÀ FA BENE AL SESSO?

«Contrariamente a quanto si crede, la coppia può trarre vantaggio dalla scappatella di uno dei due», afferma Pasini.

«Succede quando la relazione "clandestina" alimenta la curiosità sessuale e permette di superare dei tabù, ampliando così gli orizzonti erotici all'interno della coppia ufficiale. Inoltre, la gelosia può essere "afrodisiaca": sapere che ci possono essere dei rivali aiuta a non dare nulla per scontato e a guardare il partner con rinnovato desiderio».



Nella pellicola *Last night* (di Massy Tadjedin), Michael (Sam Worthington) parte per un viaggio di lavoro con la collega Laura (Eva Mendes). Il fatto, e quel che ne nasce, sconvolgerà la sua vita.



Vittoria Puccini e Stefano Accorsi nel film *Baciarmi ancora* (di Gabriele Muccino). I due attori interpretano Giulia e Carlo, una donna e un uomo che tornano insieme dopo essersi amati, odiati, traditi.

Si tradisce anche con una scappatella?

«Ma era solo una storia di sesso!». Ecco una delle formule con cui si sdrammatizza, cercando di sminuire la portata del proprio tradimento. «L'evasione, seppur momentanea, non va sottovalutata», spiega Cavaliere. «Non che si debbano fare drammi, ma è bene riflettere sul motivo che ci ha spinti nelle braccia dell'altro. Quindi: anche una storia di sesso merita attenzione.»

Che significato hanno i rapporti consumati in chat?

In Italia, circa un milione di donne ha una relazione in rete, dice uno studio della Società italiana di terapia cognitivo-interpersonale. È tradimento? «A ben guardare no: non ci sono baci, non c'è sesso», commenta Willy Pasini. «Però esercita un certo fascino, perché su Internet sono aboliti i corpi, non esistono ruoli sociali, né differenze culturali, ma solo uno scambio di parole su uno schermo che crea emozione. È quasi una fuga nell'immaginario. In questo spazio l'altro, più che un compagno d'incontri focolosi, diventa l'attaccapanni delle nostre fantasie».

«La relazione "virtuale" può rappresentare dei rischi se sottrae tempo e spazio alla vita di coppia scatenando gelosie peraltro lecite: in questo caso è bene chiedersi perché si investe emotivamente e affettivamente non sul proprio partner, ma su una persona che rimane distante», aggiunge Cavaliere.

L'infedeltà mette fine a una storia?

A volte, la comparsa dell'amante decreta la fine della relazione (in effetti l'infedeltà è ancora tra le cause più frequenti di separazione), ma spesso si tratta di rapporti zoppicanti. Nella maggior parte dei casi, invece, la crisi può essere superata. «L'adulterio non è una bomba che fa esplodere la coppia, ma una spia che la mette in allarme e che può aiutare a focalizzare e superare alcuni problemi», sottolinea Roberto Cavaliere. Alcuni

rapporti traggono addirittura beneficio dalla comparsa di un amante, che da "terzo scomodo" si trasforma in "terzo comodo". «Succede quando una donna ama suo marito, ma si annoia a letto con lui», aggiunge Pasini. «L'amante rappresenta una valvola di sfogo che mantiene l'equilibrio e permette alla coppia di rimanere unita». Ma il tradimento è un'esperienza molto dolorosa per chi lo subisce: in tal caso, quindi, va tenuto nascosto.



Scarlett Johansson e Jonathan Rhys Meyers in una scena di *Match point*, di Woody Allen. Tra i due si scatena una passione incontenibile. Fino a quando l'uomo sceglierà la moglie, a scapito dell'amante.

consigli per i traditi

Il tradimento mina l'autostima e incrina la fiducia nell'altro. Gabriella Seghenzi, psicologa, offre alcuni consigli per "sopravvivere".

- Concedersi del tempo per riflettere su se stessi e la relazione, cercando di capire se si riuscirà davvero a perdonare o se restare insieme è solo un modo per non rimanere soli.
- Durante il periodo di riflessione, cercare di pensare a se stessi, dedicandosi ai propri interessi, allo sport, a un hobby, a qualsiasi cosa possa servire a incanalare le proprie energie e distogliere il pensiero.
- Evitare di colpevolizzarsi: se si è stati traditi, spesso il problema appartiene alla coppia.
- Se si decide di perdonare, non fare troppe domande. Conoscere i dettagli più intimi non cambia la realtà.

Dire all'amica che il marito ha l'amante?

La situazione non è rara: si sorprende il compagno di un'amica in atteggiamento inequivocabile con un'altra e non si sa se "denunciarlo", o fare finta di niente. «Il consiglio è non dire nulla, perché non si conoscono i retroscena di una storia e non si sa se la persona è pronta alla rivelazione», suggerisce Cavaliere. «Meglio offrire all'amica qualche spunto per ragionare sul suo rapporto, per farle aprire gli occhi o almeno prepararla a sgradevoli scoperte».

Quando non si può assolutamente perdonare?

«Esiste un "tradimento infame"», dice Willy Pasini. «È quello in cui l'amante fa parte della famiglia o è un caro amico del partner. In tal caso vanno in crisi anche l'amicizia e gli affetti». Il partner si sente tradito due volte e si innesca una vera e propria reazione a catena con conseguenze difficili da riparare. In più, spesso in questi casi si agisce guidati da sentimenti che non hanno nulla a che fare con la passione amorosa: si tradisce con gli amici del compagno o i fratelli perché più o meno consapevolmente si covano sentimenti di rabbia o vendetta.

Uscita dalla crisi, la coppia è più salda?

«Sì», avverte Cavaliere. «A condizione che la persona "tradita" possa elaborare il suo dolore, esprimendo liberamente rabbia e delusione. Successivamente ci si può chiedere cosa ha fatto nascere l'esigenza di un'altra storia. Il sesso noioso? Il dialogo carente? L'assenza di progetti? Una volta identificati i punti deboli del rapporto si cercherà di superarli insieme. La disillusione, inoltre, permette di abbandonare l'immagine romantica ma infantile della coppia (come l'errata convinzione che "si sa tutto dell'altro" e che "ci si amerà per sempre") avviando un legame più condiviso, consapevole e maturo».

Enrica Belloni