

È COME UN LUTTO

Primo step è l'elaborazione del tradimento, che nella coppia viene vissuto quasi come un lutto. È bene prendersi del tempo per riflettere su quanto successo, comprendendo fino a che punto si è disposti a cancellare il tutto. Perché se si decide per il perdono, è importante che perdono sia, sotto tutti i punti di vista. «Provare rabbia e rancore è normale e comprensibile di fronte alla famosa "corna", per questo è importante riflettere con razionalità per capire se vale la pena o meno continuare la relazione. Lasciarsi guidare dall'orgoglio può rivelarsi pericoloso perché non fa altro che alimentare la rabbia».



Francesco e Ambra



Cristina e Giorgio



Hillary e Bill

Può aiutare rivolgersi a un esperto

Le scappatelle possono rivelarsi anche un'occasione per ripartire da zero e impostare la relazione in modo differente, ascoltando le esigenze dell'altro. L'aiuto di una persona esterna, per esempio di uno psicoterapeuta o di un sessuologo, può rivelarsi determinante. «Un esperto aiuta a capire i passaggi che hanno portato una persona a tradire, velocizzando il processo di perdono e cancellazione della scappatella» precisa il dottor Rossi, che ricorda: «è fondamentale che i partner però collaborino e desiderino davvero superare questo evento, affrontandolo senza lasciarsi trasportare dal risentimento».

Non lasciarsi sopraffare dall'orgoglio

Il tradimento è un evento che rappresenta una frattura all'interno della coppia, portando a ripensare a come è stata gestita e affrontata la relazione. Non solo da parte di chi tradisce, ma anche da chi subisce la scappatella. «Il tradimento è uno spartiacque nella coppia: dopo questo, che si decida di perdonare o meno, niente sarà più come prima» commenta Rossi. ■ «Quando una persona tradisce significa che non vive più bene il rapporto con il partner, che prova dell'insoddisfazione. Chi viene tradito ha le sue colpe, magari nel non aver dato le giuste attenzioni all'altro». Un esame di coscienza si rivela quindi necessario per entrambi.

TRADITORI SERIALI? MEGLIO LASCIARLI PERDERE

Su un tradimento si può passare sopra, ma se diventa un'abitudine può essere la spia di un problema serio all'interno della coppia. «Perdonare fa bene, ma attenzione a chi non perde il vizio: chi tradisce spesso non smetterà mai» afferma il dottor Rossi. «Chi è abituato a comportarsi in questo modo difficilmente cambierà, meglio allora prendere due strade diverse e riservare il perdono a chi lo merita».

Servizio di Alessia Lucchese. Con la consulenza del dottor Marco Rossi, sessuologo e psichiatra a Milano.