PERCHEÂ' SI TRADISCE?

Stili di vita

Inviato da : Celeste Stella

Pubblicato il : 21/9/2024 10:00:00

Il senso piÃ¹ profondo dell'amore nasce dal reciproco desiderio di dare qualcosa di sÃ© all'altro, di condividere pensieri, stati d'animo, emozioni, ma anche quotidianitÃ , concretezza e disagi quotidiani. L'elemento fondante di un rapporto sano Â Ã¨ ilÂ patto di fiduciaÂ vicendevole,Â vero Â“collante psicologicoÂ”Â che tiene unita la coppia anche di fronte alle difficoltÃ piÃ¹ sconvolgenti. Il tradimento genera una frattura dolorosa proprio perchÃ© logora questo patto di fiducia, cosÃ¬ la persona tradita avverte un senso di forte vulnerabilitÃ , perde le sicurezze acquisite col tempo e gli equilibri vengono completamente messi in discussione.

PerchÃ© si tradisce?

Ã

Nella maggior parte dei casi l'infedeltÃ nasce da problemi non risolti, Ã¨ il segno evidente che qualcosa non funziona. Le possibili cause sono diverse, ecco le piÃ¹ comuni:

- Scarsa comunicazione
- calo dell'attrazione fisica
- desiderio di trasgressione
- mancanza di interessi comuni
- stress di coppia
- frequenti litigi

Tali problemi spesso restano sullo sfondo, ci si rifiuta di vederli, come se tutto procedesse nel migliore dei modi. CiÃ² accade perchÃ© le nostre percezioniÃ soggettive, ossia il modo in cui viviamo le cose, sono talvolta (per fortuna non sempre) diverse da ciÃ² Ã che accade concretamente nella realtÃ . L'errore piÃ¹ comune Ã¨ quello di cullare dentro di sÃ© l'illusione di vivere un legame amoroso perfetto, trascurando i piccoli segnali negativi che di volta in volta vengono trasmessi dal partner.

E' importante sottolineare che in alcuni casi si tradisce anche per problematiche non strettamente legate alla coppia, ad esempio per immaturitÃ .

PuÃ² succedere, inoltre, di aver provato una momentanea attrazione verso qualcuno che ha risvegliato quella passione spenta da troppo tempo.

Esistono anche i cosiddetti Ã"traditori (o traditrici) serialiÃ", che sono portati a cambiare spesso partner per mostrare a sÃ© stessi la propria Ã"efficienza sessualeÃ".

Ogni storia, dunque, ha una sua diversa complessitÃ ed Ã¨ giusto evitare banali generalizzazioni.

Esiste l'identikit del potenziale traditore?

Storicamente il traditore per antonomasia Ã¨ Giuda Iscariota, colui che attraverso un bacio ha consegnato GesÃ¹ nelle mani di coloro che poi lo hanno ucciso.

Secondo i luoghi comuni il soggetto maggiormente propenso all'infedeltÃ Ã¨ generalmente di un uomo che viaggia spesso per lavoro. Se diamo un occhiata alle statistiche, invece, ci accorgiamo immediatamente di quanto questa notizia sia falsa. Nella realtÃ anche le donne hanno le loro scappatelle e inoltre si puÃ² tradire pur conducendo una vita apparentemente riservata.

Anche in questo caso le generalizzazioni non aiutano, anzi non fanno altro che alimentare fastidiosi e inutili sospetti.

Quali sensazioni si provano in seguito alla scoperta di un tradimento?

E' bene premettere che ognuno di noi ha un proprio modo di affrontare le situazioni, molto dipende dalle proprie caratteristiche di personalitÃ , dal carattere, dalle esperienze precedenti, dai vissuti dell'infanzia, dalle aspettative e dall'importanza attribuita al rapporto.

In linea di massima vengono generalmente sperimentati questi stati d'animo:

- DifficoltÃ a comprendere le ragioni di quanto accaduto;
- Stupore
- Senso di vuoto
- Rabbia
- Desiderio di vendetta (viene provato solo in alcuni casi, ma ciÃ² non consente di elaborareÃ il dolore in modo adeguato)
- Perdita dell'autostima
- Svalutazione di sÃ©
- Perdita di fiducia nell'altro
- DifficoltÃ a costruire relazioni future

Cosa fare dopo un tradimento?

La scoperta di un tradimento comporta un grande lavoro interiore, soprattutto quando si mette in crisi la propria autostima.

E' bene concedersi un po' di tempo per riflettere in maniera costruttiva sulla situazione emotiva che si sta vivendo e soprattutto per prendersi cura delle proprie ferite, magari con l'aiuto di un esperto.

Una coppia puÃ² sopravvivere al tradimento?

Certamente, ma molto dipende dalle motivazioni che hanno spinto al tradimento, dagli equilibri della coppia, dalla volontÃ di volersi ritrovare, dai sentimenti, dalla solliditÃ del rapporto.

La chiave Ã¨ appunto la reciprocitÃ , tutto si puÃ² risolvere solamente se si Ã¨ veramente in due a volerlo.

Ã