



DM IN PRIVATO

5 COSE CHE NON SAPEVI SUL LITIGIO

Ricerche ed esperti hanno preso le misure a battibecchi e discussioni. Scopri come, e perché, bistocci con il partner. Farà bene a tutti e due

di CRISTINA SARTO con la consulenza di DANIELA ROSSI, psicoterapeuta. Scrivile a dminprivato@mondadori.it



Secondo gli esperti, discutere molto all'inizio di una storia aumenta le chance che il legame tenga nel tempo.

LA CAUSA SCATENANTE NON DURA PIÙ DI 5 minuti

Tanto serve per accantonare il motivo iniziale del confronto e spostare la discussione su un altro piano: il modo di litigare. Insomma, si abbandona il contenuto per dedicarsi alla forma. Così il diverbio diventa un rimpallo di frasi come: «Abbassa la voce!» o «Non mi stai ascoltando». Capita però che, mentre il problema di partenza passa in secondo piano, si scatenino delle dinamiche di coppia pericolose, come indifferenza o sopraffazione, che uno sguardo distratto o un tono aggressivo sono in grado di rivelare.

Getty

LE DONNE DETESTANO le scuse frettolose

È la strategia preferita dagli uomini che vogliono scappare da una lite. Dal punto di vista femminile, però, è una vittoria a tavolino inaccettabile. Quando una donna inizia una discussione si aspetta che il compagno la ascolti. E che, anche se non la pensa come lei, prenda coscienza del problema. Una scusa abbozzata, invece, sminuisce ciò che per l'altro è importante e chiude la questione prima di affrontarla.

IL PICCO È IL GIOVEDÌ ALLE 8 di sera

Non è un caso se la serata da bollino nero scatta a ridosso del weekend. Il fine settimana che si avvicina fa sentire in dovere di rientrare in intimità con l'altro. Ma di giovedì, con l'ufficio non ancora chiuso, la mente non ha la serenità necessaria per ristabilire un dialogo con il compagno; a maggior ragione di sera, quando anche la stanchezza rende tutti più nervosi. È per questo che, anche di fronte a un banale disaccordo, anziché lasciar correre ci si impunta. E a quel punto la litigata diventa inevitabile.

SI LITIGA 312 volte all'anno

È quanto emerge da una ricerca britannica che ha coinvolto 1.500 unioni di lungo corso. Ma non spaventiamoci, il numero tiene conto di tutti i tipi di litigio: dal piccolo screzio alla scenata. E poi non è il numero di discussioni che determina la tenuta di un rapporto, ma la capacità di ricucire dopo uno strappo. Sono più a rischio i partner che non si scontrano mai: così facendo, alimentano rancori profondi, difficili da risanare.

l'argomento più caldo sono i soldi

Secondo una ricerca del sito www.money.com, la gestione del denaro è motivo di scontro per il 70 per cento delle coppie. C'è una ragione se le discussioni a sfondo finanziario sono ricorrenti e molto accese, a prescindere dalla somma in ballo: non si litiga mai per quanto si spende, ma per quello che il denaro rappresenta. Secondo alcuni (e non è detto che siano le donne), i soldi sono importanti in virtù del fatto che spenderli rende felici. Altri godono del denaro solo quando è depositato in un conto corrente o investito in modo sicuro. Si tratta di due visioni opposte, spesso inconciliabili. Quando convivono in una coppia, lo scontro è garantito.

WWW.DONNAMODERNA.COM 113