Il tradimento: cause e conseguenze. Ne parliamo con il sessuologo Marco Silvaggi

Data: Invalid Date | Autore: Luigi Cacciatori



ROMA, 25 MAGGIO 2019– Le origini dell'adulterio si perdono nella notte dei tempi. Ma cosa spinge le persone a tradire, a mettere in discussone un rapporto stabile o, forse, soltanto apparentemente solido? Nessuna pretesa di consacrare ed ergere sul trono dei giusti gli individui fedeli al loro partner e demonizzare, decretando condanne morali, le persone che commettono adulterio. La riflessione è più ampia. Consiste nel capire le cause e le dinamiche psicologiche che inducono un soggetto a tradire la persona scelta come compagno/a di vita. Ma anche a quali conseguenze emotive si va incontro, nonché le difficoltà da affrontare quando si scopre che l'altro ha fatto sesso all'infuori della relazione amorosa. Scopriamo, grazie all'intervento del**Dottor Marco Silvaggi**, **Psicologo clinico**e **sessuologo**dell'Istituto di Sessuologia Clinica di Roma, quali fattori originano il **tradimento**e le ripercussioni psicologiche negli individui che lo subiscono.

Dottor Silvaggi, il concetto di monogamia è una condizione culturale imposta?

"La monogamia ha una forte base culturale anche se non è un'invenzione culturale. Quando ci facciamo una domanda del genere, non abbiamo punti di riferimento perché la monogamia è una condizione antichissima che si perde nella notte dei tempi e nasce da una modalità della società diversa da quella attuale. Non esiste un prima e un dopo. L'unico modo che abbiamo per cercare di capire come funziona la monogamia è guardare i nostri 'parenti' più prossimi. Ad esempio i primati bonobo, che con l'essere umano hanno il 99,4 per cento del DNA in comune, mantengono relazioni

monogame fino a quando i loro piccoli non siano autonomi. Terminata questa fase, i bonobo iniziano relazioni con altri partner.

Sicuramente, la monogamia è un tipo di relazione che aiuta la coppia nella fase della procreazione e, soprattutto, nel periodo nel quale vengono cresciuti i figli. Nella specie umana, per un periodo molto lungo, i 'cuccioli' sono incapaci di sopravvivere da soli. Hanno bisogno dei loro genitori per moltissimo tempo. Questo è un 'problema' esclusivo degli esseri umani. Nella misura in cui la monogamia è la forma di coppia migliore per garantire ai piccoli la sopravvivenza, è chiaro che nel caso della specie umana può durare anche trenta anni. Esiste dunque una forma culturale, ma che probabilmente ha anche radici biologiche".

Perché le persone tradiscono?

"Le persone tradiscono per una infinità di ragioni ed esistono molteplici tipologie di tradimento. Può essere una questione molto soggettiva. Per alcune coppie, tradire significa avere rapporti sessuali con un'altra persona. Per altre, anche dare un bacio ad un altro individuo può costituire un tradimento, oppure fare un ballo sensuale con altri, o ancora confidare un segreto molto personale a terzi e non al proprio partner.

Nell'accezione più comune dell'espressione, per tradimento intendiamo un rapporto sessuale (anche di tipo non penetrativo) con un altro individuo che non sia il proprio partner. Le ragioni del tradimento possono essere diverse: potrebbe esserci una insoddisfazione sessuale, per cui uno o tutti e due i partner, se entrambi sono insoddisfatti, cercano una soddisfazione meramente sessuale e dunque carnale al di fuori della relazione. In altri casi, invece, l'insoddisfazione può essere relazionale: all'interno della relazione uno dei due soggetti, o entrambi, non trovano più il nutrimento affettivo (ma anche in termini di autostima, riconoscimento, attenzioni) che avevano prima. Nel momento in cui viene meno questo tipo di nutrimento, le persone vanno a cercarlo altrove. Facciamo un esempio: una donna che non riceve più complimenti dal partner perché questi la dà per scontata, è probabile che possa apprezzare i complimenti fatti da un altro uomo. Ma anche un uomo, che all'interno di una coppia sia trattato sistematicamente come un incapace, potrebbe sentirsi apprezzato da un'altra donna che gli dia conto del proprio valore e delle proprie capacità".

Anche le persone che amano il proprio partner possono tradire?

"Anche le persone che amano possono tradire, perché magari l'amore non dà loro qualcosa. E' forse il caso di dire che l'amore non basta: il tradimento potrebbe verificarsi perché la relazione è carente in qualcosa, oppure il rapporto è andato a spegnersi pian piano. L'intimità di coppia, come l'intesa e la sensualità, sono degli aspetti sui quali bisogna sempre lavorare per tenerli in vita. Altrimenti si rischia di spegnerli. In quel caso, il tradimento per molti diventa la soluzione più veloce: se la mia vita sessuale diventa sempre meno soddisfacente, o se il dialogo con il partner perde di intensità e valore, perché fare un grande lavoro di messa in discussione e ricostruzione quando posso percorrere una strada più breve e meno impegnativa? In estrema sintesi, è questo il pericolo al quale vanno incontro le persone che trascurano l'importanza di mantenere vivo il legame di coppia".

Sfatiamo alcuni falsi miti sul tradimento: ad esempio le donne tradiscono per noia e gli uomini per insoddisfazione sessuale

"Gli uomini e le donne tradiscono tendenzialmente per le stesse ragioni. Per le donne ha grande valore il fatto che l'altro cerchi di stupirle, sorprenderle e che non le dia per scontate. Riguardo le donne io non parlerei di noia, ma di delusione. La delusione di essere considerate scontate. Gli uomini, invece, tendenzialmente potrebbero anche tradire per insoddisfazione sessuale (come pure le donne), ma anche per una questione di ego. La conquista sessuale, i complimenti fatti da un'altra

donna, tendono a ‘gonfiare’ l’ego e l’autostima maschile. Gli uomini sono spesso proiettati nel voler dimostrare e ostentare il loro valore a causa di un’autostima meno stabile, più fragile rispetto alle donne”.

A volte, chi tradisce tenta di colpevolizzare il partner per le proprie azioni. È un tentativo per alleggerire il senso di colpa?

“Dipende, perché non tutto quello che facciamo viene fatto consciamente. Quello che lei dice, non avviene in tutti i casi. Sicuramente, nel momento in cui tradiamo qualcuno abbiamo una forte spinta a dirci che abbiamo fatto bene. L’idea che stiamo tradendo una persona, che invece non se lo merita, sarebbe molto triste e potrebbe procurarci una profonda sofferenza. In un certo senso, se noi affermiamo che il tradimento avviene perché ci sentiamo trascurati, sminuiti, o non apprezzati dall’altro, potremmo sentirci sollevati dal senso di colpa. Ovviamente, questa non è l’unica ragione per la quale l’essere umano tende a colpevolizzare l’altro. In alcuni casi, l’altra persona potrebbe avere realmente delle colpe. Questo aspetto meriterebbe una riflessione molto più approfondita”.

Quali difficoltà psicologiche origina il tradimento in chi lo ha subito?

“Dipende molto dalla predisposizione personale. Ognuno di noi ha paure soggettive. Gli eventi sono spesso in grado di far esplodere i nostri timori: non è l’evento in sé ad originare una certa risposta, però sicuramente il tradimento va a colpire il senso di fiducia che riponiamo nell’altro. Quando veniamo traditi tendiamo a fidarci meno degli altri. Il tradimento rappresenta una esperienza molto traumatica. Le persone che si fidano poco degli altri possono avvertire in modo più profondo gli effetti di un tradimento. Coloro, invece, che sono più propensi a fidarsi dell’altro, perché magari hanno avuto un’infanzia con figure di riferimento affidabili, tenderanno a vivere il tema della perdita della fiducia in modo meno grave.

Un altro aspetto che vorrei sottolineare è la paura del rifiuto. Per coloro che avvertono in modo più profondo la paura di essere rifiutati (non soltanto dal punto di vista sessuale, ma in generale), il tradimento può essere devastante perché va a confermare la paura e l’individuo piomba in uno stato negativo. Il tradimento subìto potrebbe generare nel soggetto la paura dell’abbandono, oppure una forte rabbia, la svalutazione di noi stessi, ma anche la svalutazione dell’amore e un disinvestimento generale dai sentimenti”.

Come affrontare il dolore e la ferita?

“Alcune persone ne vengono fuori brillantemente da sole, ma dipende molto dalle caratteristiche individuali, dal vissuto, dalla personalità, dallo status socio economico, dal livello di istruzione, dalle credenze circa la sessualità e i rapporti interpersonali. Una persona più resiliente, ovvero più in grado di affrontare le difficoltà della vita, avrà maggiori probabilità di ripartire dopo un evento traumatico. Ci sono persone, e questo dipende anche dalla condizione socio-economica e dal grado di istruzione, che hanno più strumenti per affrontare un tradimento”.

Quando è necessario rivolgersi ad uno psicologo?

“La valutazione è abbastanza personale. E’ fortemente indicato rivolgersi ad uno psicologo quando la sofferenza non passa. Alcune persone si rivolgono immediatamente ad un terapeuta perché il dolore è avvertito come devastante. Altri, invece, provano ad affrontare il dolore da soli senza chiedere un supporto psicologico ma con il tempo, se si rendono conto di non farcela, sarebbe indicato che si rivolgessero ad un professionista”.

Si ringrazia il **Dottor Marco Silvaggi**

Luigi Cacciatori

Credits immagine di copertina: ***Alessandra Angelini***

Articolo scaricato da www.infooggi.it
https://www.infooggi.it/articolo/il-tradimento-cause-e-conseguenze-ne-parliamo-con-il-sessuologo-marco-silvaggi/113917