

PSICOLOGIA

SIAMO TUTTI INFEDELI?

**QUANDO LA MOGLIE
È IN VACANZA**

Il desiderio di trasgressione è inevitabile se, come in questa commedia del 1955, la vicina di casa è Marilyn Monroe.

I TRADIMENTI SONO IN AUMENTO, ANCHE GRAZIE A INTERNET. VANNO CONFESSATI? PERDONATI? SONO SEMPRE UNA FERITA PER LA COPPIA, MA SECONDO ALCUNI ESPERTI...

Al matrimonio di un amico, Carlo conosce Francesca, una studentessa di 18 anni e tra i due scatta la passione. Carlo però, che di anni ne ha 30, aspetta un figlio da Giulia. L'equilibrio tra il bisogno di stabilità e il desiderio di fuga dalle responsabilità dell'imminente paternità si spezza quando Giulia scopre il tradimento e tronca la relazione. Disperato, Carlo arriverà all'umiliazione per riconquistare la sua compagna. Questa è la trama del film "L'ultimo bacio" di Gabriele Muccino, ma riflette bene la storia di molte **infedeltà**, tutte **traumatiche**, ma non tutte necessariamente finite male. Per alcune coppie, infatti, il tradimento diventa l'occasione per **rinegoziare regole**

LO SPECIALISTA

Il professor **Tonino Cantelmi**, psichiatra e psicoterapeuta, dirige la scuola di specializzazione in psicoterapia cognitivo interpersonale di Roma. È docente di psicopatologia all'Istituto di psicologia dell'Università gregoriana ed è responsabile dell'Area di



supporto alla persona dell'Istituto nazionale tumori Regina Elena e Istituto dermatologico San Galliano di Roma.

e ruoli e dare nuova energia al proprio rapporto.

GLI AMANTI FOBICI

Sono tante le ragioni che possono portare all'infedeltà, così come sono diverse le personalità di chi passa dall'immaginare all'agire una fantasia erotica fuori dalla coppia. «Il Carlo del film di Muccino» esordisce il professor Tonino Cantelmi, psichiatra e psicoterapeuta a Roma «rappresenta l'amante fobico, ossia colui che cammina in equilibrio tra il **bisogno di stabilità** e il **desiderio di fuga**. Questi uomini e queste donne oscillano tra la richiesta di protezione e la sensazione di soffocamento che li spinge verso relazioni esterne alla coppia. Probabilmente da bambini hanno ricevuto sufficienti rassicurazioni affettive, ma hanno percepito il mondo esterno come poco sicuro o addirittura minaccioso. Ecco perché, superato il senso di costrizione e appagato il bisogno di fuga, gli amanti fobici ritornano alla coppia primaria, unica fonte di reale protezione e di sicurezza».

I TRADITORI UNA TANTUM

Il tradimento può essere vissuto anche come un **test** che si

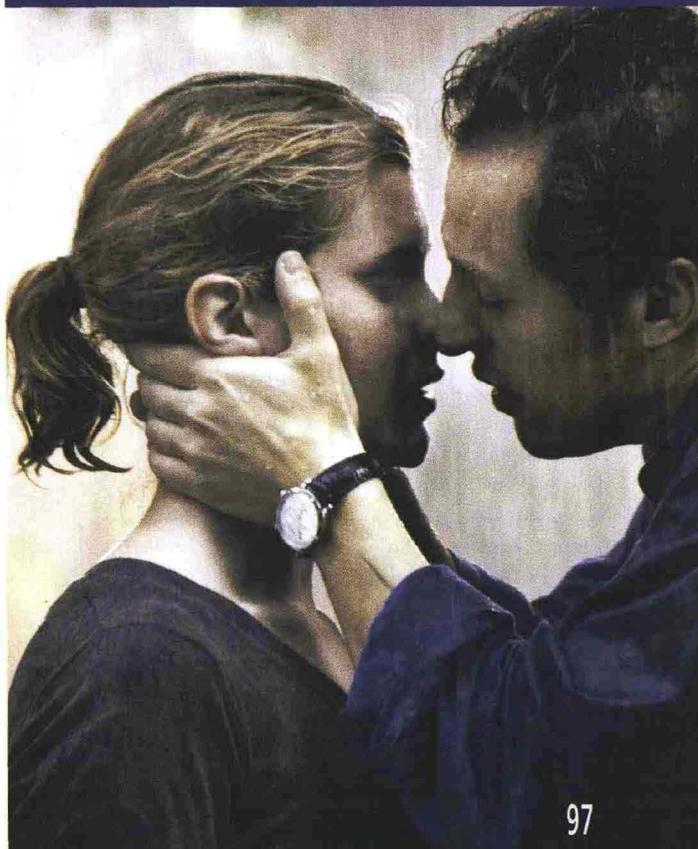


▲ L'ULTIMO BACIO

Carlo sta per sposare Giulia che è incinta, ma a un matrimonio incontra una liceale e tradisce la compagna. Grande successo al cinema nel 2001.

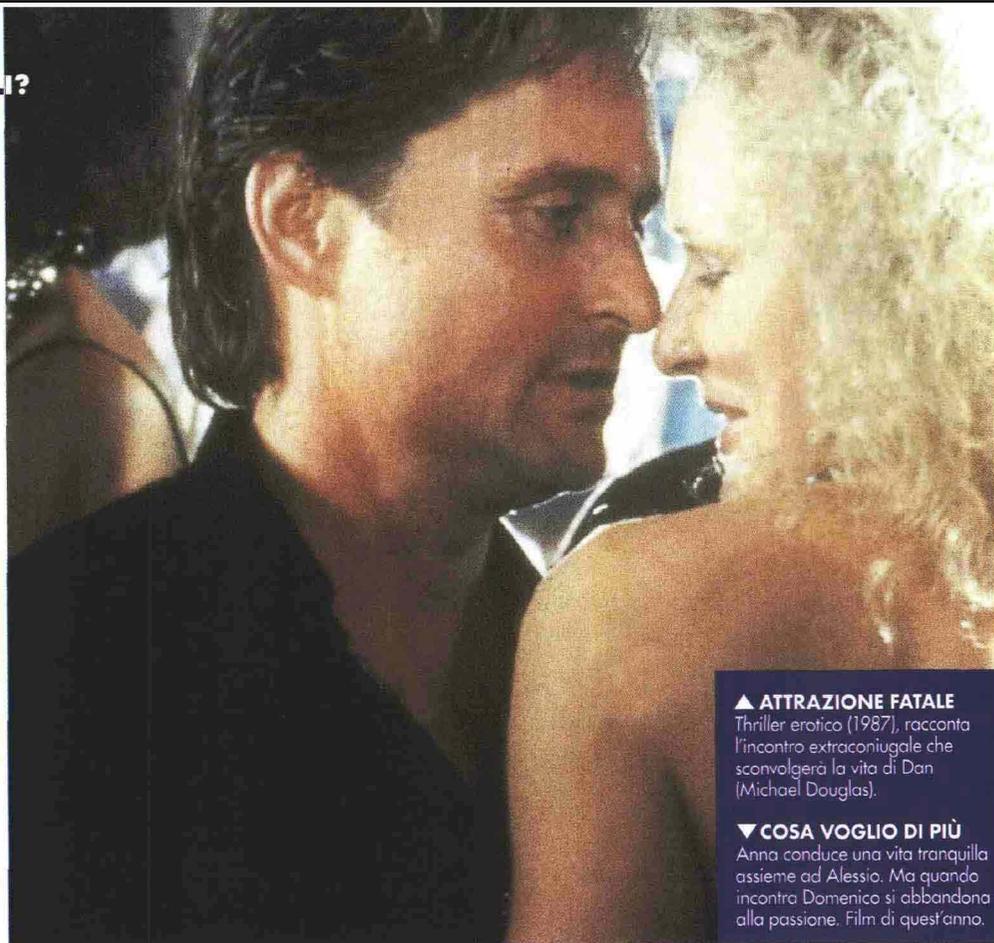
▼ BACIAMSI ANCORA

Sequel de "L'ultimo bacio", con gli stessi protagonisti 10 anni dopo, ora 40enni. Le coppie si rimettono in discussione, si tradiscono, si ritrovano.



SIAMO TUTTI INFEDELI?

vuole fare all'inizio di una nuova relazione per verificarne la significatività e la tenuta. «Chi mette in atto questo tipo di infedeltà» continua lo psicoterapeuta «è di solito un **insicuro** che usa la trasgressione in modo terapeutico, cioè per interrogarsi sui propri sentimenti, prendere confidenza con le proprie emozioni e quindi capire quanto tiene alla persona con cui si è appena legato. Questo è il tipo di persona che tradisce una sola volta e che, sciolte le riserve, in genere diventa il più fedele e affettuoso dei partner». Al contrario, tra gli infedeli una tantum ci sono anche quelli che usano il tradimento **come stop**, cioè con l'intenzione di farsi scoprire dal partner per troncane la relazione senza dare spiegazioni e attribuirne la colpa a chi li ha lasciati».



▲ **ATTRAZIONE FATALE**

Thriller erotico (1987), racconta l'incontro extraconiugale che sconvolgerà la vita di Dan (Michael Douglas).

▼ **COSA VOGLIO DI PIÙ**

Anna conduce una vita tranquilla assieme ad Alessio. Ma quando incontra Domenico si abbandona alla passione. Film di quest'anno.

GLI INFEDELI CRONICI

Esiste poi la categoria dei traditori cronici, quelli che non sanno legarsi veramente ma che non riescono a fare a meno dell'intimità sessuale e del sostegno emotivo del partner. «Questo comportamento è dettato dall'imaturità e il **bisogno di sedurre** risponde alla necessità di ricevere continue **conferme** della propria femminilità o mascolinità. L'infedele cronico è un **narcisista**, con un'alta considerazione di sé, ma con una profonda insicurezza sulla propria affettività e molto spesso sulle **proprie prestazioni sessuali**» spiega il professor Cantelmi. Ma può anche essere una persona che soffre di **sex addiction**, una dipendenza sessuale da cui, come una droga, è difficile sottrarsi.

**TALE PADRE
TALE FIGLIO?
NON
SEMPRE**

Il modello di coppia dei propri genitori ha un ruolo determinante nelle relazioni affettive? «Non sempre» precisa il professor Cantelmi, psichiatra e psicoterapeuta a Roma «anzi questa è più una leggenda. Se la figura genitoriale è stata molto deludente in fatto di sentimenti potrebbe aver introdotto nel figlio un comportamento di non impegno nelle relazioni affettive. Tuttavia, chi ha sperimentato il dolore del tradimento, della crisi e della separazione dei propri genitori in genere cerca relazioni sicure, sincere, efficaci e assume un impegno di maggiore responsabilizzazione».

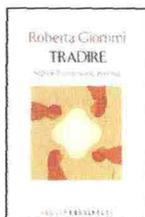


IN LIBRERIA



AMORI INFEDELI

WILLY PASINI, Mondadori
L'autore indaga sulle cause psicologiche dell'infedeltà, distingue tra tradimenti maschili e femminili, d'amore e di sesso, reali o virtuali. E offre un aiuto a chi è divorato dai sospetti ma anche a chi vuole perdonare.



TRADIRE

ROBERTA GIOMMI
Sperling & Kupfer
Le decisioni da non prendere a caldo quando si scopre o si attua un tradimento e le risorse da trovare dentro di sé per raccogliere la sfida di cambiare le regole all'interno della coppia.



SCUSA SE NON TI CHIAMO (PIÙ) AMORE

TONINO CANTELMÌ, MICHELA PENSAVALLI, Franco Angeli
Che cosa c'è oggi di più instabile e incerto della relazione affettiva? Ecco tutti gli strumenti per viverla in modo sano e soddisfacente.

I SADOMASOCHISTI

Esiste un'altra categoria di infedeli a cui appartiene chi tradisce per rabbia o per vendetta. «Si tratta di rapporti di coppia sadomasochistici, in cui "Io sto male con te ma non posso stare senza di te. Ti tradisco, mi sento in colpa, mi arrabbio ma torno sempre indietro". Questo accade per esem-

pio quando un partner diventa **ipercritico e disprezzante**. L'altro accumula stress e, in una situazione di crescente **incomunicabilità**, il tradimento sembra l'unica via d'uscita. Il senso di colpa però vanifica la vendetta e il traditore finisce per riavvicinarsi al suo carnefice, sempre più severo e giudicante» spiega l'esperto.

DONNE SEMPRE MENO MONOGAME

Fobici, occasionali, cronici o sadomasochisti, se gli infedeli del passato erano prevalentemente uomini, oggi sono sempre più numerose le donne che cercano relazioni extraconiugali. Secondo le statistiche sembra che il 70-80 per cento dei maschi sia infedele contro il 50

per cento delle femmine. «C'è una differenza di genere alla base delle motivazioni del tradimento, perché **il sesso maschile tende a erotizzare** e sessualizzare la relazione, cioè tradisce per puro sesso e scarica fisica, mentre **il sesso femminile intimitizza il tradimento**, ossia lo usa quando avverte una sensazione di trascuratezza, solitudine e rifiuto all'interno della relazione primaria. Il modo per soddisfare il bisogno di intimità, di accudimento e di sostegno emotivo» spiega il professor Cantelmi «molto spesso si concretizza nel **tradimento on line**, che è tipicamente femminile. È curioso come le donne sappiano utilizzare meglio degli uomini la comunicazione digitale per stabilire rapporti di intimità e di vicinanza. Si è visto da recenti ricerche che a tradire con chat o e-mail sono soprattutto donne di 30-40 anni, con un partner, dei figli, un lavoro, ma soprattutto un **profondo bisogno di intimità** e tenerezza che non viene soddisfatto all'interno della relazione originaria. Questo le spinge a cercarlo e soddisfarlo in rete, senza troppi sensi di colpa e senza la percezione di comprometterci troppo, perché la relazione virtuale si imposta sui propri tempi e ritmi e se non se ne ha



SIAMO TUTTI INFEDELI?

ROSITA CELENTANO

«Sono stata tradita e ho
tradito, ma mai per vendetta»

Dopo "Grazie a Dio ho le corna", Rosita Celentano (45 anni) pubblica con Salani il suo secondo libro. «"Oltre la pelle"» ci racconta la figlia di Adriano Celentano e Claudia Mori «è un romanzo ispirato a una storia vera».

COME HAI DECISO DI SCRIVERE UN LIBRO SUL TRADIMENTO?

«La sfida è nata da una provocazione a cena da amici, dove le mie idee risultavano impopolari rispetto a quelle di persone più adulte e più colte. "Vediamo se hai il coraggio di parlarne pubblicamente" mi dissero. Pensavo di farne un articolo, invece ne è venuto fuori un libro».

E LE IDEE IMPOPOLARI?

«Per esempio che chi si deve vergognare non è tanto la persona che viene tradita ma prima di tutto chi tradisce e va a molestare uomini o donne di altri. Mi sento molto antica nel mio modo di pensare ma questo ormai è diventato un malcostume estremamente diffuso».

UOMINI E DONNE TRADISCONO PER MOTIVI DIVERSI?

«Gli uomini per puro scarico di tensione fisica. Loro sono meno sensibili e profondi di noi donne. Ma nonostante questo mi piace pensare di avere accanto un partner che rinuncia a una tentazione per non rovinare un legame prezioso. Nella vita però siamo messi di fronte alla tentazione continuamente, ma penso che cedere sia una sconfitta personale».

E LE DONNE PERCHÉ SONO INFEDELI?

«Io sono arrabbiata con le donne, perché usano il sesso con uomini di potere, per avere popolarità, fama e denaro. Sul lavoro potremmo ottenere le stesse cose con più serietà e impegno».

CREDI CHE IL TRADIMENTO VADA CONFESSATO?

«Mai! Se è un momento di debolezza e nel rapporto c'è complicità, non va confessato perché sarebbe come scaricare la propria coscienza sull'altro per superare i sensi di colpa. Insomma bisogna vedersela con se stessi. Se il mio compagno durante un viaggio è sceso a compromessi, io non lo voglio sapere, perché mi destabilizza, mi devasta».

L'INFEDELE VA PERDONATO?

«Se il partner è importante per noi e se fa di tutto per riconquistare la nostra fiducia e il nostro amore, sì, va perdonato».

MA TU, DONNA TRADITA, HAI MAI TRADITO?

«Sì, ma non per ripicca o per vendetta. Ho tradito con un amante che mi aveva fatta sentire di nuovo importante».

TI SEI SENTITA IN COLPA?

«No, perché l'infedeltà non era un modo di togliermi lo sfizio di fare sesso, ma un momento in cui qualcuno si prendeva cura di me, mi aiutava a sorridere e mi impediva di isolarmi in un momento di difficoltà».

Claudia Cannone

«Mai confessare, si fa solo del male al partner!»

più voglia si interrompe la connessione e si sparisce».

UNO STRAPPO IRRIDUCIBILE?

Che sia l'uomo l'infedele oppure la donna, il tradimento è sempre un'esperienza sconvolgente sia per chi la subisce sia per chi la attua, perché spesso l'atto di trasgressione si trasforma in un incubo che pesa sulla coscienza. «Il tradimento è sempre una grave ferita di coppia, anche se non va sempre considerato come uno strappo irriducibile. Anzi può essere un modo con cui la relazione chiede di essere ridiscussa per diventare più vitale». Alcuni psicoterapeuti sostengono

che il tradimento può dare la sveglia a chi ha cominciato a dare la relazione per scontata e ha abdicato per routine al loro ruolo di partner capace di ascoltare, coccolare, accudire. Ci sono poi infedeli che per ritrovare complicità e **affrancarsi dalla routine** attingono altrove nuovi stimoli soprattutto sessuali, che poi riversano nel rapporto di coppia originario.

CONFESSARE: SÌ E NO

Ma bisogna proprio confessarlo un tradimento? «**Dipende**. Se si rivela la propria scappatella con l'obiettivo di attenuare i sensi di colpa, scaricare la coscienza e sentirsi assolti, è meglio tacere, gestirsi da soli



il rimorso e impegnarsi per recuperare» continua l'esperto. «Ci sono invece situazioni in cui è opportuno rivelare la situazione. Anche perché il

partner tradito ha il diritto di sapere la verità per poter prendere le sue decisioni. Per esempio, gli infedeli cronici rei confessi, che quasi sempre

sono dipendenti dal sesso, ricevono dalla relazione primaria il miglior sostegno. E infatti sono proprio le loro compagne ad aiutarli a uscire da

questa dipendenza». Dopo lo shock che segue la confessione del tradimento, la coppia può rimanere salda solo se il partner tradito ha sufficienti **stima di sé** e maturità, altrimenti cercherà solo vendetta o si chiuderà in se stesso. «Poi, però, è essenziale che il traditore si metta in discussione, anche con l'aiuto di uno **psicoterapeuta di coppia**, perché la sua relazione potrà aver seguito solo se comprenderà la sofferenza inflitta e solo se diventerà più attento al partner, per amarlo più profondamente» conclude il professor Cantelmi. ■

La monogamia è questione di geni e di ormoni?

Secondo Louann Brizendine, neuropsichiatra dell'Università della California, sono i geni a determinare la monogamia degli uomini. La studiosa americana sostiene che la fedeltà è una questione genetica perché influenzata dai

recettori della vasopressina, un ormone rilasciato durante l'atto sessuale, che permette di memorizzare e riconoscere l'aspetto e l'odore della compagna sin dal primo incontro. Chi ne è privo inevitabilmente passerà di letto in letto. E le

donne? Sembra che nel sesso femminile la monogamia sia influenzata dall'estradiolo, un ormone prodotto dalle ovaie. Le donne che geneticamente ne producono una quantità maggiore sarebbero le meno fedeli.

Claudia Cannone