

Tradimento e perdono: quando la coppia è a un bivio

Pubblicato: Giovedì 10 Aprile 2025



«Ho visto i teorici della coppia aperta devastati dagli spifferi» è una battuta del comico Paolo Rossi. Come spesso accade nella comicità, all'immediato divertimento generato dalla battuta, segue una riflessione più profonda. Quando si parla di **coppia in crisi** e di argomenti ad essa legati, come il **tradimento reiterato e il perdono**, il rischio di semplificare le ragioni che ne stanno alla base e di scendere nel luogo comune per spiegarlo è molto alto.

Lo psicologo e psicoterapeuta **Dante Ghezzi** scrive: «Quando una coppia arriva a chiedere una cura, i due partner possono avere medesimi o diversi convincimenti riguardo alla loro crisi...tocca a noi aiutarli a riletture che dapprima mettono ordine in idee spesso confuse o troppo semplicanti e che possono in seguito mettere in atto movimenti idonei a portare i partner a un livello di maggiore benessere».

Venerdì 11 aprile alle 18 e 30 nella Sala Matrimoni del Comune di Varese, Dante Ghezzi e Paola Covini, psicologa e psicoterapeuta, entrambi docenti della Scuola "Mara Selvini Palazzoli" di Milano, terranno un incontro aperto al pubblico dal titolo "I molteplici tradimenti nella vita di coppia: rilanciare o chiudere?"

I due psicoterapeuti tratteranno il tema: **"Si può recuperare la fiducia nel partner che ha rotto il legame di origine?"**

L'incontro fa parte della rassegna "La Famiglia come (forse) non l'avevi mai pensata" organizzata dall'Associazione Essere esseri umani in collaborazione con l'assessorato ai Servizi sociali del Comune di Varese.

Dottor Ghezzi, ci sono degli elementi comuni di fronte ai quali possiamo parlare di coppia?

«Il primo è che ci sia un legame. È importante che i due riescano a dire “noi” oltre che a dire “io” e dire “tu”. Se c’è una base di complicità e anche l’idea e un sentimento di non poter stare senza l’altro, questo è un punto di partenza. Il legame però non basta, è fondamentale avere un progetto, un patto comune, perché vuol dire guardare avanti, pensare che c’è un domani. Se due persone sono attratte l’una dall’altra e dicono: “Mi piace stare con te, stare con te mi fa star bene” questo è il legame da cui non può non nascere un progetto. Cosa faremo dopo? Ci sposiamo? Conviviamo? Faremo bambini? Avremo una casa? Cosa pensi tu degli amici e dei valori della vita? Le risposte a queste domande generano il patto e il progetto che qualificano la coppia. Quindi dal legame si arriva a pensarsi dentro un presente e un futuro».

Questi due elementi sono fondanti anche dove non c’è una fisicità, come nel caso di una relazione a distanza, oppure la fisicità è fondamentale al pari del legame e del progetto?

«Noi non siamo angeli. Non sto parlando degli aspetti sessuali, ma semplicemente del fatto che incontrarsi, toccarsi, abbracciarsi, sorridersi, passeggiare insieme, correre e mangiare sono espressioni basiche. Noi siamo corporei e se due non si incontrano col corpo, poi anche con gli aspetti dell’intimità sessuale, che legame è, che progetto è. Prima c’è la fisicità, quindi l’essere vicini, essere contenti di star vicini, darsi la mano, correre, sorridere, bere il caffè insieme, coccolarsi e poi anche la sessualità».

Dottoressa Covini, un legame forte e apparentemente indissolubile in una coppia va sempre letto in modo positivo?

«Ci può essere una grande complicità nel legame che dà benessere. Però esistono anche legami che vengono chiamati disperanti, per cui è nel dolore e nella fatica che sembra impossibile separarsi perché si ha l’impressione che senza questo legame non si riesca a stare in piedi. Queste sono situazioni in cui la sofferenza dei protagonisti è molto alta, ma non riesce a trovare uno spazio per essere sciolta ed elaborata. Noi cerchiamo di accompagnarli a ritrovare quell’io è quel tu che c’era prima del legame. L’io e il tu devono rimanere all’interno del noi come entità che possono vivere senza l’altro. Noi aiutiamo la coppia a pensare che esiste nel loro stare insieme un polo affettivo che è legato ai temi della fiducia, della speranza e un polo etico che è legato invece a un termine di giustizia in cui qualcuno sente che deve concorrere al mantenimento del legame, non alla sopravvivenza dell’altro. Quando il legame è disperante spesso osserviamo che è connesso anche a una fatica con le famiglie di origine».

In una società globalizzata, dove c’è un’alta mobilità e popolata da una generazione definita Erasmus, la distanza come viene vissuta dalla coppia?

«La sociologa Chiara Saraceno ha parlato molto di questo tipo di legame che lei definisce “distanti ancora insieme”, che sono le esperienze che fanno e hanno fatto tanti ragazzi che studiano all’estero o che per lavoro sono andati a vivere in continenti lontani per qualche anno. In molti casi c’è una capacità sorprendente di queste coppie di mantenere il legame attivo attraverso il fatto che ci si incontra in alcuni momenti e ci si incontra online. Vengono a chiedere aiuto quando questa frequentazione nei periodi di vacanza o nelle situazioni appunto online affaticano uno dei due. E questa fatica è legata appunto a diversi fattori. Quelle che noi vediamo in queste situazioni sono effettivamente quelle coppie che hanno vissuto un po’ un tradimento rispetto al progetto originario, per esempio: avevano deciso che sarebbe durato per qualche anno e poi si sarebbero riavvicinati o di qua o di là. E invece succede che la vita chiede di prolungare il periodo di distanza o di rimettere in discussione il progetto iniziale».

Dottor Ghezzi, ci sono dei consigli da dare per un rapporto di coppia che sia più salutare ed equilibrato?

«La parola salutare mi sembra da prendere in considerazione. L’autonomia e la distanza sono un modo per far sì che la coppia si migliori. Ci sono dei modi di pensare che sono anche dei modi di sentire, non soltanto intellettuali o cerebrali, ma anche con i sentimenti che riguardano, appunto, l’aver ragione. Noi esseri umani, quando discutiamo o abbiamo un convincimento, pensiamo spesso di avere ragione e che il nostro interlocutore, amato o meno amato in quel dato momento, invece abbia torto. Allora, un punto di equilibrio, di progresso e anche di maturità è che quando due persone stanno insieme abbiano il

convincimento che: "Io ho delle ragioni, ma anche il mio partner ha delle ragioni". Ci sono dei punti di vista non riducibili perché ciascuno vede la realtà con i suoi occhi, anche se si può stare in un noi. Se c'è questa maturità per cui io so che ho delle ragioni, però ammetto che ci siano e abbiano il diritto di esistere le ragioni dell'altro, pur non condividendole del tutto, questa è una posizione più matura e avanzata che permette una migliore capacità anche di uscire dalle crisi».

Quando venite interpellati da una coppia in crisi, come procedete, soprattutto quando dovete consigliare la separazione?

«Quando noi vediamo una coppia facciamo qualche seduta di consultazione per capire, conoscere le persone, per quale ragione vengono in terapia e quali sono i loro problemi. Terminata questa fase consultiva, se riteniamo che ci sia possibilità, seppure con difficoltà di recupero, gli proponiamo di fare un contratto di terapia della coppia, in cui indicheremo il lavoro che andremo a fare. Una terapia della coppia può concludersi in due modi: con una ripresa della capacità di marciare insieme in un benessere recuperato, oppure in una presa d'atto che anche se ci si impegna e ci si sforza con la testa e con il cuore con ce la si fa ed è dunque meglio che i due prendano strade diverse. È una scelta dolorosa che si può fare senza un rancore troppo grande, con la consapevolezza che se non si può stare insieme è meglio andare uno di qua e l'altro di là per non farsi del male. Poi è chiaro che siamo degli ottimisti e crediamo nella coppia, quindi la maggioranza delle coppie non si separa, però c'è una minoranza già visibile a occhio nudo che si separa. Noi li impegniamo comunque a provare».

Dottoressa Covini, quando si inizia un percorso di terapia di coppia quanto spazio c'è per il perdono in caso di tradimento?

«La premessa per iniziare il percorso è che le coppie abbiano una motivazione anche minima e molto sbilanciata rispetto all'idea di provare a cambiare. C'è qualcuno dei due che può credere di più nella psicologia, l'altro meno, però quello che le accomuna tutte è la motivazione a fare quel percorso. Ed è quello che noi andiamo a cercare nei primi incontri. È quella lucina che ci permette di fare con loro un contratto per innescare un cambiamento. Per quanto riguarda il perdono, dovremmo partire dall'idea che nelle relazioni umane esiste un modo di funzionare basato sulla logica del dono. Si costruisce un legame sul fatto che c'è qualcuno che dona e qualcuno che ricambia. Questa circolarità degli affetti è ciò che garantisce il legame di cui parlavamo prima. Nel momento in cui arriva il tradimento, la logica del dono si interrompe. Quindi bisogna vedere se è possibile ricostruirla per permettere alla coppia di prendersi cura del legame. È altrettanto necessario che il perdono venga accolto perché in questo momento si può creare uno sbilanciamento. Perdonare non significa cancellare la colpa. Il perdono è usare quello spazio per cui io sicuramente accetto di fare un passo di fiducia verso la nostra relazione, perché la relazione vale di più del gesto compiuto che mi ha offeso».

Dottor Ghezzi, il perdono oltre a una questione di volontà e spazio è una questione anche di tempo?

«Di fronte a una forma di tradimento di qualsiasi tipo, bisogna vedere se il colpo è tale da intaccare il legame e metterlo gravemente in discussione. Ma se il legame seppur minimo perdura, il posto per il perdono possiamo trovarlo. Se il legame non perdura, in quanto l'offesa è troppo grande e insopportabile per poterti dare ancora il mio amore e la mia stima è sotto i piedi, allora è difficile fare quel passaggio. Non sto dicendo che in questa circostanza non ci sia futuro, però più si resta in questa condizione dove l'offesa che mi hai fatto è tale che non mi sembra riparabile e più ci collochiamo in una dimensione che non porta al perdono. Se invece anche di fronte a un'offesa grave che mi ha fatto tremare, soffrire e desiderare di non vederti più, ma non così grande da rompere il noi, allora forse con il tempo il posto del perdono lo possiamo trovare».

PRENOTA SU EVENTBRITE L'INGRESSO ALL'INCONTRO

Michele Mancino

michele.mancino@varesenews.it

