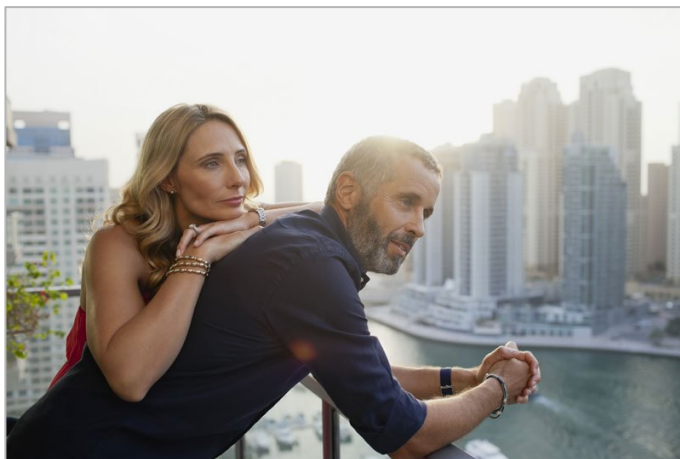


D • LIFESTYLE • 8 SEGNALI CHE DICONO CHE IL TUO MATRIMONIO È DESTINATO A FALLIRE

f 383 t 0 g+ in 1 p 0 t ✉

8 segnali che dicono che il tuo matrimonio è destinato a fallire

di Ilaria Amato



La fine di un matrimonio fa male alla salute: secondo l'Università dell'Arizona, il divorzio causa insonnia e depressione. Situazione aggravata dal cruccio di aver speso in media 35 mila euro per le nozze, secondo le stime di Federconsumatori. Pensiamoci bene allora prima di sposarci. Già, ma come si fa a capire in anticipo se tra te e lui funzionerà anche dopo il fatidico sì?

«Ci sono dei “campanelli d'allarme” da ascoltare, perché rivelano che una relazione è destinata a fallire già in partenza», spiega **Luca Mazzucchelli**, psicoterapeuta vicepresidente dell'Ordine degli psicologi della Lombardia e autore dell'e-book *Prova a cambiare*. «Se ci si rende conto che quei fattori non sono modificabili è meglio rinunciare al matrimonio».

Ecco, allora, 8 segnali da non trascurare

1. *Non avete un piano B*. «Una meta condivisa dà motivazione ed energia durante il cammino di una coppia, se questa non esiste, si finisce presto per andare ognuno per la propria strada», suggerisce **Mazzucchelli**. «Si deve essere in grado di modificare nel tempo la meta condivisa all'inizio del rapporto. Se un uomo e una donna si sposano perché il loro progetto è avere figli, una volta che sono diventati genitori non avrebbero più motivo per stare insieme, cosa che succede a

molti. Deve invece esserci qualcosa su cui continuare a investire: una passione comune che offra una prospettiva verso il futuro».

2. *Avete parenti invadenti.* «Tutti nasciamo figli, ma non tutti siamo in grado di diventare mariti e mogli. Non riuscire a gestire l'intrusione delle famiglie di origine rappresenta una minaccia per la relazione» spiega lo psicoterapeuta. «La coppia ha bisogno di un terreno solo suo su cui costruire la propria storia. E questo terreno va protetto con un confine netto e invalicabile oltre il quale nessun familiare può spingersi, tanto meno la mamma». Lo conferma l'Associazione degli Avvocati Matrimonialisti italiani secondo cui un matrimonio su tre fallisce a causa dell'invadenza dei genitori di lui o di lei.



3. *È solo uno a portare i pantaloni.* «Una coppia funziona se ognuno dei due sente di poter dire la sua sulle questioni che gli stanno più a cuore e non è succube del volere dell'altro» dice **Mazzucchelli**. «La percezione del potere conta per il benessere della coppia: fa sentire soddisfatti e appagati. Ad esempio, lui vuole prendere la macchina nuova? Sarà lui a scegliere modello e cilindrata, mentre a te che sta più a cuore cambiare la tappezzeria del divano, avrai carta bianca su tessuto e colore. E tutti e due sarete soddisfatti».

4. *Non sapete ballare insieme.* «La danza è una metafora perfetta per la coppia: se uno dei due fa un passo in una direzione anche l'altro deve farlo, non può rimanere fermo» osserva l'esperto. «Se c'è un cambiamento importante nella vita di un partner anche l'altro deve modificarsi di conseguenza»...«Una promozione sul lavoro o la perdita di una persona cara sono eventi che portano a una crescita di consapevolezza per uno dei due, ma il cambiamento va cavalcato da entrambi. Altrimenti si rischia di perdere la sintonia e scatta la classica frase: "Non sei più la persona che ho sposato"».

5. *Non uscite con altre coppie.* È vero, il divorzio è contagioso: lo sostiene uno studio americano secondo cui chi frequenta persone che divorziano ha il 75 % di possibilità in più di farlo anche lui. «Ma è altrettanto vero che anche la felicità è "infettiva"» interviene **Mazzucchelli**. «Frequentare coppie che funzionano ha l'effetto di un integratore: dà la carica, perché è un modo per confrontarsi con altri modelli affettivi. Permette di vedere come fanno gli altri di fronte a situazioni che mandano in crisi. E scoprire ad esempio che Marco e Lucia non litigano se lui non mette il tappo al dentifricio. Quindi potete farlo anche voi».

6. *Non vi fate regali.* «Dare per scontato l'altro, non riconoscergli più il suo ruolo speciale in un'occasione altrettanto speciale è come dire: non mi serve cercare di farti felice, tanto so che ci sei comunque» sottolinea lo psicologo «Sentirsi riconosciuti e legittimati è il primo presupposto per l'armonia tra due persone. Non diamo l'altro per scontato».

7. Hai la sindrome da crocerossina. «"Ti amo talmente tanto che accetto tutto di te, anche se... mi offendi, sei fragile o inaffidabile": i matrimoni in cui la donna dedica tutta se stessa a accudire o cercare di salvare il partner sono destinati a non durare molto» spiega lo psicoterapeuta e sessuologo Fabrizio Quattrini. E può sembrare un paradosso, queste coppie vanno in crisi proprio nel momento in cui il problema di lui si risolve: proprio quando si potrebbe essere felici inizia a non funzionare più perché vengono meno i presupposti su cui la coppia ha fondato le sue basi. Come dire, il nostro rapporto si regge su un problema, se smette di esistere non ha più senso stare insieme».

8 Siete una coppia bianca. Cioè non avete avuto rapporti completi prima del matrimonio. Un fenomeno in crescita secondo i dati raccolti dall'Unità Operativa di Andrologia dell'Università di Catania «A volte è una scelta dettata da motivi religiosi, ma altrettanto spesso deriva da un'inadeguata educazione sessuale o un'incapacità fisica dovuta problemi psicologici» osserva Quattrini «Sono coppie legate da un profondo affetto che spesso hanno un appagamento erotico alternativo come sesso orale o masturbazione. Il problema si presenta solo dopo il matrimonio, nel momento in cui emerge il desiderio di avere figli. A quel punto ci si accorge di non saper gestire la propria sessualità. Nella maggior parte dei casi è la donna a rendersi conto della mancanza e a tradire. E così ci si lascia. Se ci sono problemi di tipo sessuale, il consiglio è risolverli prima delle nozze».

