Filosofia per le coppie

Autore : natyan

Data : 31 Ottobre 2021

I cinque passi per non litigare inutilmente

Ci sono cinque cose che vanno assolutamente evitate quando si litiga in coppia.

Non fanno altro che rendere ancora più aggressivo il *partner*.

- *I colpi bassi*

Evitare quindi di colpire duro facendo leva su particolari punti deboli del *partner*:

> Ma cosa ne vuoi capire tu che hai fatto solo la terza media! Ma figurati! Fai la predica a me quando tu sei piena di cellulite! Ma lascia perdere che guadagni molto meno di me e sono io che tiro avanti la baracca!

In questo modo non si fa altro che ferire il *partner* e non è certo la maniera migliore per trovare insieme una soluzione ad un problema.

- *Tu sei come tua madre! Tu sei come tuo padre!*

Se volete un modo per allargare il conflitto anche a livello di suoceri, cognate e parentela varia ci riuscirete in pieno con queste stilettate. Meglio davvero evitarle!

- *Tu fai sempre così! Tu non fai mai quello che ti dico!*

Santo cielo ma se davvero l'altro fa sempre tutto male e non fa mai qualcosa di giusto è la rovina! Lasciate perdere gli assolutismi e le generalizzazioni e concentratevi realmente su quando le cose non vanno bene. Sempre quando esattamente? Mai quando esattamente? Altrimenti non ne venite fuori più!

- *Assalto contemporaneo*

Immaginate due pugili sul ring. Uno comincia a colpire di brutto, a raffica, e l'altro che fa? Fa la stessa cosa o si chiude in difesa, ad aspettare che l'avversario sia sfinito per poi reagire e iniziare a colpire anche

lui? Se urlate insieme, contemporaneamente, se volete parlare interrompendo di continuo il *partner*, avete adottato la strategia peggiore per calmare le acque e per poter discutere in santa pace al fine di risolvere un problema.

- *Parolacce*

Le parolacce - *ma vai affà… non rompere il c…* - non alimentano certamente un sano dialogo. Si usano per offendere e per ferire, magari per sfogare qualcosa di represso, ma finché sussiste un tale atteggiamento non ci si potrà mettere d'accordo.

Cosa fare?

Avete presente gli indiani con il *calumet* della pace?

Si raccolgono in solitudine, fuori dal mondo, fumano la pipa e se la passano tranquillamente discutendo di problemi importanti.

Ecco, quando discutete, tenete lontano il mondo, via i cellulari, via la televisione, via qualunque altra cosa che possa intromettersi tra di voi. Scegliete un ambiente comodo e isolato. Sedetevi tranquillamente ed esaminate il problema di modo che abbiate fisso nella mente che siete lì non per fare una dichiarazione di guerra bensì per un trattato di pace.

Ciò non significa che dovrete per forza essere d'accordo su tutto, magari non riuscirete a trovare un'intesa ma, almeno, vi allontanerete l'un l'altro in santa pace e non con le armi tra i denti.

Se poi, trovate una soluzione, e cercarla usufruendo di un'atmosfera più quieta è sicuramente più facile, tanto meglio.

In un ambiente tranquillo sarà più semplice ricordarsi delle cinque mosse da evitare:

- Colpi bassi!
- Tu sei come tua madre! Tu sei come tuo padre!
- Tu fai sempre così! Tu non fai mai quello che ti dico!
- Assalto contemporaneo!
- Parolacce!

Resta aggiornato sui Programmi Gayatri