

Coppia, 5 cose che non dovremmo mai fare dopo una lite

Autore: Danila

Data: 16 Gennaio 2017

[multipage]

Litigare è normale, fa parte della **routine di coppia**. Il punto però sta nell'essere bravi a sapere gestire le controversie, dosando le reazioni soprattutto quando ci si rende conto che arrivare a un accordo con il partner diventa impossibile; allora non ci resta che chiudere la *querelle* e andare oltre, cercando le parole giuste ma soprattutto evitando atteggiamenti presuntuosi e provocatori che potrebbero dargli ulteriori pretesti per continuare a discutere. Dunque ecco **le 5 cose che non dovremmo mai fare dopo una lite**.

[/multipage][multipage]

Mai rinfacciarsi le cose dette durante un litigio

Quando siamo arrabbiati tenere la lingua a freno è difficile e di questo dovremmo sempre tener conto. Quel che ci si dice durante un litigio dovrebbe assolutamente essere trascurato: lo sappiamo bene che qualche volta le reazioni sono esasperate e ci portano a dire cose che non pensiamo. Magari soltanto dopo, quando le acque si saranno placate, potrete chiedere spiegazioni in merito a qualche frase o osservazione che non avete proprio gradito.

[/multipage][multipage]

Niente sesso riparatore

Ci sono coppie che proprio non vanno d'accordo ma in compenso hanno un'ottima **intesa sessuale**: per loro spesso il sesso si trasforma in un pretesto per far pace. Un po' di coccole possono rendere più morbido il momento che segue alla sfuriata, ma la mattina dopo, quando riaprirete gli occhi, il problema ci sarà ancora. Forse è meglio chiarire le cose con calma e poi tornare alla classica **routine di coppia**, anche sotto le coperte.

[/multipage][multipage]

Mai puntare il dito contro l'altro

Quando si litiga le colpe vanno suddivise al 50% e spesso continuare a cercare la ragione dell'uno o dell'altro diventa una inutile perdita di tempo. Dopo una brutta sfuriata entrambi dovrete prendervi del tempo per riconsiderare le cose a mente fredda: vedrete che anche le vostre

motivazioni cominceranno a vacillare e probabilmente vi renderete conto che anche la vostra reazione forse è stata un po' esagerata.

[/multipage][multipage]

Accampare false scuse per giustificare una lite

Siamo stanchi, stressati e qualche volta anche sul filo dell'esaurimento, ma tutto ciò non basta a giustificare un litigio o continue questioni con il partner. Queste sono scuse che possono giustificare una reazione esagerata ma non continui litigi che possono mettere in crisi la vostra relazione. Prendetevi un attimo di tempo e non chiudete subito la questione con un banale "siamo stressati" perché in verità potrebbe esserci dell'altro.

[/multipage][multipage]

Mai saltare a conclusioni frettolose

I **litigi continui** ci stancano e spesso mettono anche in crisi i nostri sentimenti. Litigare è naturale e per molte coppie è addirittura terapeutico, non bisogna abbattersi: finché discutete è positivo, il punto però è concentrarsi sui problemi e impegnarsi per capire quali sono le ragioni che non vi fanno stare bene. Non è detto che non siate fatti per stare insieme: ecco una delle conclusioni frettolose che possono davvero mettere a rischio la vostra relazione!

LEGGI ANCHE:

[Litigi di coppia, 5 stratagemmi per calmarlo quando è nervoso](#)

[I 7 motivi stupidi che fanno litigare le coppie](#)

[/multipage]

Riferimento articolo: <https://www.donnaclick.it/coppia/coppia-5-cose-che-non-dovremmo-mai-fare-dopo-una-lite/>

Generato il 25/04/2025