

## San Valentino: romanticismo al massimo se si esce in compagnia

di **Redazione**

13 Febbraio 2011 - 16:16



Al bando languide cene a due. Per mandare il romanticismo alle stelle e rivitalizzare relazioni ormai schiave della routine la soluzione è semplice: basta far entrare nella propria vita altre coppie, organizzando uscite a quattro, e condividendo viaggi e divertimenti. Risultato? La relazione ne beneficerà, sarà più frizzante, felice e soddisfacente.

Lo rivela uno studio americano. Secondo il team della Wayne State University, diretto da Richard Slatcher (Usa), trascorrere “tempo di qualità” con altre coppie può essere un modo importante per migliorare una relazione che va avanti da tempo. Nel suo studio, battezzato ‘Quando Harry e Sally incontrarono Dick e Jane: creare sperimentalmente una vicinanza tra le coppie’, il ricercatore ha riprodotto artificialmente e sperimentato in laboratorio l’interazione fra coppie, ispirandosi al celebre film con Meg Ryan e Billy Crystal.

Nello studio pubblicato su ‘personal Relationship’, Slatcher ha analizzato 60 coppie in un ambiente controllato. Obiettivo, capire come si formano le amicizie fra quattro persone, e come queste influiscono sulla relazione romantica tra i partner. Ogni coppia è stata ‘abbinata’ a un’altra e ha discusso per diverse ore di argomenti stabiliti dai ricercatori. In alcuni casi si trattava di temi intimi, forieri di discussioni profonde e coinvolgenti, in altre di piccole cose di tutti i giorni, senza troppi scambi emotivi.

“Nello studio abbiamo scoperto che le coppie messe nel gruppo ‘amicizie veloci’ - spiega Slatcher - si sono sentite subito più vicine alle persone con cui dovevano interagire, tanto che finivano per voler incontrarsi di nuovo nel corso del mese successivo al test”. Non solo: queste coppie “hanno notato che queste amicizie mettevano scintille nella loro relazione;

---

in qualche modo si sono sentite molto più vicine alla persona amata". Insomma il tipo di interazione intensa favorita dagli scienziati ha fatto bene al rapporto di coppia. I volontari hanno detto che, anche grazie ai nuovi amici, sono riusciti a imparare cose nuove sul proprio compagno. Un'esperienza positiva, tanto che in un terzo dei casi il rapporto con i neoamici è continuato anche fuori dal laboratorio, cosa che non si è verificata affatto nel caso degli incontri 'freddi'.

"Questo studio suggerisce che se la tua relazione ha una fase di depressione, divertirsi con un'altra coppia potrebbe aiutare a rendere il tuo rapporto più soddisfacente", conclude Slatcher.