

R2/LA SCIENZA

Ecco perché maschi e femmine bisticciano anche sui ricordi

GUIDA SONCINI

LA BASE di un'ordinariamente malsana vita di coppia non è la menzogna: è il falsoricordo. Ha sempre cominciato l'altro, mentito l'altro, tradito per primo l'altro. Sottoposte a macchina della verità, tutte le nostre versioni dei fatti reggerebbero.

APAGINA 33 CON UN ARTICOLO DI SILVIA BENCIVELLI



Una ricerca Usa mostra le differenze e spiega che per evitare discussioni nella vita di coppia è necessario praticare una memoria collaborativa

Quei ricordi diversi che fanno litigare maschi e femmine

SILVIA BENCIVELLI

LITIGARE è inevitabile, e non è colpa di nessuno. Se lui ricorda una cosa in maniera opposta a come la ricorda lei, se lui insiste che l'accordo era in un modo e lei ribatte che invece era un altro, nessuno dei due sta mentendo. È la biologia che sta parlando per loro, e sta semplicemente sottolineando che maschi e femmine sono diversi e hanno una memoria diversa. Uno dei primi esperimenti che lo ha dimostrato è del 1980: in quel caso si vedeva che i ricordi di uomini e donne possono discostarsi tanto che, nella stessa coppia, uno può sostenere di aver fatto sesso la notte precedente e l'altro no. Ma se queste differenze ci sono davvero è perché così si nasce o si diventa?

Intanto, secondo alcuni esperti come Andrew Christensen,

psicologo dell'università della California a Los Angeles e terapeuta di coppia, le donne tendono a ricordare in maniera più vivida le questioni che hanno a che fare con la relazione: il primo appuntamento, il bisticcio su dove andare in vacanza, la discussione avuta una sera. E tendono a farlo utilizzando più spesso dei maschi le emozioni. In realtà, però, questo non significa che abbiano una memoria migliore: anzi, sui test di memoria standard i risultati di maschi e femmine sono praticamente uguali. E poi entrambi cadono vittime degli stessi errori, come la tendenza a ricordare meglio quello che si è fatto in prima persona (soprattutto se non era piacevole, come lavare i piatti o ricevere i suoceri a cena) piuttosto che quello che ha fatto l'altro. O la tendenza a ricordare meglio gli eventi che hanno lasciato di cattivo umore, come

un litigio da cui si è usciti sconfitti. Ma se questo vale per tutti, significa che la memoria umana, in generale, è assai poco affidabile. E che è normale che non esista un'unica versione dei fatti.

Ma allora maschi e femmine hanno un cervello diverso oppure no? Al momento la ricerca risponde con un "ni", e con un caveat. Per esempio, pare che esistano differenze nelle connessioni tra i neuroni del cervello: una ricerca pubblicata su *Pnas* qualche tempo fa avrebbe mostrato come le donne abbiano più connessioni tra i due emisferi, mentre gli uomini ne abbiano di più all'interno di ciascuno di essi. Mentre su *Journal of Neuroscience* si è aggiunto che il cervello delle persone transessuali si pone a metà strada. Infine su *Genome Research*, un'altra ricerca ha mostrato un'attivazione diversa, in maschi e femmine, dei geni che

regolano lo sviluppo del cervello. Ma riferire queste differenze strutturali alle differenze comportamentali resta ancora assai difficile. Ed ecco il caveat: attenzione a non riferire alla biologia anche pregiudizi sessisti, come il classico falso: «le ragazze non capiscono la matematica».

Quindi, per tornare ai ricordi e alla vita di coppia, prosegue Andrew Christensen, l'unica cosa da fare al momento è accettare le inevitabili discrepanze, quelle che più o meno vedono lei che si sente trascurata e lui che giura di non aver mai detto quella cosa lì. Il consiglio dell'esperto è

perciò quello di accettare le differenze e di provare a «praticare una memoria collaborativa», cioè costruire insieme un pacchetto di ricordi comuni, e possibilmente belli, da cui ripartire. Ogni volta che si bisticcia.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Alle donne non sfuggono mai le questioni legate alle emozioni, capita invece agli uomini

LE REGOLE

BUONAFEDE

Non discutete in base ai ricordi, accettate l'idea che il partner non mente, non esiste una sola versione dei fatti. Tutte e due possono essere valide



SENSAZIONI

Pensate a come l'episodio vi ha fatto veramente sentire, non a come ricordate quanto è accaduto. La memoria cambia con l'umore



MOMENTI

Create una memoria comune alla coppia, ricordate i diversi momenti felici vissuti assieme, dalla nascita dei figli alla vacanza preferita

