

# un piccolo specchio per capire se sei tollerante o intollerante

## le 8 abitudini di chi è intollerante

*come descrivereste una persona intollerante? Lo psicoterapeuta Mark Goulston, durante la sua lunga carriera, si è reso conto che ci sono alcuni tratti che accomunano chi non sopporta il proprio prossimo. Goulston ha delineato 8 caratteristiche che contraddistinguono i soggetti intolleranti.*



1. Tendono a essere fanatici – Non è il semplice credere

profondamente in qualcosa, è il non dare spazio ad altre interpretazioni. Il loro punto di vista è l'unico possibile e qualunque cosa sia lievemente diversa viene etichettata come sbagliata ed è quindi un nemico che va attaccato.

2. Hanno una psiche rigida – Ogni altro punto di vista li rende estremamente ansiosi e lotteranno fino in fondo affinché gli altri passino dalla loro parte. Il loro esagerato senso di auto-protezione li porta a vedere il “diverso” come una minaccia alla propria identità. Le azioni che compiono – così pensano loro – sono autodifesa contro “l’assalto” del nuovo punto di vista.

3. Sono saputelli – Sanno alla perfezione un minuscolo argomento e questo li rende in dovere di applicare tale “conoscenza” a ogni minimo aspetto della vita. Se sfidati battono in una ritirata strategica, valutano come agirebbero in “quell’ambito” e poi, con un’aggressività ancora maggiore della precedente, tornano all’attacco.

4. Sono pessimi ascoltatori – Toh che novità! Raramente ascoltano o provano a comprendere chi li circonda e il loro stato d’animo. A meno che non la pensino come loro.

5. C’è tensione nelle loro relazioni – Sorpresi? In effetti la loro mania di avere tutto sotto controllo li porta ad avere relazioni solo con chi ubbidisce, è sempre d’accordo e si sottomette alla loro volontà. Ma questo spesso confluisce, ad esempio, con dei rapporti infernali con i propri figli adolescenti.

6. Vedono il mondo in bianco e nero – Le scale di grigio non sono minimamente contemplate. Spesso vengono da famiglie in cui c’era un estremo controllo o, viceversa, caos. Genitori autoritari finiranno per far credere ai figli di aver pagato in anticipo il brutto della vita, lasciandosi andare; famiglie caotiche, invece, porteranno le successive generazioni a imporsi una maggior disciplina, rischiando di superare il

limite.

7. Non lasciano nulla al caso – Hanno una salda convinzione che lasciare qualcosa al caso comporti, automaticamente e necessariamente, qualcosa di brutto. Per Einstein la decisione più importante è “scegliere se il mondo in cui vivi è sicuro o pericoloso”. Per qualche astrusa ragione, questi soggetti credono che il loro sia un mondo pericolosissimo. E si sentono, quindi, giustificati se mostrano comportamenti aggressivi e ostili verso gli altri. Quegli altri che, dicono loro, sarebbero pronti per attaccarli per primi (sembra una politica estera di nostra conoscenza?).

8. Soffrono di un'indomabile gelosia – Forse questa è l'osservazione più interessante. Essere invidiosi significa desiderare ciò che un'altra persona ha; essere gelosi significa arrabbiarsi con la persona per il solo fatto di averla. Chi è intollerante è anche geloso, perché non si sente felice. Al contrario, è frustrato perché, pur seguendo tutte le regole, non hanno pace. Di conseguenza, quando ad esempio vedono due persone disposte a infrangere regole e convenzioni pur di trovare il vero amore ed essere felici, non sono solo invidiosi, ma gelosi. Ecco perché tanta veemenza contro il matrimonio gay, anche se le relazioni di altre persone non li sfiorano neanche da lontano.