

El resultado de muchas discusiones se puede predecir escuchando el primer momento

En este artículo JOHN M. GOTTMAN y NAN SILVER señala que una discusión que parte mal, lo más probable es que sea estéril y con vistas a futuro puede empeorar la situación.

... Después de escuchar el primer minuto de su conversación *-un matrimonio-*, supe que al final de ella ... no habrían resuelto sus diferencias. Las investigaciones muestran que si una discusión tiene un planteamiento (*inicio*) violento, terminará de manera inevitable con una nota negativa, por mucho que se intente “ser agradable” entre tanto. Las estadísticas son significativas: en el 96 por ciento de las ocasiones se puede predecir los resultados de una conversación de quince minutos basándose en los primeros tres minutos. Un planteamiento violento es una garantía de fracaso. De modo que, si comienzas de este modo una discusión, más te vale hacer borrón y cuenta nueva y empezar otra vez.

Fuente: SIETE REGLAS DE ORO PARA VIVIR EN PAREJA de JOHN M. GOTTMAN y NAN SILVER Penguin Random House Grupo editorial, S.A.U. Travessera de Gracia, 47-49. 08021 Barcelona CAPITULO 1 Páginas 42-43.

Nota: los párrafos con letra *cursiva* son de personal de la fundación.