



La rubrica è a cura del
Dottor Andrea Ronconi,
Sessuologo
e Psicoterapeuta
della Coppia (foto).
Riceve a Rimini, Cattolica
Rep. di S. Marino.

Per avere una risposta dal Dr. Ronconi,
inviare le vostre domande a:
redazione@riminidonna.com oppure a
ronconiandrea@hotmail.com
specificando nell'oggetto:
LA POSTA PER LEI, LUI, LA COPPIA.

Le informazioni presentate non devono in alcun modo essere considerate a scopo diagnostico o terapeutico e sostituire la necessità di richiedere una consultazione professionale. Devono pertanto essere intese solo come un contributo di informazione sui temi riguardanti la psicologia individuale, delle relazioni amorose e sessualità. I nomi usati nel rispondere ai lettori sono di fantasia nel rispetto della loro privacy, per ogni altro chiarimento il dottore è reperibile al numero **335. 6300997** o al sito **www.psicologia-sessuologia.it**

Amore, questo sconosciuto

*Caro Dottore,
ho 31 anni, sono single da 6 anni dopo una storia affettivamente molto travagliata di 4 anni di convivenza nella quale avevo creduto troppo, soffrendo profondamente anche diverso tempo dopo che ci siamo lasciati per incompatibilità di carattere. In 6 anni da single ho fatto continue esperienze sentimentali negative tanto da non poterle neppure definire delle "storie". I ragazzi che ho scelto solo all'inizio, al primo incontro, sembravano corrispondere a quell'ideale di uomo che ho sempre desiderato ma poi dopo il terzo appuntamento provavo forti dubbi che poi si sono trasformati, puntualmente, in delusioni. Vedo le mie più care amiche sposarsi un dopo l'altra e sento dentro di me una grande insicurezza e la paura di rimanere sola. Incomincio a pensare che ci sia in me qualcosa che non va.*
Gina, Viserba di Rimini

Gentilissima signorina Gina, se fosse qui davanti a me avremmo approfondito cosa intende lei per "incompatibilità di carattere" cioè quali sono state le difficoltà specifiche che hanno determinato la fine della sua esperienza di convivenza. Le avrei anche chiesto, per meglio comprendere la sua situazione, come, oggi si stia avvicinando con i ragazzi. E' chiaro comunque che le delusioni precedenti abbiano condizionato il suo modo di pensare agli uomini alimentando dubbi su quello che cerca. Probabilmente dopo tante ferite affettive la sua mente è più concentrata a riconoscere, nelle comunicazioni e nei comportamenti degli uomini, i campanelli d'allarme come dei rischi e delle minacce al suo benessere. La mente per difenderci dal disagio potrebbe abituarsi ad ingigantire questi segnali di minaccia tanto da determinare la decisione di non proseguire più quella frequentazione proprio per la paura di soffrire ed essere deluse un'altra volta. Il rischio della perdita e del dolore, della delusione

come però anche l'opportunità del piacere condiviso, della serenità e del benessere sono intrinseci nella vita di ciascuno e in ogni rapporto umano che non sia superficiale. Una cosa è essere selettive ed esigenti ed un'altra è idealizzare un modello di uomo che nella realtà non esiste. Si può imparare anche a scegliere un partner ponendo più attenzione alla persona che oggi ci sta di fronte con tutto l'arcobaleno di emozioni che ci può far vivere in ogni suo momento, nel bene e nel male. Si può disapprendere la tendenza a decidere con chi fare coppia, impulsivamente e solo, sulla base dei ricordi che abbiamo delle relazioni affettive che ci hanno fatto male in passato. Nella formazione di una coppia solida e stabile dopo una fase di innamoramento si passa quasi sempre ad un'altra fase di disillusione che permette ad entrambi partner, se superata positivamente, di amarsi nel senso più maturo. Ogni persona ha del buono ma spesso solo nel tempo ce ne accorgiamo. ■