

# Intreccio di CUORI SU internet

Loredana Del Ninno

Due secoli fa, in una delle sue liriche, Baudelaire sosteneva che l'amore è come il vento, non si sa mai da che parte arriva. Molto meno poeticamente, nel terzo Millennio l'incontro giusto può nascere invece anche a colpi di mouse.

Cosa fare però quando si esce dai confini del virtuale e ci si trova per la prima volta di fronte al potenziale innamorato in carne e ossa? «Anzitutto — puntualizza Davide Algeri, psicologo, psicoterapeuta ed esperto in sessuologia a Milano — bisogna evitare di posticipare troppo il primo appuntamento. Una durata eccessiva della fase di conoscenza online può portare a idealizzare chi si trova dall'altra parte dello schermo, senza avere fatto i conti con aspetti fondamentali nella scelta di un partner come, ad esempio, l'odore e il tono della voce. Anche il gradimento fisico deve essere verificato di persona e non può passare da un semplice fotografia, in certi casi poco corrispondente alla realtà».

## Andare per gradi

Crearsi troppe aspettative è uno degli errori da evitare al primo incontro. «L'ansia è direttamente proporzionale alle attese — precisa l'esperto —. Adoperarsi per creare un'esperienza positiva con chi abbiamo appena conosciuto è l'approccio giusto. Divertirsi insieme è sempre un buon punto di partenza, bisogna puntare principalmente a sentirsi bene; se siamo a disagio l'altro lo avvertirà e a sua volta sarà in difficoltà. Altra cosa da non fare è accorciare troppo le distanze, anche in senso fisico. L'intimità si sviluppa con la conoscenza e la conoscenza richiede tempo. Alcuni miei pazienti, uomini e donne, portano in terapia esperienze sessuali deludenti proprio perché nate dal preconcetto, sbagliato, di dovere avvicinarsi all'altro troppo in fretta».

Se andare per gradi è cosa essenziale, dove e come trascorrere il primo appuntamento? «La cosa migliore è fare qualcosa per condividere gli interessi personali. Cinema, teatro, locali per l'aperitivo o sale da ballo possono funzionare per capire fino a che punto arri-

vano le reciproche affinità».

I siti di incontri sono frequentati spesso anche persone che hanno difficoltà nel vivere concretamente una relazione e preferiscono nascondere la propria timidezza dietro un computer. «L'approccio online facilita sicuramente i più ti-

## Lo psicologo:

«Meglio evitare di rimandare troppo il **primo incontro** per non idealizzare il partner»

morosi a fare nuove conoscenze — prosegue Algeri —, tenendo però sempre ben presente che, se lo scopo è quello di costruire una relazione, ci si deve sforzare di uscire allo scoperto prima possibile».

## Rimettersi in gioco

Chi è reduce da vicende sentimentali negative può avere, più o meno consapevolmente, molta paura

## Esperienze di vita vissuta

LE STORIE DI ALBERTO E DI SARA

«Ci siamo conosciuti su un sito di incontri online — racconta **Alberto, bolognese, 47 anni** —. Dopo aver chattato per qualche settimana, scoprendo numerose affinità abbiamo deciso di incontrarci. Avevo scelto volutamente una persona che abitava nella mia città, quindi ci siamo dati appuntamento in un locale per l'happy hour, molto frequentato. Lei ha corrisposto totalmente all'idea che mi ero fatto di lei. Risultato? Siamo sposati da quattro anni e abbiamo due bellissime bambine, nate a poca distanza l'una dall'altra».

Meno incoraggiante l'esperienza di **Sara, 35enne di Milano**. «Ho frequentato per un po' un sito di dating online, ma i pochi appuntamenti che ho accettato mi hanno deluso. Ho riscontrato sempre una scarsa corrispondenza tra come le persone si descrivono e come appaiono realmente, sia fisicamente che psicologicamente. Sono ancora single e non so se ritenterò. Forse bisognerebbe riscoprire il piacere di vedersi e 'annusarsi' di persona. Gli incontri virtuali possono rivelarsi una perdita di tempo».

**Serena, 42 anni di Perugia** sul web ha invece trovato l'anima gemella: «Ho un lavoro molto impegnativo, la mia cerchia di amicizie è sempre la stessa da anni. Grazie alla Rete ho trovato l'uomo della mia vita e ora sono felice».

di legarsi a un nuovo partner.

«Il consiglio è di non forzarsi e di rimettersi in gioco rispettando i propri tempi interiori, necessari a elaborare la precedente separazione. Il nuovo incontro non deve rappresentare una scappatoia per riempire un vuoto interiore, ma nascere da una condivisione di interessi nel quotidiano».

## La curiosità

Il sito di incontri canadese PlentyOfFish ha condotto una ricerca, analizzando un milione e 800mila messaggi scambiati tra 81mila single eterosessuali di età compresa tra i 25 e 35 anni, per tracciare l'identikit del partner perfetto per il 2014. La donna ideale dovrebbe avere intorno ai 25 anni, essere magra, amare gli animali e lo sport, ma non essere una fanatica del fitness. L'uomo ideale è castano, possiede un fisico atletico, ama i bambini e dispone di un reddito molto alto. Naturalmente per mantenere la prole al meglio, perché le difficoltà, si sa, non si sa mai da che parte arrivano.

