

LA LETTERA. Ora che il "cellulare" ha distrutto ogni possibilità di riflessione nel dialogo di coppia, prendere in mano la penna e scrivere una lettera è uno strumento

essenziale nella comunicazione di coppia.

Per scrivere occorre:

✓ riflettere, per organizzare i pensieri e le emozioni in una forma letteraria:

√ usare immagini e paragoni poetici fantasiosi. Più che la parola detta, la parola scritta può contribuire a risolvere la crisi nella coppia.



LA SERATA (folle!). Da realizzare in un ristorante romantico o in un piano-bar. Lo scopo è scoprire che non c'è un dualismo

fra la banda di amici pronti a qualche zingarata e la vita di coppia seria e grigia. Anche in coppia si può, di quando in quando, mangiare e bere, cantare e ballare per strada e dire scemenze, tanto si è un po' "su di giri"!



L'AMORE. L'amore si costruisce nel tempo come una casa. E come una casa ha bisogno:

- √ di progetti e di uno scavo profondo per metterci fondamenta sicure, per avere spazi comodi per le esigenze di ciascuno e di luoghi comuni per creare comunità;
- √ di un buon impianto di riscaldamento (...tante coccole!) e di piccole cose che rendano bello ciò che non deve essere solo utile.

L'amore di coppia vuol dire la disponibilità a donarsi, a regalarsi all'altro nel modo più completo e gratuito e poiché ogni giorno scopriamo quante scorie di egoismo ci portiamo ancora appresso...

> ... solo così l'amore è destinato a crescere. PER TUTTA LA VITA! educare

> > da: dimensioni nuove, rivista mensile, Elledici, articolo di Ottavio Losana Coordinamento redazionale di Angelo Santi, ex-allievo salesiano



SCARICA ALTRE SCHEDE DA

www.ilgrandeducatore.com

SCHEDA



serie EDUCARE IL RAPPORTO DI COPPIA CON LA COPPIA

Supplemento della rivista "Educatori di vita" ilgrandeducatore@gmail.com

ALCUNI SUGGERIMENTI PER MANTENERE **VIVO IL RAPPORTO** DI COPPIA...

COME COSTRUIRE UN AMORE CHE DURI PER SEMPRE

Separazioni e divorzi segnalano un preoccupante aumento di unioni finite anzitempo, senza che sia possibile individuare una causa precisa di crisi, ma solo per deterioramento progressivo e per noia.

Perché un rapporto di coppia non diventi abitudinario e quindi noioso.

sione: bisogna evitare accuratamente di mettere in discussione:

- √ l'onore reciproco,
- ✓ l'aspetto estetico di lei,
- ✓ le prestazioni sessuali di lui.

La ricetta della felicità non è ancora stata inventata; ognuno ha la sua storia e poco c'è da ricavare dall'esperienza degli altri.

Tuttavia possiamo tentare di individuare qualche suggerimento utile a mantenere vivo nel tempo il rapporto di coppia. Si può trovare nelle otto parole-chiave su cui ciascuno può fare le sue riflessioni:



L'EMOZIONE. L'emozione sta alla base della fedeltà reciproca. E nel nostro rapporto di coppia – pieno di stimoli pubblicitari quotidiani sempre più provocanti – non è facile

evocare un sentimento emozionante. Né si può pensare a una tensione emotiva prolungata che sarebbe stressante e quindi controproducente. Occorre creare periodicamente un'occasione emotiva forte: una giornata o una serata che risulti veramente indimenticabile.

Per questo è necessario l'effetto sorpresa, con la disponibilità a:

- √ programmare per il compleanno di lui un breve viaggio in quella località che ha sempre desiderato vedere, ma non è mai riuscito a raggiungere;
- √ regalare a lei, per l'anniversario, un cucciolo che è la copia esatta di Stella, la cagnolina con cui giocava da bambina.

In un solido rapporto di coppia la fantasia e la conoscenza reciproca possono suggerire molte occasioni emozionanti.



LA CONFESSIONE. Nulla è più commovente di chi si confessa e si pente del suo pec-

fica mettere a nudo la propria anima; si ha l'impressione di conoscersi meglio, di raggiungere un'intimità di coppia più profonda.

Attenzione però alla natura della confes-



LA SORPRESA. Tutti abbiamo bisogno di punti di riferimento sicuri, ma alzarsi tutte le mattine alle 7.30, lavarsi alle 8, telefonarsi a mezzogiorno, rientrare alle 19.45, salu-

tarsi tutte le sere alla stessa ora e con lo stesso tono: è ragionevole tutto ciò?

In un quotidiano ripetitivo di questo genere, il rischio che la novità possa incarnarsi in una bionda ossigenata o nel collega supersportivo è alto. Occorre spezzare la monotonia con qualche sorpresa, anche piccola, come:

- √ proviamo a scambiare i posti a tavola (gli psicologi dicono che è importante):
- √ variamo le attività serali senza pianificarle troppo;
- ✓ facciamoci piccoli regali, indipendentemente dalle ricorrenze del calendario.



IL RICORDO. In certe situazioni "storte", invece di inveire contro i presenti scaricando la colpa su di loro, se sono gestite con spiritosità e finiscono bene, diventano

bei ricordi comuni per un legame forte e, nei momenti di crisi, diventano il cemento che può tenere unita la coppia.



LA SCENATA. Espediente quasi disperato, ma in qualche caso efficace, da usare da parte

di lei nel momento acuto della crisi, invece di chiudersi nel mutismo o al massimo sbattere la porta e (magari con la camicetta semisbottonata) sibilare con voce sensuale: «Vattene, disgraziato». Potrebbe funzionare!



L'amore si costruisce nel tempo con fondamenta solide.