

Ho appena 15 anni e da qualche mese stò vivendo un momento "magico" della mia vita. Sono molto innamorata di un ragazzo che ha un anno in più di me. Per tutti e due si tratta della prima esperienza sentimentale della nostra vita. Non so come gestirla e anche lui non sa cosa fare. Come devo comportarmi? Ritiene che sia già arrivato il momento di vivere anche sessualmente il nostro amore o è invece meglio aspettare ancora un pò?

Federica 1996

Risponde

Dott.ssa Valentina Danzi
Psicologa e Psicoterapeuta

Salve Federica, dobbiamo partire dal presupposto che non c'è un momento "giusto" in assoluto per vivere la prima esperienza sessuale, rimane questa una scelta molto soggettiva. Ritengo però che sia un evento emotivamente molto intenso e che vada vissuto quando ci si sente pronti sia individualmente che come coppia senza forzature né fretta. A volte infatti, anche una piccola attesa può preparare a quel momento e alimentarne il desiderio. L'intimità inoltre non è rappresentata solo dal rapporto sessuale completo ma anche da molte altre forme di contatto che permettono di conoscersi ed esplorarsi e che possono favorire poi il rapporto sessuale in seguito.

Il prossimo anno, dopo 5 anni di fidanzamento, io e la mia ragazza ci sposeremo. Una scelta ponderata a lungo. Siamo entrambi convinti del passo che stiamo facendo. Va comunque detto che molte coppie sono partite proprio come noi e poi si sono trovate a fare i conti con realtà diverse da quelle iniziali, con ripicche e meschinità in fase di separazione del tutto inattese. Per evitare che, nel caso in cui anche il nostro matrimonio si dovesse interrompere, ciò possa capitare anche a noi come dobbiamo comportarci? La mia volontà, e anche quella della mia futura moglie, è di chiarire tutto prima per evitare fraintendimenti e incomprensioni in caso di separazione.

Risponde

Dott.ssa Valentina Danzi
Psicologa e Psicoterapeuta

Cinque anni di fidanzamento è senz'altro un tempo che permette di conoscersi e capire molte cose dell'altro e del rapporto. Le paure che emergono nella sua domanda appartengono proprio a questa fase così carica emotivamente, la fase cioè dell'investimento in un progetto comune importante. Non è sempre possibile prevenire una separazione o una rottura né tantomeno le incomprensioni in fase di separazione ma sicuramente l'apertura al dialogo e la possibilità di comunicare permettono di trovare dei punti d'incontro, di chiarire al momento giusto piuttosto che accumulare e di evitare rancori che finiscono, nel tempo, per logorare il rapporto. Credo d'altra parte che questo momento meriti di essere vissuto con tutto l'entusiasmo possibile, mettendo anche un pò da parte le paure che, seppur legittime e basate su esperienze reali e vicine a voi, possono mettervi in una condizione di allerta eccessiva attenuando quel positivismo che è giusto che ci sia nella fase della costruzione e dell'investimento.



Per le vostre lettere ai nostri specialisti potete inviare un'email a adv@vitaincoppia.it