I giusti tempi dell'intimità perché un rapporto duri

Prof.ssa Alessandra Graziottin
Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica H. San Raffaele Resnati, Milano

"Uno studio sostiene che se si aspetta ad avere il primo rapporto è più probabile che la coppia duri nel tempo. E' vero? Lei che cosa ne pensa? E quanto bisognerebbe aspettare?".
Martina S. (Fiesole)

Quello studio, cara Martina, condotto su oltre 10.000 coppie stabili, dimostra che aver atteso almeno qualche settimana o mese, prima di arrivare al rapporto completo, aumenta le probabilità di costruire insieme un rapporto di coppia duraturo. Le ragioni sono comprensibili: chi aspetta di conoscersi un po' meglio, prima di arrivare ad un rapporto completo, dà un diverso valore ai sentimenti, alla relazione di coppia ma anche al significato affettivo dell'intimità erotica, rispetto a chi ama andare subito al dunque, anche la prima sera.
Nei casi migliori, chi sa aspettare tende a integrare amore, amicizia, sensualità, attrazione fisica, dialogo, capacità di condividere un sogno sul futuro, di sé e della coppia. Non in modo passivo, anzi valorizzando l'attesa con una graduale, assaporata conoscenza che fa crescere il desiderio e l'eccitazione, in parallelo alla voglia di costruire un futuro solido insieme. Qui, il tempo è il migliore alleato dell'amore. All'estremo opposto, chi privilegia l'erotismo subito, ama il piacere fisico in sé e per sé; non si aspetta necessariamente che da una sera nasca un futuro; a volte non vuole nemmeno una relazione, che può temere anzi più del fuoco.
Ci può essere appagamento profondo nell'uno e nell'altro modo di vivere l'intimità. Coppie che hanno saputo aspettare veleggiano felici oltre ogni scoglio della vita a due. Più raramente, capita comunque di vedere coppie partite con una attrazione fisica furiosa e gaudiosa veleggiare sorprese verso relazioni stabilissime e altrettanto felici. Al lato opposto, coppie che hanno atteso a lungo sono finite in una palude senza slanci. E altre che hanno vissuto l'attimo sono rimaste con l'amaro in bocca: perché è mancata l'intesa fisica e la soddisfazione, perché i tempi sono stati troppo rapidi o perché si sono corsi molti rischi per poco piacere.
Non ci sono regole fisse. Ciascuno deve sentire quale sia il "suo" tempo migliore per quella storia; da questo nasce il senso e il bello dell'attesa, quando merita.

Prevenire e curare – Autoprotezione sempre, indipendentemente dai tempi
L'autoprotezione, nel sesso, è indispensabile sempre per evitare amare sorprese:
- contraccezione ormonale per lei, per garantirsi una protezione assoluta, anche verso i profilattici che si rompono e altri guai;
- profilattico sempre, per lui, fin dall'inizio del rapporto, in tutte le forme di rapporto: per gustarsi la migliore felicità erotica, senza "day after" molto amari.

© 2013 - RCS Periodici - www.alessandragraziottin.it