

Estati calde, amori tiepidi.

Un periodo lontano dalla routine quotidiana rinsalda i rapporti o mette a nudo i problemi? Lo chiediamo allo psichiatra e sessuologo Marco Rossi.



Le vacanze, la coppia, il ritorno a casa: come affrontare il rientro a due, dopo il periodo di riposo delle ferie? Le vacanze a volte sono il momento di recupero di un rapporto, a volte invece sono una trappola mortale che sfascia ciò che resta di unioni traballanti, non troppo salde, che sperano di trovare nelle tanto agognate ferie, oggi sempre più corte e più esotiche, quella magia che invece si è inesorabilmente persa dietro piatti da lavare, panni da stirare, uscite con amici, insomma, la routine. Cosa fare dunque quando, finito il riposo, si deve tornare a casa?

Lo abbiamo chiesto a Marco Rossi, psichiatra pavese, noto al grande pubblico per le sue frequentazioni televisive come sessuologo in trasmissioni come l'Italia sul 2, su Raidue, o Buona Domenica, su Canale 5. Marco Rossi è un esperto di problemi di coppia: «Le vacanze dovrebbero essere l'unico momento in cui ci si riesce a liberare dallo stress ►



► della vita quotidiana – spiega – si è liberi dagli impegni del lavoro, si torna a sedurre e ad essere sedotti, come all'inizio della relazione. C'è tanto tempo a disposizione, c'è tranquillità: gli ingredienti che servono quando si vuole tornare ad incontrarsi. Anche il luogo, piacevole, e diverso dallo scenario in cui si svolge la vita quotidiana, consente di sentirsi di nuovo vivi e uniti».

Una prospettiva gradevole se tutto procede per il meglio. Ma nel caso in cui l'armonia proprio non si ritrova, come bisogna comportarsi?

«Se non si riesce a ritrovare l'armonia di un tempo, se i dissidi non si ricompongono, significa che la maggior disponibilità di tempo non è stata ben sfruttata: alcune persone fanno troppe cose, riempiono ogni minuto della loro vacanza, senza lasciare spazio ai rapporti personali e di coppia». Quindi se si vuole ritrovare l'intesa perduta non è consigliabile infilare in una giornata lo shopping, il tennis, la canoa, e il ballo serale. Meglio rilassarsi e cercare di parlarsi.

«Per altri invece neanche questo funziona, e quindi i litigi di ogni giorno si ripetono, anzi, si acuiscono. Altre coppie invece hanno problemi di convivenza così pesanti che non riescono a liberarsene in alcun modo».

Le vacanze sono quindi un confronto a due che, se funziona, consente di recuperare intimità e voglia di stare insieme. Altrimenti, se fallisce questa opportunità di ritrovare l'armonia dell'inizio della relazione, possono portare a riflessioni significative sul futuro di un'unione che, evidentemente, traballa. Senza escludere addirittura la possibilità di una separazione.

«Se il rapporto in vacanza è andato bene, al rientro la coppia deve riuscire a trovare più tempo per il rapporto a due: ha bisogno di più spazio per sé, rispetto alle abitudini precedenti – aggiunge Rossi – e questo vale anche quando ci sono

dei bambini: bisogna creare un proprio spazio, trovare più tempo per stare insieme, in due, organizzandosi anche con il lavoro e i figli. So che è difficilissimo, ma è assolutamente necessario per proseguire sulla strada che si è intrapresa in vacanza».

Le sospirate ferie a volte però si rivelano un inferno: liti, muscoli lunghi, scontri verbali, infelicità. «La coppia che si ritrova in queste condizioni necessita di un'attenzione particolare, e deve pensare a rivolgersi ad esperti che siano in grado di aiutarla. Un terapeuta, ma anche un avvocato: non si può continuare così per un altro anno». In questo caso al rientro lo stress della quotidianità attenua, invece di acuire, i problemi della coppia: si pensa ad altro per non concentrarsi su litigi e dissapori.

Ma non può durare a lungo, anche se ci sono relazioni in cui questa condizione si è protratta per anni, fino ad incancrenirsi: «Bisogna ammettere che ci sono problemi seri, che vivere insieme non è più una gioia ma un peso: questo è già un notevole passo avanti rispetto al lavoro da fare per ricostruire il rapporto - prosegue lo psichiatra pavese

- Altrimenti bisogna prendere atto del fatto che la crisi è irreversibile, ed è meglio pensare ad una separazione. Un distacco che viene vissuto da entrambi come un fallimento, come la fine di un sogno, la realizzazione di un ideale di vita insieme a cui tutti aspiriamo. Ma che in alcuni casi è inevitabile, perché se la crisi è ormai arrivata ad un pun-

to di non ritorno, non si può continuare a stare in due». E aggiunge: «Vivere in coppia è un impegno anche gravoso, ma che ti ripaga con la felicità che tutti desiderano. Senza questo impegno, senza la volontà di mantenere in vita un rapporto, non si può avere un'unione che cresce e si evolve». Unica condizione per poter affrontare i vari momenti, non sempre facili, che la vita ci riserva. ■

MARCO ROSSI

Classe 1965, nato a Pavia, città dove ha ancora forti radici, ha conquistato la notorietà tra il grande pubblico nelle vesti di sessuologo. Il suo lancio tra i vip del firmamento televisivo è dovuto a Loveline, la trasmissione in onda su Mtv che lo ha visto protagonista per diverse stagioni accanto a Camilla Raznovich. Poi il passaggio a Buona Domenica, il contenitore domenicale pomeridiano su Canale 5, in cui ha vestito ancora una volta i panni dell'esperto in sessuologia, ed ora, anche per la prossima stagione, un rapporto consolidato con l'Italia sul 2, ogni pomeriggio su Raidue. Si è laureato in medicina e poi specializzato in psichiatria nell'ateneo pavese, e dal 1994 dirige il Centro Psico Sociale di Mortara, attività che continua a svolgere nonostante i continui, e sempre più pressanti, impegni mediatici, che riesce a gestire grazie ad una sapiente organizzazione del tempo. È un collaboratore fisso di riviste come Dipiù, diretto da Sandro Mayer, Alter Ego e Riza Psicosomatica. Ha in vista anche un paio di progetti in radio nazionali, e continua anche il suo impegno come conferenziere nella Scuola genitori, a cura dall'Associazione Industriali di Vicenza. Fa parte del Centro di Medicina sessuale di Milano. Il segreto del suo successo? Rossi è gentile ed asciutto nel trattare un tema, come il sesso, che nonostante l'evoluzione dei costumi resta sempre un po' tabù.

