

12 mosse per capire un uomo

Uomini e donne hanno modi di relazionarsi, comunicare e sentire differenti. Come si fa a capire cosa celano i comportamenti degli uomini? Ci aiuta nella decifrazione il **dottor Marco Rossi**. «Mi piace sottolineare che sono contrario alla manualizzazione dell'amore e del sesso, le persone sono diverse l'una dell'altra pertanto è difficile e non sempre corretto generalizzare. È anche vero che ci sono affinità nei comportamenti maschili (come in quelli femminili) e diventa interessante pensare a **qualche regola generale che aiuti a capire chi si ha di fronte**. Mi piace pensare all'unione di coppia come a un incastro tra le caratteristiche dei due singoli». Vediamole insieme.

1. **I suoi modi per dire *ti amo***. Gli uomini tendono a non esprimere i propri sentimenti con le parole. Preferiscono agire, fare qualcosa di concreto: portare fuori la spazzatura, aggiustare qualcosa in casa, tagliare il prato... Qualunque cosa che renda migliore il mondo e la vita quotidiana della partner. L'uomo è profondamente pratico e ama essere apprezzato per ciò che fa.

2. **Il suo modo di ascoltare**. Anche se le donne sono più abituate a interloquire, a seguire una conversazione inframezzando le parole altrui a colpi di *certo, ah, sì?* e *capisco*, non possono pretendere che i maschi siano per forza come loro. La verità è che quasi sempre sono l'esatto contrario: tendono a seguire in silenzio. Le donne li credono distratti, disinteressati, indolenti e svogliati; in realtà, quando non le interrompono è molto probabile che stiano riflettendo sulle loro parole per capirle meglio. Quando una donna è in ansia o è preoccupata tende a parlare molto, gli uomini invece alle parole preferiscono creare soluzioni. Questo atteggiamento però non è sempre compreso dalle partner, con conseguenti incomprensioni e tensioni.

3. **Il suo modo di rafforzare il rapporto**. Più che tramite i pensieri o i sentimenti, gli uomini tendono a consolidare le proprie relazioni condividendo qualcosa di molto personale: una passione, un interesse, il sesso, una partita di calcio!

4. **L'uomo ha bisogno di spazi tutti suoi**. Condividere cose molto personali è fondamentale per un uomo; ma altrettanto importante, se non di più, è poter contare su spazi tutti per sé: per lo sport (seguito o praticato), il collezionismo, la musica. Una donna deve capire che garantire al partner una zona franca è uno strumento decisivo per rafforzare la coppia.

5. **L'uomo è tutto suo padre**. Se una donna vuole capire profondamente il partner, la cosa migliore che possa fare è guardare bene al padre di lui. Sì, perché ogni uomo è quello che è (nei rapporti con il prossimo, nelle relazioni sentimentali, nella vita in genere) perché ha avuto come esempio suo padre.

6. **L'uomo dimentica in fretta**. Rispetto alle donne – che superano con difficoltà situazioni o avvenimenti sgradevoli, con il risultato di accumulare ansia, stress, depressione – gli uomini sono meno propensi a soffermarsi su eventi spiacevoli e

tendono a oltrepassarli più rapidamente. Se c'è stato un litigio 24 ore prima, la donna vorrà tornarci sopra per riprendere il discorso, l'uomo se ne sarà già dimenticato! Allo stesso modo, se la donna riferisce di un problema e omette poi di parlarne per qualche tempo, per l'uomo il problema è superato: *non ne parla più, non esiste più!*

7. L'uomo ha bisogno di indizi chiari e diretti. Una donna che voglia farsi capire bene dall'uomo deve essere diretta. Non aspettatevi mai che il maschio colga al volo, sempre e comunque, quell'ombra di tristezza sul volto femminile o quel velo o un'emozione.

8. L'uomo ama essere apprezzato per quello che fa. Se una donna mostra di gradire e stimare il suo uomo per gli atteggiamenti o i comportamenti, lui farà sempre meglio. Studi dimostrano per esempio che, se apprezzato per il modo in cui partecipa alla crescita di suo figlio, l'impegno maschile sarà sempre maggiore e di migliore qualità.

9. L'uomo pensa al sesso più della donna. La maggior parte dei maschi sotto i 60 anni pensano al sesso almeno una volta al giorno (contro il 25% delle donne); gli uomini hanno fantasie erotiche due volte più frequenti, oltre che più varie, e pensano molto più spesso anche a rapporti sessuali occasionali.

10. L'uomo vorrebbe che lei prendesse più spesso l'iniziativa nel sesso. Sentirsi i soli a dover prendere l'iniziativa, quando si parla di sesso, rappresenta un peso per la maggior parte degli uomini; molto meglio se la partner non si mostri timida, quando ne ha davvero voglia: il rapporto non può che beneficiarne. L'uomo è incuriosito e stimolato dalla compagna che non vive passivamente l'intimità, ma che si mostra intraprendente.

11. Ci sono volte che anche all'uomo non va di fare sesso. Alle donne può suonare strano, se non impossibile: invece è proprio così. Proprio come accade al sesso femminile, anche il maschio può avvertire l'oppressione di stress da lavoro, bollette da pagare, inquietudini varie causate dalla routine quotidiana. Se un uomo dice *Oggi non mi va*, una donna non deve prenderla come una mancanza di interesse nei suoi confronti, ma solo come un *non ora, non adesso, ma domani*.

12. Per l'uomo conta molto il piacere di lei. Anche se le donne tendono a pensare il contrario, gli uomini tengono molto in considerazione il piacere della partner. Per questo è importante che la compagna, anche a costo di fare uno sforzo, si confidi con lui, gli parli, gli spieghi quello che ama sotto le lenzuola (e quello che invece proprio non gradisce). E non pensate che il vostro uomo non vi ascolterà, lui sa benissimo che il vostro piacere assicura anche il suo.