

Storie d'amore a distanza?

Sanihelp.it - Il dottor **Marco Rossi, psichiatra e sessuologo**, ci aiuta a delineare le dinamiche di una coppia che vive un amore a distanza e ci aiuta a capire quali possono essere i benefici e gli aspetti positivi di questo particolare tipo di relazione.

Nella società attuale le storie d'amore a distanza sono sempre più frequenti, quel che fa la differenza è **il tipo di distanza, che può essere più o meno impegnativa**. Se a dividere la coppia sono massimo 200 chilometri la situazione è più comodamente gestibile, se invece si tratta di distanze ulteriori, occorre una maggiore organizzazione,

Un altro aspetto importante è **l'età dei soggetti, la loro condizione finanziaria e il tempo che hanno per muoversi**: per una coppia di ragazzi giovani, magari a completo carico dei genitori, diventa un po' più difficile immaginare di sostenere le spese che una storia a distanza richiede.

La difficoltà principale per la coppia è che **non si condivide la quotidianità, il tempo che si trascorre insieme è limitato e non si ha un contatto/controllo continuo del partner**. Le persone impegnate in questo tipo di relazione vivono una sorta di doppia vita, quella che conducono abitualmente da soli e quella alimentata dai momenti con il partner. Il termine doppia vita non vuole avere alcuna accezione dubbia o negativa, è una condizione comune a chi intraprende questo tipo di storia.

Vivere una relazione a distanza impone una **grande capacità di gestire il rapporto e di organizzare il proprio tempo**. Due amanti lontani oggi sono certamente aiutati dallo sviluppo tecnologico: con chat, mail e telefono essere vicini in tempo reale è più facile, senza contare con con webcam e videochiamate diventa anche possibile vedersi!

Senza contare che per le coppie effettivamente lontane le compagnie aeree *low cost* sono il mezzo privilegiato per raggiungersi in poco tempo e, se i voli sono prenotati per tempo, anche a prezzi contenuti.

Iniziare una storia a distanza porta spesso con sé molte perplessità e molti dubbi, è di certo una situazione delicata e a volte faticosa, che si riesce ad affrontare solo *se ne vale la pena*. **Una relazione a distanza richiede molta**

progettualità, anche futura: è evidente che bisogna mettere in conto un avvicinamento futuro, trovare un accordo e decidere chi si trasferirà e quando.

Bisogna imparare la preziosità del *living together apart*, del vivere separatamente insieme. Ognuno, anche nei momenti in cui non si è vicini, avrà i propri spazi, i propri amici, i propri impegni e le proprie passioni. Ci vuole rispetto e fiducia reciproca, già fondamentale in ogni rapporto di coppia, ma maggiormente amplificata in una situazione in cui il contatto visivo è più labile.

Per reggere una relazione a distanza bisogna quindi essere molto indipendenti, del resto come cantava *Sting: If you love somebody set them free*, se ami qualcuno lascialo libero!