



Il romanticismo non piace solo alle donne, anche gli uomini hanno bisogno di coccole e di tenerezze. I baci, gli abbracci e le carezze, assieme ad altri gesti affettuosi, sono indispensabili anche per gli uomini, non solo li rigenerano dallo stress, ma aumentano il loro senso di sicurezza e la loro autostima, perché li fanno sentire sostenuti, apprezzati e amati dalla propria compagna.

Quando si cambiano i ritmi del quotidiano e si è maggiormente disposti a rilassarsi e a passare tempo in coppia, è molto positivo esaltare il lato dolce, tenero e romantico dello “stare insieme”.

Dobbiamo considerare che la società in cui viviamo e i canoni a cui siamo abituati, fanno leva su un'immagine maschile efficiente, sicura e concreta. Questo ruolo sociale che l'uomo riveste può risultare vincente nell'ambito lavorativo e delle pubbliche relazioni, ma è anche molto pesante da sostenere se non si dà mai spazio all'emotività.



Dott. Marco Rossi

Eppure gli uomini sentono vacillare la loro immagine virile, se fanno trasparire il loro lato tenero. Niente di più sbagliato! Vorrei però sottolineare che la modalità maschile è concreta, a differenza di quella

femminile. Quindi se si vogliono regalare attenzioni alla partner, è meglio farlo non tanto con parole dolci, ma meglio con i fatti. Ad esempio una coccola, una sorpresa, un regalo. L'importante è farlo senza troppi fronzoli, nella maniera più semplice e diretta possibile.

Nella sfera intima, ad esempio, l'uomo può chiedere alla partner di dedicare un'attenzione in più al suo piacere e, se è una cosa che di solito non accade, che sia la donna a prendere l'iniziativa. Inoltre le coccole, contribuiscono a stabilire una maggiore fiducia: quando l'altro ci mostra tenerezza, tendiamo a fidarci di più. Questo è funzionale, in quanto pone le basi per una maggiore apertura reciproca.

E' importante comprendere che mostrarsi all'altro è necessario per sentirsi sicuri ed accettati. Le coccole sono rassicuranti e aiutano a creare questo clima di affidamento e di reciprocità.

Consiglio sempre di scegliere "i momenti giusti" per dimostrare alla partner il proprio lato tenero ed affettuoso: ad esempio dopo il rapporto intimo o anche in momenti inaspettati, scambiandosi qualche breve coccola, oppure mentre si sta cucinando insieme, quando si sta per andare a letto o quando ci si sveglia la mattina. Anche ritagliarsi pochi minuti rubati durante il giorno: in ascensore, in auto... Basta un abbraccio, una carezza, un sorriso.