



*“Ho una relazione molto intensa anche dal punto di vista sessuale con un uomo più giovane conosciuto via chat. Quando lo scambio era solo virtuale riuscivo ad essere molto sexy, ma ora che vogliamo incontrarci in modo non più ‘virtuale’ ho paura che il mio corpo non regga la differenza di età. Come posso fare per non aver paura ad esibire il mio corpo?” Dany.*

Vorrei tranquillizzarla poiché il suo ‘giovane’ amico di sicuro apprezza in lei molte doti e non solo quelle estetiche! Stranamente lei non mostra la sicurezza delle donne più mature che generalmente hanno più autostima, si accettano di più e non sono sempre ossessionate dalla pelle a buccia d’arancia. Solitamente l’esperienza rende più abili a distogliere l’attenzione in certe situazioni, da quelli che possono essere dei difetti.

Ad esempio potrebbe ricorrere alla luce soffusa: rende più misteriose e toglie i difetti; oppure potrebbe indossare della lingerie sexy, se il seno non regge la forza di gravità entrano in aiuto i push up!



Dott. Marco Rossi

Anche le posizioni a letto possono essere delle alleate: se il lato B non è più tonico, meglio usare la

posizione dell'amazzone... La donna più matura sa 'giocare' per cui lei stessa potrebbe bendare il suo compagno con nastri di seta... "occhio non vede", ma la sensualità è potenziata!

Le consiglio quindi di essere se stessa, amare il suo corpo, dimostrare naturalezza e spontaneità, il giusto mix fra sensualità e sensibilità; non deve atteggiarsi a pornstar solo per recitare la parte della donna emancipata, ma allo stesso tempo non deve soffocare i suoi desideri e fantasie per paura di essere 'mal giudicata'.

Cercare di nascondere del tutto alcuni segni del tempo che passa è una mossa sbagliata, perché se lei cerca di camuffare un difetto, questo ultimo emergerà in maniera goffa e artificiosa, risultando più sgradevole di quello che è realmente.

Molto meglio investire in autostima e in consapevolezza, imparando ad accettare e poi a sfruttare queste caratteristiche, che anzi possono diventare estremamente attraenti, sia perché una donna consapevole, che si ama ed è sicura di sé è più affascinante, sia perché sono proprio quelle caratteristiche che distinguono una donna, che la rendono unica, e che fanno sì che un uomo voglia lei e lei soltanto.

Il primo passo da fare è valorizzare anche i difetti: impari a voler loro bene, perché fanno parte di lei e la rendono unica e insostituibile.

Infine, impari a scoprire quali sono le caratteristiche che esprimono in positivo il suo essere. Le faccio degli esempi: le caviglie grosse possono trasmettere affidabilità e concretezza, un sedere importante comunica femminilità, le rotondità possono permettere al partner di sentirla con le sue mani... e così via.

Indossare la propria fisicità con disinvoltura trasmette grande sicurezza, e questo potrà renderla affascinante perché vuol dire che lei sa andare oltre la superficie. Quindi, invece di cercare di camuffare quello che è diverso dallo standard, impari a scegliere cosa la valorizza, rendendo il difetto piacevole. È proprio per quell'insieme unico che il suo uomo vorrà solo lei! Perché è unica e diversa da tutte le altre.

Giochi sulla riservatezza, creando un intrigante senso di mistero: bastano uno sguardo profondo o un battito di ciglia, un velato doppio senso o un silenzio al momento giusto per far capire al suo uomo che quella timidezza è anche un gioco di seduzione che sta facendo con lui, facendogli intuire che sotto quella timidezza c'è una grande carica erotica. Impari ad amarsi: il piacere è piacersi!