

# SE UN'ALTRA DONNA INSIDIA IL TUO UOMO, NON

# STARE LÌ A GUARDARE: SFODERA GLI ARTIGLI!

«La "bad girl"», spiega la psicoterapeuta Eliana Lamberti, «è molto dura

e sicura di sé». Ma esiste il modo per tenerla alla larga dalla sua preda...

Nataschia Gargano

Milano, agosto

**S**ingle, bella e determinata. E sta puntando proprio il tuo uomo. È il ritratto della predatrice, colei che entra indisturbata nel cerchio delle tue amicizie e può mettere in crisi la tua relazione di coppia. Gli inglesi hanno pure trovato un termine per il fenomeno: *mate poaching* (andare a caccia di fidanzati o mariti). Le protagoniste sono donne che, tra un single e uno sposato, scelgono sempre quello impegnato. «Si tratta di un processo psicologico chiamato giudizio di rimbalzo, dove per stabilire ciò che è attraente ci si basa sull'opinione altrui più che sul proprio parere», spiega Biancamaria Fracas, psicologa e sessuologa a Desenzano del Garda. «L'uomo già impegnato gode di un'attrattiva di riflesso, perché ha una compagna che gli dà valore e fa scattare una sorta di rivalità. Queste cacciatrici di uomini sono in aumento perché, nella nostra società, oggetti e persone scelti da altri appaiono più desiderabili». Quindi, una persona mediamente attraente può apparire interessante nel momento in cui qualcun altro la sceglie, soprattutto se, a considerarla tale, è una persona a noi vicina.



## METTERE IL MUSO NON SERVE

Se la solita finta ingenua cerca di attirare l'attenzione del tuo partner, magari mostrandogli un video sul pc, affrontala subito a muso duro. Deve capire che sei pronta a difendere il "territorio".

Ma come riconoscere questo tipo di donna, soprattutto nelle calde notte estive? «La classica predatrice appare, in genere, molto dura e sicura di sé, esprime malizia nel modo di vestirsi, truccarsi, parlare e muoversi», osserva Eliana Lamberti, psicoterapeuta a Roma, autrice di *Amare è potere* (Armando Editore). «È facile riconoscer-

la, anche grazie all'emozione che suscita nelle altre donne: un'irritazione che, molte volte, sottende una celata ammirazione per il suo riuscire a essere così determinata e disinibita». Peccato che, mentre noi mettiamo il muso, lui ci è cascato dentro a capofitto. «Gli uomini sono spesso attratti dal messaggio

**Le persone scelte da altri appaiono più desiderabili**

che queste donne inviano loro», aggiunge la psicoterapeuta, «quello del piacere assoluto e senza complicazioni sentimentali». Perché gli uomini ne siano così irresistibilmente attratti, è presto detto. «Queste ragazze sono disponibili, non pretendono e, soprattutto, fanno sentire un uomo il migliore al mondo», garantisce la sessuologa. *Le continua a pag. 71*

## SEI IN GRADO DI FRENARE UNA PREDATRICE?

Rispondi al test e capirai se hai la grinta necessaria ad affrontare quelle che si divertono a rubare gli uomini altrui. Poi leggi il tuo profilo a pagina 71

- 1 Nel giro di amicizie arriva una nuova ragazza. La tua reazione?**  
**A.** Che cosa vuole questa tipa? E poi, da dove salta fuori?  
**B.** Accolgo con piacere la nuova arrivata, mi presento subito e cerco anche di agevolare il suo inserimento nel gruppo.
- 2 La titolare del bar che frequentate è molto loquace e appariscente.**  
**A.** Mi infastidisce, perché si mette sempre al centro dell'attenzione.  
**B.** Non c'è proprio niente di male a essere estroversi, cerca solo il dialogo.
- 3 Lui si inebetisce se vede la vicina di casa, bella e sempre tirata.**  
**A.** Lo prendo per le orecchie e lo rimetto in riga!  
**B.** È un salame come tutti gli uomini, che cosa ci vuoi fare?
- 4 In questi giorni lui sembra più stanco del solito. Che cosa fai?**  
**A.** Mando i bambini a casa dei nonni e organizzo una bella serata a tu per tu, magari una cena a lume di candela.  
**B.** Lo lascio tranquillo, perché probabilmente sta lavorando troppo e ha soltanto bisogno di tirare il fiato e riposare.
- 5 Ha fatto un apprezzamento a un'altra di fronte a te.**  
**A.** Non appena restiamo da soli io e lui, gliene dico quattro!  
**B.** È un complimento innocente, non c'è alcun motivo di arrabbiarsi.
- 6 In ufficio ha una certa confidenza con una collega bella e disinibita.**  
**A.** Pretendo che questo comportamento, che non ha niente a che vedere con il suo lavoro, finisca al più presto.  
**B.** Mi fido ciecamente di lui, ha tutto il diritto di coltivare le amicizie che vuole tra i colleghi di lavoro.
- 7 L'ora di partire per le vacanze: in valigia che cosa non puoi mancare?**  
**A.** Lingerie per una nottata speciale.  
**B.** Un po' di abbigliamento comodo non guasta. Almeno in vacanza!
- 8 Quando viene a contatto con donne sexy e un po' aggressive, lui...**  
**A.** Le guarda, eccome! E senza cercare di nascondere il suo gradimento.  
**B.** Non credo che queste "pantere" siano il suo tipo di donna, in caso contrario non avrebbe scelto una come me.
- 9 Se ti dovessi descrivere con un aggettivo, quale sceglieresti?**  
**A.** Tosta.  
**B.** Dolce.
- 10 Nel vostro ristorante preferito la cameriera ha un debole per lui.**  
**A.** Meglio stare in guardia, la prossima volta si cambia locale, prima che gli passino per la testa strane idee...  
**B.** È una ragazza gentile ed espansiva con tutti i clienti, non ci mette alcuna malizia, dunque non è certo una "cattiva ragazza".

## I VIP: «FIDUCIA E OCCHI APERTI»

**Paola Ferrari**  
**«NON SI AVVICINANO, POICHÉ MI TEMONO»**  
 «Le ragazze non osano avvicinarsi non perché sia bella, ma perché tremano di paura... Sono sensibile, passionale e testarda. Non sono gelosissima di mio marito, ma il profondo rispetto che ho verso gli altri lo pretendo sia dalle persone che frequento, sia da chi conosco a malapena».



**Cristina Chiabotto**  
**«SONO FORSE UN TIPO DA BUTTARE VIA?»**  
 «Fabio (Fulco, ndr) è un ragazzo ammirato e corteggiato come tanti altri. Tuttavia, devo ammettere che non mi preoccupo più di tanto, dal momento che sono consapevole che la nostra unione è molto solida e in grado di superare qualsiasi ostacolo. E poi io non sono proprio una donna da buttare via... Giusto?».



**Manuela Aureli**  
**«IN QUESTI CASI, È LUI IL VERO PROBLEMA...»**  
 «Se una mette gli occhi addosso al mio fidanzato mi innervosisco e vado su tutte le furie. Ma la mia lente d'ingrandimento la punto non su ciò che farebbe lei, ma su come si comporta lui. Cerco di scrutare, senza farmene accorgere, i loro sguardi e movimenti. Il problema, in questi casi, non è la donna, ma l'uomo...».



**Samanta Togni**  
**«IN AMORE, MAI DARE NULLA PER SCONTATO»**  
 «Io non credo che le donne "fregolino" gli uomini, a meno che il sesso forte non lo consenta espressamente. In tutta sincerità, mi preoccuperei più del mio compagno che non delle altre donne. Penso che in un rapporto bisogna impegnarsi molto e non dare mai nulla per scontato. In qualsiasi relazione, la fiducia reciproca è basilare».



**Emanuela Tittocchia**  
**«IO HO ALZATO LE MANI SU UNA RIVALE»**  
 «A 19 anni stavo con un ragazzo che amavo moltissimo. A un certo punto, ci fu una tipa che cominciò a stuzzicarlo e a mettersi tra noi. Morale: la presi a botte. È stata l'unica volta che ho alzato le mani. Ora, se qualcuna tenta di fare la stupida, la uccido con le parole e la stronco con gli sguardi».





## UN BRUTTO SEGNALE

Quando lui ha la curiosità di leggere subito un sms arrivato mentre si trova con te sotto le lenzuola, è un brutto segnale. Potrebbe essere il messaggio di una donna pronta a tutto pur di sostituirti nel letto. Ter-giversare non serve, affronta il tuo compagno con decisione, per togliergli eventuali grilli dalla testa.

*continua da pag. 68*

cacciatrici di uomini ci fanno paura «perché sono molto disponibili, anche sessualmente, una nota dolente nella maggior parte delle coppie di lungo corso», precisa la dottoressa Fracas. «Il più delle volte, il loro obiettivo è di cacciare gli

uomini solo per qualche notte di passione e difficilmente hanno intenzione di fare le amabili compagne».

Mettiamo il caso che, magari proprio in vacanza, l'abbiamo riconosciuta. È lei e ha preso di mira il nostro fidanzato. Come comportarsi? Per

prima cosa, dobbiamo fare attenzione ai passi falsi. «È importante mantenere la calma, per non cadere nella trappola e fare così il suo gioco», suggerisce la psicoterapeuta. «La maggior parte delle donne tende a mettere subito in discussione la propria autostima at-

traverso continui paragoni con la rivale. Allora si cominciano a vedere i propri difetti, in particolare fisici, e ci si paragona all'altra senza la giusta lucidità. È un errore: la tensione che si genera tende a river-sarsi nel rapporto con il partner e, anche quando non sfocia in una scenata di gelosia, mina la stabilità della coppia attraverso risposte aggressive e atteggiamenti punitivi».

Dobbiamo ricordarci che, se lui ha scelto di stare con noi, è per un motivo ben preciso, per quanto sexy possa apparire l'altra in quel momento. Ecco, dunque, qualche ricetta per la tenuta di coppia. «Invece di provare rabbia e mostrare le proprie insicurezze, facciamo un bel respiro, ricordandoci quanto valiamo e soprattutto i motivi che hanno permesso alla nostra storia d'amore di cominciare e durare nel tempo», consiglia la dottoressa Lamberti. «Quindi, spazio ad abbracci e parole dolci. Un bel sorriso attrae sempre di più rispetto a un'espressione tesa e corruciata».

## Cambiare look ha un effetto positivo

I casi sono due: o ci si fa venire il sangue amaro, rischian-do di rovinare il rapporto con le insicurezze, o si vive un momento in apparenza difficile come l'occasione per tirar fuori i lati inespressi della personalità. «Può essere di stimolo rinnovare il look, acquistare abiti, usare una lingerie sensuale, che potrebbe non aver nulla da invidiare a quella della temuta predatrice», consiglia Lamberti. E nell'intimità è bene alternare momenti di accudimento ad attimi piccanti (non facciamoci trovare ogni sera in tuta!): «Ogni tanto prendi l'iniziativa a letto e indossa completi intimi che lui apprezza», conclude Fracas. «Manda i figli dai nonni e gioca a sedurlo. E non dimenticare di farlo ridere». Così il tuo compagno sarà al riparo dalle grinfie della cattiva ragazza di turno. ♦

## Più risposte A SAI REAGIRE!

**N**on si può dire che i tuoi artigli non siano affilati a sufficienza! Di sicuro, non c'è "cattiva ragazza" che possa soffiarti il compagno senza che tu te ne accorga. Sei capace di farti sentire e hai le armi giuste per non fartelo sfuggire. Due consigli. Primo: non fare troppe sceneggiate. Non sempre riscaldano la temperatura di coppia, a volte stufano e basta. E poi, attenta: se una volta, per caso, allenti il guinzaglio, non sai cosa può accadere...

## Parità tra A e B RISCHI UN PO'

**H**ai una buona autostima e non hai bisogno di tenere a bacchetta il tuo partner per farti amare. Ti fidi di lui e credi che possa avere buoni rapporti con le altre donne senza per questo mancarti di rispetto. Attenta, però, alle insidie, specialmente in questo caldo periodo estivo. Tieni gli occhi aperti e, soprattutto, ogni tanto staccatevi dal gruppo e concedetevi una serata solo per voi due. La coppia ne guadagnerà in intesa e intimità.

## Più risposte B TROPPO SOFT

**O**k fidarsi ciecamente, ma non dare tutto per scontato. Il rapporto va ravvivato. Fai bene a dargli piena fiducia, ma qualche volta travestiti da "bad girl" solo per voi due: indossa qualcosa di carino e goditi un momento inatteso di intimità. Non devi essere diversa da ciò che sei, ma almeno per queste vacanze concediti qualche momento speciale e meno di routine rispetto al resto dell'anno. Successo assicurato!