



IL LAVORO

Se stai con un uomo fissato con la carriera, la vita di coppia è faticosa. Perché lui non c'è mai e quando c'è è spesso stanco o distratto e tu ti senti sola. Come distrarre il workaholic dal lavoro? «Trasformati in geisha consapevole», rivela la scrittrice Federica Bosco, autrice di *101 modi per dimenticare il tuo ex (e trovarne uno nuovo)*, Newton Compton, € 12,90. «E asseconda il suo costante bisogno d'amore e di

sostegno psicologico per sopportare lo stress. Alla fine, ti ripagherà facendoti sentire indispensabile». Oppure gioca la carta della pura seduzione. «Gli uomini competitivi hanno un livello di testosterone molto alto», svela lo psicologo Marco Pacori. «Sono sensibili al sesso, che vivono come una vacanza mentale dagli impegni. Usa questa sua

LA EX TROPPO VICINA

Azi la mano chi non rimpiange i tempi in cui il nome della ex non si poteva nemmeno pronunciare. Oggi la trovi, se non testimone alle tue nozze, quantomeno presente nella vita del tuo compagno. «È una donna che non accetta di avere perso la licenza d'esclusiva», spiega Laura Rivolta. «E i maschi sono lusingati da questo atteggiamento che li fa sentire importanti». Come neutralizzarla senza entrare in competizione? «Nel caso lei lo invitasse a feste, cene, happy hour, anche se ti costa, sii sempre presente. Devi segnare il tuo territorio, non lasciandole spazio per le manovre di riavvicinamento. Anche se l'amore è finito, il suo scopo è mantenere una posizione dominante», dice lo psicologo Marco Pacori. «Cerca poi di non parlare mai di lei, fingendo indifferenza nel caso lui la nominasse. È un modo per cancellarla dal vostro quotidiano e renderla sempre più evanescente».

Il suo cane

Un giorno, dopo una gita al canile municipale, il tuo fidanzato torna con un cucciolo di poche settimane. Primo pensiero: «È un amore». Ma dopo qualche tempo la visione di voi due felici con il cane pasticcione, come nella commedia *Io & Marley*, è oscurata da serate al parco, sabati dal veterinario e shopping di pappe e ossi di gomma. Mai avresti sospettato che l'indifesa palla di pelo avrebbe preso il tuo posto nelle priorità del tuo uomo. Ma come rimettere ordine nella gerarchia affettiva del tuo compagno? Con alternative sorprendenti. «L'importante è che tu non veda l'ostacolo come un elemento negativo. Anzi, il cane può diventare uno stimolo per evitare la routine», dice Laura Rivolta. «Per esempio, proponi al tuo compagno una fuga al mare in un hotel dotato di dog-sitter. Con il cucciolo affidato alle cure altrui, a voi non resterà che rilassarvi in un tête-à-tête in spiaggia o a cena fuori». Potrete perfino osare una breve vacanza in barca a vela con Fido a bordo grazie a www.aslowtravel.com che organizza crociere nel Mediterraneo. Non potrà rifiutare!

“debolezza” per attrarlo a te». Certo, non è facile essere sexy quando invece sei risentita perché lui ti trascura. «La sfida è diventare una donna capace di rivestire ruoli di confidente e di amante. E di costruire un'unione davvero forte in cui le vostre esigenze si fondono perfettamente. Se ci riuscirai, sentirete di appartenervi in modo totale», conclude Marco Pacori.



IO LA PENSO COSÌ

Chiara Caratti

«Sono una Scorpioncina possessiva e il “terzo incomodo” mi tocca da vicino. La passione per lo sci del mio fidanzato è un ottimo esempio. Io non lo pratico mentre lui è un mezzo campione. Quando sfreccia aspetto con ansia la successiva pausa-chalet. La soluzione che ho escogitato? Prendere lezioni anch'io, ma tra sei mesi, dopo essermi sfogata con le mie adorato nuotate al mare!».

Photoeditor di Cosmopolitan, oltre alla passione per la fotografia (non a caso è il suo lavoro) ama i bijoux, l'aquagym e la vita all'aria aperta.

FOTO DI ASHA FULLER