



Che cosa attira l'una verso l'altra due persone che non si conoscono? Per scoprirlo, è appena uscito il libro dello psicologo Marco Faccoli *Il linguaggio del corpo in amore. Le leggi non scritte dell'attrazione, della seduzione e del sentimento* (Sperling & Kupfer).

# FAI LA MISTERIOSA E LO CONQUIISTI

Meetic, la più grande community di single in Italia, ha intervistato i suoi iscritti sulla seduzione: quasi la metà è convinta che non ci siano strategie. Non è vero. Il flirt ha le sue regole. Molto diverse da quelle del passato

di IDA PAPANDREA scrivile a [dminprivato@mondadori.it](mailto:dminprivato@mondadori.it)

Ah, gli uomini. È così dura conquistarli? No, se non ti complichiamo la vita. E se adotti qualche piccola furbizia, da quando lo incontri al momento in cui lo segui su Facebook. I single iscritti a Meetic sono convinti che per sedurre non ci siano regole vincenti. Forse in passato. Oggi, c'è modo di far capitolare un uomo al primo appuntamento. Ecco un minicorso da seguire passo passo.

## STUZZICA LA SUA CURIOSITÀ

**Come facevi lei!** La regola imprescindibile per avere

successo al primo impatto e garantirti un secondo appuntamento era quella di far leva sul suo amor proprio. Tradotto, manifestare una coincidenza sfacciata di gusti, pensieri e punti di vista. Con frasi come: «Adoro i pub!» anche se in realtà la birra non è mai stata la tua bevanda preferita. Serviva a costruirsi l'immagine della metà perfetta. Senza dimenticare il look: seducente ma non troppo, anche se eri il tipo che andava in ufficio con il tacco 16. **Come comportarti oggi** «Metti da parte l'ansia da conquista e non temere di manifestare il tuo modo di

**essere»** spiega Grazia Geiger, psicoterapeuta, coach e autrice del libro *Donne numero Uno* (edizioni Tecniche Nuove, [www.graziageiger.it](http://www.graziageiger.it)). «Se ti propone un film d'azione e a te non piace, evita di mostrarti una fan di Bruce Willis. **Se sei un tipo solitario**, non fingere di avere un'intensa vita sociale. Mandare messaggi sbagliati ti costringe a recitare una parte che, alla lunga, non regge: chi lo desidera un rapporto dove manca realmente feeling? Sii te stessa, ma con riserva. Esprimere ciò che interessa non significa dire subito tutto di se stesse».

## DOSA LA TUA PRESENZA SUI SOCIAL

**Come facevi ieri** Foto, commenti e aggiornamenti in tempo reale. Diciamo, in pieno boom da Facebook & Co. **essere attiva sui social** network ti faceva sentire moderna, e dinamica. E senza ombra di dubbio interessante.

**Come comportarti oggi** Passata l'euforia, è meglio chiedersi se, per attirare la sua attenzione, esporsi troppo sia davvero la carta vincente. «Sei proprio sicura che gli interessi sapere cosa hai mangiato in pausa pranzo?» chiede Grazia Geiger. Anzi, in quest'epoca in cui è diventato normale dire tutto a tutti, uno stile più discreto è quello che ci vuole per farsi notare. «Se, per esempio, sai che lui sbircia il tuo profilo, dosa le informazioni che vuoi fargli arrivare. È anche un modo perché si faccia avanti per volerne sapere di più» conclude l'esperta.

## NEUTRALIZZA LE "ALTRE"

**Come facevi ieri** Bastava che una potenziale rivale si profilasse all'orizzonte e scattava la competizione più selvaggia. Lei era sexy? Tu iniziavi a modificare il tuo look. L'altra era materna e accomodante? Poco ci mancava che ti trasformassi nella tata del tuo lui. Il tutto condito da una buona dose di veleno e frecciate che sottolineassero, in ogni momento, quanto tu fossi meglio di lei. Con il risultato di farti apparire petulante, insicura e invidiosa.

**Come comportarti oggi** «Piuttosto che trasformarti in una copia di chi pensi sia meglio di te, punta a valorizzare le tue qualità. Del resto, se ti scelerà è perché sei tu, con le tue caratteristiche, a piacergli» commenta Grazia Geiger. «Invece di concentrarti sulla rivale, sposta la tua attenzione su di lui: hai di fronte a te un uomo più visivo, uditivo oppure cinestesico (cioè attento al contatto)? Studialo, individua le sue caratteristiche e punta le frecce giuste per centrare il bersaglio a modo tuo, senza snaturarti. Fidati: la rivale scomparirà».

## EVITA I COLPI DI SCENA

**Come facevi ieri** La donna interessante? Secondo te era quella capace di stupire sempre. Andavi al fast food dopo un concerto di musica classica. O dopo il film impegnato eri pronta a trascinarlo sulle montagne russe. Dura, ma con

un cuore di bimba. Emozionante, sì. Anche troppo. Lui, nella maggior parte dei casi, scappava a gambe levate.

**Come comportarti oggi** Non devi «stupirlo con effetti speciali» a tutti i costi. Né stordirlo proponendogli a raffica feste, appuntamenti, sfide sportive. «Se vi state conoscendo, le prime volte cerca soprattutto di lasciarlo parlare» spiega l'esperta. «Ascolta attentamente quello che dice con le parole e con i gesti. È la più forte arma di seduzione. Ma anche il primo modo per capire se i suoi desideri coincidono con i tuoi. E pazienza se il rischio è che tutto finisca in una bolla di sapone. Meglio scoprirlo subito tanto, prima o poi, i nodi salteranno al pettine».

## IMPARA DAGLI AMICI GAY

**Come facevi ieri** Notturmo, sera, locale. Puntavi uno che aveva attirato la tua attenzione, volevi fare colpo ma senza che lui potesse pensare quali fossero i tuoi scopi. E pensavi: «Lo guardo, ma senza guardare. Ci giro attorno, con nonchalance. Mi piace, ma anche no...». Nel frattempo, il tuo amico aveva agito. Ed era già sulla strada di casa. In dolce compagnia, purtroppo.

**Come comportarti oggi** «Prendi spunto dagli amici omosessuali e dai loro modi più diretti» consiglia Geiger. «Per esempio, non temere di attaccare bottone per prima con una frase qualsiasi che ti viene in mente. L'importante è comunicare anche in un altro modo. Un sorriso ampio e uno sguardo luminoso dicono più di mille parole. Ultimo consiglio: lascia perdere il cliché «mai la prima sera». Se la scintilla scatta sul serio, non sarà un deterrente. Se invece il giorno dopo lui non si farà più sentire, di sicuro ci rimarrai male. Ma consolati: quando non c'è feeling, non esistono strategie vincenti».

## LASCIA DA PARTE I PROBLEMI

**Come facevi ieri** Era fatta: lui ti chiedeva di uscire una seconda volta. E tu, mossa dall'entusiasmo, decidevi che era giunto il momento di aprirti completamente, raccontando i problemi della tua famiglia, le tensioni sul lavoro, gli anni passati in psicoterapia e l'ultima lite con la tua migliore amica.

**Come comportarti oggi** Non avere fretta. «Ci sono degli argomenti da evitare assolutamente ai primi appuntamenti. Ecco la lista: gli ex (specie se recenti), i tuoi difetti (potresti spaventarli), i grandi dolori della tua vita (appesantiresti inutilmente un rapporto appena nato). Avete tutto il tempo per conoscervi. Lascia che lui scopra lentamente, senza correre, chi sei, il tuo mondo, preoccupazioni incluse» suggerisce Grazia Geiger. «E poi tieni presente che, per quanto presa tu possa essere, non lo conosci ancora a fondo. Sei sicura di potergli regalare tutto il tuo mondo interiore? Se la storia non prende il via, la delusione sarà forte. E ti pentirai di aver bruciato le tappe, scoprendoti troppo».