

# LegnanoNews

Le news di Legnano e dell'Alto Milanese

## Le età dell'amore: ... continua

Redazione · Friday, June 5th, 2015

Qualche settimana fa avevo iniziato a parlare d'amore ...

Mi chiedevo quali fossero le particolarità che caratterizzano le coppie nate, o rinate, in età più avanzata.

Mi pare utile una precisazione: se è vero che alcune coppie si formano in età matura non è questa l'unica situazione in cui vivere una seconda giovinezza del cuore.

Alcune coppie "rodiate", con anni di convivenza alle spalle, traggono beneficio dall'aver ormai sorpassato le tappe fondamentali della vita.

I figli sono (generalmente) autonomi, spesso non sussistono più obiettivi legati alla carriera lavorativa ... e ora?

Talvolta si assiste ad un nuovo investimento nella via di relazione, si fruisce di rinnovata complicità. Il tempo trascorso insieme si riempie di nuovi obiettivi, consapevoli dell'importanza del rispetto dell'altro e dei suoi spazi.

Una coppia adulta affronta la sfida di reinvestire su se stessa non solo come coppia genitoriale, diventa importante potenziare o avviare rapporti verso l'esterno, ne sono un esempio la nascita di nuovi interessi o di reti amicali e sociali.

Alcuni investono tempo e risorse nella cura dei nipoti. Essere nonni è un compito di fondamentale importanza, sempre che non sia l'unico a caratterizzare la terza parte della vita.

Le coppie nate (o rinate) in età adulta si dedicano nuovamente a sé e questa riscoperta può dare luce ad un amore vissuto in modo intenso e gratificante.

La sessualità ha un posto in tutto ciò.

Sulla sessualità in terza età sussistono molteplici falsi miti, stereotipi, pregiudizi sociali, che non hanno un reale fondamento.

Non è vero che la passione termina con l'età giovanile, certo si modifica, ma non per questo non ha più motivo di esistere.

Si può giovare del nuovo modo di essere intimi, spesso si riduce la frequenza ma non il piacere o il desiderio.

Rimanere sessualmente attivi dopo i 60 anni è una realtà, non una possibilità. Ovviamente, le condizioni di salute, la relazione all'interno della coppia, il rapporto con il proprio corpo e le convinzioni personali sulla sessualità in generale influenzano il modo in cui tale aspetto si può esprimere.

L'esperienza conta.

Non vivere il batticuore travolgente della passione giovanile può essere un vantaggio!

La capacità di saper accettare l'altro per quello che è, di attendersi dalla relazione quanto può realmente dare, giova dell'età.

Accettare l'altro significa anche entrare a far parte della sua storia senza snaturarla. Spesso

relazioni nate in età avanzata devono fare i conti con famiglie preesistenti, per esempio la presenza di figli ma anche nipoti. Pertanto è d'obbligo trovare la giusta distanza, il giusto ruolo senza metter in

discussione rapporti verticali importanti.

Si può vivere bene in due se si è capaci di vivere da soli.

Per vivere in piena libertà una relazione affettiva, si deve sentire dentro di sé la convinzione di potercela fare anche senza il partner. Questa regola è valida per tutte le età e, con il passare del tempo, conta ancora di più.

Non ha senso accontentarsi di un partner o una partner di cui non si è innamorati, solo per evitare di rimanere da soli. La solitudine è una condizione esistenziale, inevitabile, che è necessario saper vivere, se si vuole realmente stare bene in coppia.

Peraltro, le unioni nate in età avanzata spesso non beneficiano di ufficialità fortemente sancite (matrimonio, famiglia, ma spesso anche convivenza) ma non per questo sono meno solide.

A dispetto dell'età, si può attendere a dichiarare di aver chiuso con l'amore. Certo fare coppia risente del passare degli anni, nel senso che ogni stagione ha le sue caratteristiche e non potrebbe non averle.

Forse, però, non è mai realmente tardi per amare.

Come sempre, qualsiasi domanda, commento o richiesta di chiarimento è ben accetta.

**Stefano Landoni**

**Psicologo Psicoterapeuta**

[info@studio-landoni.it](mailto:info@studio-landoni.it)

[www.studio-landoni.it](http://www.studio-landoni.it)

This entry was posted on Friday, June 5th, 2015 at 10:48 am and is filed under [Legnano, Psicologia](#). You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can leave a response, or [trackback](#) from your own site.