

VOLARE ^{in alto}

il coaching: per far decollare la tua mente

Il coach aiuta a strutturare piani di azione concreti e realizzabili, mirati al raggiungimento di risultati nel minor tempo possibile, per acquisire sicurezza attraverso la consapevolezza delle proprie azioni. Avvalendosi di modelli di riferimento, favorisce le persone a prendere coscienza definendo obiettivi e strategie migliori ed eliminando ostacoli che spesso sono solo mentali.

PER TUTTE LE TUE DOMANDE SCRIVI A: info@flyupcoaching.com
pubblicheremo la tua lettera con la risposta mensilmente in questa rubrica*

1

Ciao Enrico,

mi chiamo Evelyn ho 42 anni, 6 mesi fa ho chiuso una relazione sentimentale che si trascinava da anni e che negli ultimi tempi mi provocava solo rabbia e dolore.

Ora mi sento rinata, energica, tant'è che una sera fuori con le amiche mi si è avvicinato un ragazzo di 25 anni, pertanto molto più giovane di me che mi ha invitata ad uscire.

Inizialmente ero molto perplessa più che altro per la differenza di età, ma lui è sempre stato molto cortese e a modo finché mi sono convinta ad uscire con lui e mi sono resa conto che mi attrae moltissimo.

Gli ho espresso il mio interesse, e lui il suo, entrambi concordiamo di non cercare una relazione seria, ora come ora vorrei solo divertirmi, poterlo frequentare senza grande coinvolgimento.

Da quel primo incontro abbiamo cominciato a sentirci ogni giorno tramite sms, messaggi dolcissimi, di passione e voglia di condividere molte cose.

Io sono una donna molto emancipata, e indipendente, e fin da subito ho cercato di creare altre occasioni di incontro, invitandolo a cena, ad un aperitivo, al cinema. Lui mi diceva di sì ma poi succedeva sempre qualche inconveniente e declinava gli inviti.

Eppure i contatti via sms non si sono mai interrotti e lui tutt'oggi esprime il suo interesse nei miei confronti, ma alla fine non si arriva mai ad incontrarci.

Quando gli chiedo le motivazioni lui è sfuggente e dice che vuole che le cose succedano in modo spontaneo, io non capisco come sia possibile avere un appuntamento senza programmarlo.

Le mie amiche mi consigliano di lasciar perdere ma lui mi attrae molto e inoltre sono incuriosita da questo suo atteggiamento che proprio non comprendo.

Lui afferma di non volersi sentire vincolato e costretto e sfugge al confronto, visto che il mezzo (il cellulare) glielo permette, io vorrei tanto incontrarlo e potergli parlare faccia a faccia, come potrei fare a convincerlo senza farlo sentire, come dice lui, "vincolato".

- EVELYN -

Ciao Evelyn,

ho letto attentamente la tua e-mail il tuo caso è interessante. A volte i sentimenti sono più forti della

ragione e l'attrazione che provi nei confronti di questo 25enne, che tu ritenevi molto più giovane di te, ti crea emozioni che erano sopite a seguito della relazione sentimentale, che negli ultimi tempi, ti provocava solo rabbia e dolore.

Pur dicendo di non cercare una relazione seria e senza grande coinvolgimento, i tuoi comportamenti sembrano dire il contrario: hai tentato di creare altre occasioni di incontro invitandolo a cena, ad un aperitivo, al cinema, nonostante lui, alla fine, declini tutti gli inviti.

Adesso, ti chiedo di immaginare che una tua carissima amica addotti i comportamenti sopra descritti, diresti di lei che non è coinvolta nella relazione?

Voglio che tu ti chieda qual è il VERO interesse che hai per lui!

E' amore a prima vista?

E' il piacere di sentirsi nuovamente corteggiata con dolce attenzione e passione?

E' il piacere di riscoprirsi attraente anche e soprattutto da un uomo molto più giovane di te?

Prendi consapevolezza dalle risposte "sincere" che ti sei data e allinea i tuoi comportamenti ad essa, voglio farti notare che il tuo intento ora come ora è vorrei solo divertirmi.

Inoltre prendi atto che pur esprimendo il suo interesse per te, lui afferma di non volersi sentire vincolato e costretto, e sfugge al confronto, dimostrandosi molto coerente con le aspettative iniziali del suo rapporto con te.

Convincere una persona a fare una cosa che non si sente di fare, diventa di conseguenza un "vincolo" e questo, fa sì che, irrimediabilmente lui si allontani dalla situazione indesiderata.

Pertanto vivi, divertendoti, questo momento e lascialo andare senza vincoli questo potrebbe aiutarti ad incontrarlo per parlargli faccia a faccia.

Buon giorno coach,

ho 44 anni, sono divorziata da più di 15 anni e ho un figlio ormai grande che fra poco andrà a vivere con la sua fidanzata.

Una relazione decennale iniziata dopo il mio divorzio e da pochi mesi conclusa e non so il perché.

Il mio compagno, voleva che andassimo a vivere assieme, io ci ho provato con tutta me stessa (inizialmente non volevo e l'ho fatto solo per compiacerlo) ma non ci sono riuscita.

Sono caduta in una forte depressione e mi sono

ritrasferita nella mia casa.

Il mio "lui" non ha accettato questo mio passo e ci siamo lasciati.

Lui però mi manca terribilmente.

Perché non mi ha accettata per quella che sono?

Io lo amo ma non posso vivere con lui. Ho bisogno della mia casa (lui non voleva venire a vivere da me perché casa sua non solo è più grande ma ha anche tanto terreno da curare).

Oggi non so che fare della mia vita, lavoro in mezzo alla gente e quindi mi devo sforzare di essere quanto meno gentile mentre io ho solo voglia di stare seduta in casa mia senza vedere nessuno.

Ho smesso di mangiare (non ce la faccio proprio), il medico mi ha dato dei ricostituenti ma quello che mi fa più male non è il mio corpo è il mio cuore.

Non so proprio più che cosa devo fare.

Ti ringrazio di avermi ascoltata.

- LUISA -

Ascoltarti è stato un piacere. Alla prossima.
Enrico

IL NOSTRO COACH: ENRICO BOI
coach life, coach esecutive, carrier coach
FLY UP training coaching consulting
Piazzale Cadorna, 29 - BASSANO D.G. VI

www.flyupcoaching.com

tel. 0424.228938

345.6088883 - 347.3487674

*ANCHE IN FORMA ANONIMA.

I tuoi dati saranno trattati nel rispetto del segreto professionale

