

## Problemi in una relazione a distanza? Ecco come risolverli

**Pubblicato:** Lunedì 3 Dicembre 2018



### Relazione a distanza, uguale incertezza

In un contesto dove si sono sovvertiti i tradizionali equilibri che compongono una **relazione**, grazie ai nuovi veicoli di comunicazione, E' sempre più facile allacciare nuove conoscenze (un tempo quasi impossibili da fare) e scoprire affinità che originano l'inizio di una storia d'amore.

Il problema risiede nel fatto che sono moltissime le **relazioni a distanza**, ossia quelle che vedono i due partner vivere in città diverse (se non addirittura in Paesi differenti!), il che complica maledettamente la vita sentimentale che avrebbe bisogno di ben altro che di distanza.

Ma al detto "al cuor non si comanda" non è sempre facile rispondere con quelle certezze che sono indispensabili reciprocamente, per vivere una storia in modo sereno.

Insomma, diciamolo: **avere un partner lontano** aumenta il rischio di veder insorgere dei problemi legati proprio alla distanza che divide una coppia di innamorati.

Non occorre essere degli indovini per sapere che il gioco di coppia è spesso vittima di problematiche di ogni genere che determinano **litigi ed incomprensioni** e se a questo ovvio rischio si vanno ad aggiungere tutte quelle incertezze che la lontananza genera, è possibile comprendere di quale complessità è formata una relazione a distanza.

Avere il partner vicino facilita il rapporto e non solo perché se ci sono problemi, questi possono essere risolti attraverso un incontro di visu tra i due, ma anche perché la relazione può svilupparsi in modo soddisfacente per entrambi attraverso un contatto che sia facile e a portata di mano.

Da ciò si evince che **vivere una relazione a distanza** inibisce questa possibilità (ossia il fatto di poter chiarire con il partner in maniera immediata e di persona) creando, invece, una certa insicurezza che aumenta la portata dei problemi.

Vediamo di analizzare quali sono, in linea di massima, **i problemi che possono esserci in una relazione a distanza** e, successivamente, alcuni suggerimenti per trovare le opportune soluzioni.

### I problemi che nascono in una relazione a distanza tra i due partner

Abbiamo chiarito brevemente il concetto che avere un partner distante e non immediatamente raggiungibile è foriero della nascita di **problemi legati all'incertezza** oltre che a penalizzare la coppia che non può vivere pienamente il proprio rapporto per via della lontananza che impedisce di incontrarsi quando lo si desidera.

Analizziamo quali possono essere i problemi che in questi casi, possono inficiare negativamente il sentimento che unisce due partner che vivono in due luoghi distanti tra loro.

- **Gelosia:** per quanto possa apparire un sentimento anacronistico, la gelosia è la principale fonte di problemi di una relazione a distanza. Il fatto di non poter soddisfare il proprio senso di "controllo" sul partner, crea un disagio che si acuisce non appena qualcosa non quadra. Basta una

telefonata alla quale non si risponde per generare fantasie negative nella mente di chi ha chiamato o, anche, non ricevere subito una risposta ad un messaggio inviato via chat. La gelosia è proprio una brutta bestia soprattutto in questo tipo di relazioni dove la distanza proibisce un certo immediato controllo.

- **Dissonanze:** i litigi, indipendentemente da cosa li origini, devono essere chiariti immediatamente e di persona. Il fatto di non poterlo fare, inquieta entrambe i partner anche perché è possibile che si generino fraintendimenti che peggiorino la situazione.
- **Assenza di intimità:** la lontananza, fisiologicamente, significa non poter disporre di tempi sufficienti per vivere l'intimità del rapporto che viene rinchiuso solo in quegli spazi rappresentati da quelle occasioni dove ci si incontra.
- **Tentazioni:** il detto "occhio non vede, cuore non duole" è un evergreen in una relazione a distanza. Proprio per l'assenza del partner risulta facile cadere nelle tentazioni generate dal desiderio di sesso e spesso ci si cade, aumentando in questo modo il rischio di mettere in crisi il rapporto esistente.
- **La spesa:** una relazione alla distanza si traduce in costi di viaggio, soggiorno e altro ancora che devono essere messe in preventivo e che non tutti sono in grado di poter affrontare senza problemi. Per quanto possa apparire banale, i costi per poter mantenere una relazione a distanza possono essere anche particolarmente cari soprattutto se il partner non si trova in Italia.

## Quale comportamento adottare per risolvere i problemi di una relazione a distanza

Quanto sopra esposto, tratta solamente alcune dinamiche che possono influire negativamente su di una relazione a distanza ma molteplici possono essere le cause fattrici di **crisi di un rapporto** così limitante.

Esistono tuttavia dei modi "correttivi" atti a risolvere problemi fino **arrivare ad una riappacificazione** dopo una separazione o un brutto litigio, anche con i consigli online di [direzioneritorno.it](https://www.direzioneritorno.it).

Il primo dettame da prendere in considerazione È quello di **non tenere conto del giudizio** di tutte quelle persone che criticano coloro che vivono delle relazioni a distanza ritenendole impossibili. Partendo da questo principio possiamo elencare l'atteggiamento che si suggerisce da tenere laddove coinvolti in una storia con un partner che vive in un altro luogo.

- **Positività:** non bisogna credere di essere le uniche persone che vivono una relazione a distanza. Le statistiche dicono che l'8% delle coppie sono formate da persone che risiedono in città differenti. Se nasce e prosegue una relazione di questa maniera, ciÚ significa a sapere che il sentimento è davvero forte nonostante si viva in una certa autonomia (che non lo soffoca affatto ma) che lo fa crescere di conseguenza.
- **Fiducia:** occorre eliminare il dubbio e le incertezze. Il fatto che esista un sentimento tanto solido da sopravvivere alla distanza equivale ad una dichiarazione di intenti d'ambo le parti che risulta essere solida e al di sopra di ogni sospetto.  
Se telefonando si È trovati il cellulare del partner irraggiungibile, ciò non significa che È stato appositamente spento perchè in quel momento sta in dolce compagnia. Possono essere molteplici le cause di quella indisponibilità. Il **superare la gelosia**, oltre che una prova di vero sentimento, permette di vivere la relazione a distanza in modo ideale.
- **Comunicazione:** grazie ai device di ultima generazione e alle tante piattaforme social e di comunicazione, è possibile raggiungere il proprio partner distante, attraverso chat e video chat dall'insignificante costo che consente di creare un fil-rouge quasi permanente. Ovviamente devono essere considerati solo quei momenti di reciproca disponibilità nei quali potersi relazionare senza avere problemi di tipo lavorativo e, magari, sfruttare quella personale intimità che permette alla fantasia di coniugare il desiderio con l'immaginazione.
- **Condivisione:** come nei tradizionali rapporti, è fondamentale essere complici e condividere tutto, o quasi. Questo non si deve tradurre nell'esposizione cronologica e dettagliata dei fatti della

giornata a mò di riassunto, ma deve tenere in considerazione una condivisione delle cose della vita con il partner anche se questi vive lontano.

- **Discussioni e affini:** il confronto è una cosa ed il litigio un'altra. Spesso il primo conduce al secondo e non è raro che ci siano delle crisi che portano anche ad una separazione. Ci si deve lasciare andare ai suggerimenti del proprio cuore e avere il coraggio di chiedere scusa se si è sbagliato atteggiamento o anche di essere così tolleranti da perdonare qualsiasi cosa possa aver fatto il partner che sia stata la causa del litigio e della momentanea chiusura dei rapporti. Avviene anche tra partner che vivono la loro relazione nella stessa casa.
- **Organizzazione:** raggiungere il partner attraverso la soluzione di viaggi low cost È un modo intelligente di programmare gli incontri che, si consiglia, devono essere alternati per offrire ad entrambi la comodità di essere raggiunti dal partner.

[Redazione VareseNews](#)

[redazione@varesenews.it](mailto:redazione@varesenews.it)