

MA TUTTI A ME?

IL MIO DATING
JOURNAL

Tragico
resoconto
dei miei
appuntamento
disastrosi



Testi: Jessica Cardaioli

Credito fotografico dell'intero corredo illustrativo: ©stock.adobe.com
Copertina: progetto grafico di Paolo Turini; immagini © Shutterstock

www.giunti.it

© 2024 Giunti Editore S.p.A.
Via Bolognese 165 – 50139 Firenze – Italia
Via G.B. Pirelli 30 – 20124 Milano – Italia

ISBN: 9791223202913

Prima edizione digitale: luglio 2024



PRO.DIGI  GIUNTI
FESTINA LENTE



IL MIO DATING JOURNAL



MA TUTTI A ME?



Tragico
resoconto
dei miei
appuntamento
disastrosi

 GIUNTI

Dopotutto domani è un altro giorno.
Rossella O'Hara in ***Via col vento*** (Victor Fleming)

#credici



Si tiene a precisare che:

1. sappiamo che qualche generalizzazione sarà inevitabile, ma confidiamo nella perspicacia delle lettrici che sapranno riconoscerle e non prenderle troppo sul serio;

2. sappiamo di non essere sante, anche noi abbiamo le nostre responsabilità, anche noi facciamo gli stessi errori;

3. non vogliamo incentivare un atteggiamento da collezionista, solo accrescere l'autoconsapevolezza e la conoscenza di sé attraverso l'esperienza.

Perché mai tenere un diario dei propri appuntamenti, anche dei più disastrosi e imbarazzanti? Di quelli che, dopo neanche cinque minuti, ti chiedi perché tu sia lì e vorresti solo tornare a casa per finire la serie su Netflix che avevi iniziato a vedere secoli fa?

In teoria per imparare dai propri errori, perché siamo creature perfettibili, dotate di strumenti cognitivi e intellettuali, in grado di tenersi lontane dai guai, di evolvere e bla bla bla... e ce lo dicono proprio tutti: dai media ai podcast, passando per le pagine dei migliori libri di self-help in circolazione e per la sfilza interminabile di post e reel sui social.

In pratica per poter ridere con chi ci vuole bene delle nostre disavventure e dei tentativi più assurdi, alla ricerca di ciò che oggi ancora ci ostiniamo, dopo secoli e secoli, a chiamare amore. Se dopo aver riempito queste pagine ci crederai ancora, complimenti, nulla d'ora in avanti potrà buttarti giù.

Capire gli altri per capire noi stessi: questo non sarà solo un semplice diario, ma uno dei modi per comprendere meglio chi sei e cosa desideri da una relazione, tenendo traccia di ogni incontro, dai più convenzionali a quelli sopra le righe.

Intraprendi questo percorso di scoperta in cui ogni persona con cui hai avuto a che fare può diventare lo specchio che riflette i tuoi desideri e le tue preferenze.

Infine, scriverne può essere un modo nuovo per celebrare gli insuccessi e le delusioni, le conquiste fugaci e le emozioni irripetibili, perché anche di queste esperienze è fatto l'amore.

Con questo Dating Journal potrai:

- capire meglio te stessa;
- documentare i tuoi incontri e renderli indimenticabili;
- divertirti, sdrammatizzare e riderti su;
- condividere le tue esperienze;
- evitare la rimozione selettiva di ciò che non vorresti ricordare, perché... sbagliando si impara!



Il consiglio spassionato

Inizia sempre a compilare le schede a matita: quelli che lasceranno il segno manterranno la loro doppia pagina e un posto nella tua memoria, mentre i soggetti che si dilegneranno più veloci della luce, che nemmeno farai in tempo a incontrare perché spariranno nel nulla, potrai cancellarli e riutilizzare la scheda per un caso umano più rappresentativo e degno di nota.

A COSA TI SERVIRÀ QUESTO DATING JOURNAL

Sì, sei sicuramente una tipa dalle mille risorse, possiedi un'ottima memoria e puoi vantare all'attivo una serie sterminata di skill potenziate e messe a punto in anni di disastri, avventure e vicende al limite del surreale. Sei navigata e lo sappiamo, non importa se sei stata in una relazione pluridecennale oppure hai compiuto da poco diciotto anni, la sai lunga. Sei una donna. Tiriamocela un po' che male non fa. Di te non dubitare mai, tanto meno lo dovrebbero fare gli altri.

Ma sappi che il libercolo che hai tra le mani potrà rivelarsi estremamente utile e darti una marcia in più in quella giungla che ti attende. Ebbene sì, qui nessuno vuole indorarti la pillola o travestirsi da Alice nel paese delle meraviglie apposta per l'occasione per farti credere che là fuori c'è un mondo bellissimo pieno di gioie e di teneri amanti. A scandire i tuoi appunti sui date che via via andrai compiendo, troverai piuttosto aneddoti e riflessioni, informazioni utili ed esperienze sul campo, insieme a qualche consiglio passionato. Sì, perché qualunque sia il tuo background, qualsiasi mare tu abbia solcato, una bussola può fare comodo e un po' di ironia in questa valle di disagi può aiutare a non arrendersi. Tra queste pagine troverai schede da compilare e personalizzare dopo ogni appuntamento, così da tenere traccia di messaggi, gaffe, aspettative disattese, analizzare cosa è andato storto e ciò che invece ti piacerebbe davvero trovare nell'altro.

Temi di più il "randagismo sessuale" o il famigerato "amore liquido" di Bauman? Non importa, se e quando sarai pronta per metterti - o rimetterti - in gioco, porta questo diario con te: sarà un degno compagno in questo folle viaggio alla ricerca di quel qualcosa in cui speriamo ancora di imbatterci, che sia un povero malcapitato, un'avventura, l'ennesimo caso umano, l'anima gemella o semplicemente qualcuno che abbia voglia di condividere un tratto di strada mano nella mano insieme a noi.

GLOSSARIO MINIMO DEL MALCOSTUME AMOROSO CONTEMPORANEO

Non riesci a dare un nome ad alcuni comportamenti incomprensibili? Questo strumento prezioso ti aiuterà nella compilazione delle schede. Speriamo tu non debba utilizzarli tutti!

- **ADVODATING:** dall'unione di *advocate* (sostenere una causa) e *dating*, quando si cerca un partner che condivida e sostenga le nostre stesse cause.
- **BENCHING:** l'essere messi in panchina; quando l'altro continua a mostrarti radi segnali di interesse giusto per tenerti buona se con le altre due o tre gli va male.
- **BREADCRUMBING:** lett. "spargere briciole di pane"; quando si riceve una serie ben calibrata di segnali e attenzioni che ti fanno illudere che tra voi ci potrebbe essere qualcosa di più. Vedi anche "Cookie jarring".
- **CATFISHING:** quando qualcuno mente sulla propria identità, per esempio usando foto di altre persone, con l'obiettivo di fare colpo con l'inganno. Vedi anche "Kittenfishing".
- **CLOAKING:** quando qualcuno oltre a ghostarti, ti cancella e ti blocca ovunque.
- **COOKIE JARRING:** lett. "barattolo dei biscotti"; è il fenomeno per cui una persona che ha già una relazione ne tiene pronta un'altra, come a volere sempre pronto un piano B nel caso la prima le vada male. Vedi anche "Breadcrumbing".
- **DRY DATING:** tendenza a scegliere per il primo appuntamento non l'aperitivo ma qualche altra attività più avventurosa che non preveda alcool.
- **FAST-FORWARDING:** tendenza di molte coppie di "accelerare i tempi" e far progredire la relazione molto velocemente. Contrario di "Slow dating" (vedi).
- **FRIENDZONARE / ESSERE FRIENDZONATO:** mettere o finire nella friendzone, cioè in una relazione affettiva asimmetrica quando uno dei due non vuole andare oltre l'amicizia.
- **GAMBITTING:** tecnica piuttosto complessa che consiste nell'affrontare

in modo scientifico i date, come se fossero partite a scacchi, pianificando ogni minimo dettaglio e studiando ogni mossa nell'interazione con l'altro.

• **GASLIGHTING**: processo di manipolazione psicologica in cui la vittima viene costantemente messa in discussione, in tutto ciò che sente, vede e dice, con lo scopo di farla dubitare di se stessa e della sua sanità mentale.

• **GHOSTING**: sparire all'improvviso per troncane ogni rapporto, che sia di amicizia o di coppia, senza dare nessuna spiegazione.

• **GROUNDHOGGING**: consiste nella tendenza a uscire sempre con lo stesso tipo di persona, ripropo-
nendo sempre gli stessi pattern. Agli antipodi ci sono l'explori-dating e gli appuntamenti al buio.

• **HARDBALLING**: lett. "metodo forte, diretto"; è il trend, sempre più diffuso, di dire fin da subito, anche a partire dalla propria bio in un'app di dating, cosa si sta cercando in un potenziale match.

• **HARD LAUNCHING**: annunciare in maniera esplicita la propria relazione. Contrario di "Slow launching" (vedi).

• **KITTENFISHING**: quando non c'è una vera e propria truffa con furto d'identità (vedi "Catfishing"), ma viene proposta comunque una versione alterata di sé (pubblicare o inviare foto vecchie, usare filtri, mentire sulla propria famiglia, ecc.) per rendersi più attraenti agli occhi dell'altro.

• **KONDO-ING**: approccio ispirato alla regina del decluttering Marie Kondo, consiste nel fare pulizia di tutto ciò che riguarda l'altra persona appena non interessa più.

• **ORBITING**: strategia che sfrutta l'ambiguità e l'assenza di una comunicazione chiara per lasciare l'altro in una situazione di sospensione, confusione e incertezza. Solitamente si attua in interazioni quasi completamente social, tra like saltuari e commenti carini, tra messaggi ignorati ma storie prontamente visualizzate.

• **OUTSOURCING**: cercare aiuto da "fonti esterne" e farsi consigliare dai propri amici nella ricerca del proprio OTL (One True Love).

• **PETFISHING**: tendenza a sfruttare gli amici a quattro zampe per fare match, mettendo foto con loro o aggiungendo "amante di cani/gatti" in bio.

• **PDA:** (Public Displays of Affection) viene usato di solito al negativo "No PDA", quando per esempio a una cena di gruppo, una coppia in vena di effusioni limona davanti a te ininterrottamente per tutto il tempo.

• **PRIORDATING:** dall'unione di priority e dating, quando si stabiliscono le proprie priorità nella scelta del match, sottolineando le caratteristiche essenziali e irrinunciabili che la persona deve avere.

• **RUNNING/GYM CRUSH:** il tipo che incontri sempre in palestra o quando vai a correre nel parco sotto casa per cui hai un debole - o che diventa la tua nuova fissa a seconda di quanto è figo (e se va sempre a correre o in palestra, può esserlo parecchio).

• **SITUATIONSHIP:** a metà tra una relazione ufficiale e un'amicizia; è essenzialmente una relazione romantica libera da definizioni.

• **SLOW DATING:** quando le conversazioni si fanno più lunghe e si cerca di conoscersi con calma, per creare una connessione più forte prima di incontrarsi. Contrario di "Fast-forwarding" (vedi).

• **SLOW LAUNCHING:** quando si rivela in modo vago la propria

relazione, lasciando indizi qua e là, senza dichiarare l'identità del partner. Contrario dell'"Hard launching" (vedi).

• **THUMBERGING:** termine derivante da Greta Thumberg, indica la pratica di cercare partner che abbiano a cuore l'ambiente e la crisi climatica.

• **WOKEFISHING:** termine coniato dalla giornalista di *VICE* Serena Smith, quando una persona si presenta inizialmente di mentalità aperta, progressista e impegnata contro ogni forma di ingiustizia solo per fare colpo, per poi comportarsi diversamente.

• **ZOMBING:** quando qualcuno, dopo aver ghostato ed essere sparito cancellando ogni traccia di sé, ricompare all'improvviso con un messaggio o un like a caso per sondare il terreno e capire se ancora potrebbe avere una chance.



Il consiglio spassionato

Quando cerchi di farti un'idea su qualcuno, non generalizzare, ma cerca di avere una tua bussola: categorizzare può rivelarsi utile per orientarti, puoi raccogliere segnali, indizi, frasi e fatti per farti un'idea, che poi potrai sempre smentire. Ogni persona è un mondo a sé, ha una sua storia, un suo valore, e chissà un suo dolore, che magari la fa agire in un certo modo: starà solo a te scoprire tutto questo, se vorrai andare a fondo.

TANTE TIPOLOGIE DI MALESSERI

L'amore può avere diversi volti.

Massimo Recalcati, **Non è più come prima**

Ce lo dicono sempre, dovunque, che le generalizzazioni sono pericolose, inutili e controproducenti. E in linea di principio siamo tutte mature abbastanza per concordare. Eppure è impossibile non pensare alle trillioni di volte che in testa ci sono balenate frasi come "Sono tutti uguali!", "Sempre gli stessi disagi", "Non se ne salva mezzo"... Ovviamente lo pensano anche i ragazzi di noi, sia chiaro.

Perciò, nonostante tutta la consapevolezza di questo mondo e una sana dose di autocritica, tentiamo comunque uno stralcio di classificazione dettato esclusivamente dall'esperienza diretta e da parecchio sconforto.

Dunque, in questa selva oscura potreste imbattervi, secondo alcuni sondaggi, in: gli scocciati - quelli che ti rispondo solo per farti un favore, a monosillabi, per concessione straordinaria; gli abitudinari - quelli che non mancano mai di mandarti il buongiorno e la buonanotte e ti chiedono con ansia cosa fai, come stai, stai attenta, nemmeno fossi in costante pericolo di vita; i diretti - quando scopiamo? Apprezzabili e all'occorrenza funzionali; i «Ce l'ho solo io / Non sai cosa ti perdi / Incontriamoci e poi vedrai / Sai dove bussare se mai vorrai sentirti ancora donna» ecc. - questi, neanche a dirlo, se la tirano da morire, non chiedono niente di te, perché loro hanno fatto cose, visto gente...; l'onesto - rarissimo, quello che ti dice davvero cosa pensa e riesce a condividere anche riflessioni di un certo calibro, l'araba fenice; i "sottoni" - quelli che qualsiasi cosa fai o scrivi è fantastico, stratosferico, eccezionale, ma non ce ne sono più tanti, forse meglio, anche se fanno sempre bene all'autostima.



Il consiglio spassionato

Scarica sempre una app per volta per trovare quella più adatta a te e non attivare le notifiche. Riserva un determinato momento della giornata per usarla e fin dallo swipe sii selettiva.

LA "SWIPE FATIGUE"

Lo sai, mettersi ad amare qualcuno è un'impresa.

Bisogna aver un'energia, una generosità, un accecamento...

C'è perfino un momento, al principio, in cui bisogna saltare un precipizio: se si riflette non lo si fa.

Jean Paul Sartre, **La nausea**

L'amore della tua vita è lì, da qualche parte, nei meandri di una app di dating, e tu lo sai. Il problema è che non sai quale. Così, a giro - o anche in contemporanea se il tuo smartphone te lo permette - le scarichi tutte e inizi a cercare. Cerca e chatta! Chatta e cerca! Una timida Dori in questo immenso oceano di pesci. "Siamo 8 miliardi su questa terra" continui a ripeterti "e milioni di utenti online. La mia dolce metà mi starà già aspettando, là da qualche parte".

E allora vai, esci, flirti, ci provi con tutte le categorie possibili, i casi umani, di ogni nazionalità, nessuno escluso. Ti ritieni una tipa aperta, senza pregiudizi e il tuo mantra - almeno all'inizio di questa intrepida navigazione - è "Why not?". Così puoi soddisfare anche l'indole da esploratrice incallita che latente si cela in ognuna di noi. Tutte queste chance, perché non tentare e mettersi in gioco?

Ma attenzione, cautela e parsimonia: altrimenti inizierai a soffrire di quella che gli studiosi hanno definito "swipe fatigue", una sorta di mal di mare perenne con conseguente perdita di interesse - magari di peso! - per il mondo maschile, di cui inizi a raccogliere una serie di informazioni ed esperienze talmente disincentivanti per cui pensi davvero che forse sarebbe meglio ritirarsi a vita privata una volta e per sempre in cima al K2 e non voler vedere più membro maschile per il resto della tua esistenza, oppure andare oltre, switchando direttamente orientamento.