Rita D'Amico

LE AMICIZIE EROTICHE

Cosa sono, come viverle e come difendersi

Le Comete FrancoAngeli

Le Comete

Per capirsi di più.
Per aiutare chi ci sta accanto.
Per affrontare le psicopatologie quotidiane.
Una collana di testi agili e scientificamente
all'avanguardia per aiutare a comprendere
(e forse risolvere)
i piccoli e grandi problemi
della vita di ogni giorno.

I lettori che desiderano informarsi sui libri e le riviste da noi pubblicati
possono consultare il nostro sito Internet: *www.francoangeli.it*
e iscriversi nella home page
al servizio “Informatemi” per ricevere via e.mail le segnalazioni delle novità.

Rita D'Amico

LE AMICIZIE EROTICHE

Cosa sono, come viverle e come difendersi

Le *Comete* FrancoAngeli

Grafica della copertina: *Alessandro Petrini*

Copyright © 2015 by FrancoAngeli s.r.l., Milano, Italy

L'opera, comprese tutte le sue parti, è tutelata dalla legge sul diritto d'autore. L'Utente nel momento in cui effettua il download dell'opera accetta tutte le condizioni della licenza d'uso dell'opera previste e comunicate sul sito www.francoangeli.it.

Ringraziamenti
Ringrazio Maria Miceli e Patrizia Vermigli per avermi incoraggiato nelle fasi iniziali di questo progetto; Pisana Collodi e Claudia Minenna in particolare per i commenti su alcuni capitoli, Francesca Fracasso per la "confezione" finale del libro e, come sempre, Eugenio, per la pazienza e la comprensione. Un ringraziamento particolare va a tutti quelli che hanno avuto fiducia in me, raccontandomi le loro esperienze, talvolta con dolore e agli sconosciuti che, con le loro discussioni sul web, mi hanno offerto numerosi spunti di riflessione.
Dedico questo libro a chi l'ha ispirato, Valeria, nome immaginario di una giovane donna reale, che ha creduto nella possibilità di cambiare la propria esperienza di vita.

Indice

Introduzione pag. 9

1. Dall'amicizia platonica all'amicizia erotica » 15
1. L'importanza dell'amicizia » 15
2. Libertà e regole » 17
3. Differenze di genere » 22
4. L'amicizia tra persone dello stesso sesso » 24
5. Un uomo e una donna possono essere solo amici? » 27
6. Un'importante trasformazione » 33
7. L'amicizia erotica e l'assenza di copioni » 36
8. Il decalogo dell'amico erotico » 39
9. Il valzer degli equivoci » 42

2. Sesso senza amore? No, grazie! » 48
1. E allora, se stiamo così bene insieme perché non andare oltre? » 48
2. Quello che le donne e gli uomini vogliono » 51
3. Il doppio standard di valutazione della sessualità » 54
4. Sessualità e senso di colpa » 57
5. Il giudice severo e le auto-punizioni » 59
6. Sentirsi in trappola » 61
7. Pensavo diventasse amore e invece... » 64
8. Innamorati o commercianti dei sentimenti? » 67
9. Nell'amor vince chi fugge » 68

10. Accontentarsi del minimo per dare poco in cambio pag. 70
11. Il mito di Arianna nel XXI secolo » 72
12. Se non ci sarà un matrimonio, che ci sia almeno un'amicizia! » 74

3. Gli ingredienti dell'amore non corrisposto » 76
1. Sentirsi rifiutati » 77
2. Le reazioni dell'innamorato respinto » 79
3. Non è giusto! Io ti amo! » 82
4. Prima o poi ti conquisterò » 84
5. Tu sei unico al mondo! » 87
6. Amore e dipendenza » 89
7. L'incertezza e l'attesa di un futuro migliore » 93
8. Chi non fugge mi annoia » 94
9. È solo una canaglia! » 96
10. Il circolo vizioso della rabbia » 98
11. La sfida della persona dipendente » 100

4. Per non discriminare: gli uomini e l'amore non corrisposto » 103
1. Scusami ma non riesco ad amarti » 104
2. Ci si può innamorare, eccome di un'amica erotica! » 110
3. Confondere il sesso con l'affetto » 113
4. La negazione della dipendenza affettiva » 115
5. Preferisco il marketing all'innamoramento » 116
6. Il nuovo gioco della seduzione » 119
7. Il ritorno dell'uomo forte » 123
8. Vorrei essere in coppia… ma non è meglio la libertà? » 129

5. Verso nuove direzioni » 132
1. Quanto ti odio o quanto mi odio? » 133
2. Strategie di sopravvivenza » 136
3. Modelli normativi e biografie personali » 142
4. Uscire dal tunnel della rabbia » 145
5. Apprendere dall'esperienza » 149
6. Che ne sarà della nostra amicizia? » 153
7. Conclusioni » 156

Introduzione

Harry: "Nessun uomo può essere solo un amico di una donna che trova attraente, perché vuole sempre fare sesso con lei".
Sally: "Quindi stai dicendo che un uomo può essere amico di una donna che trova poco attraente?".
Harry: "No, praticamente vuole fare sesso con tutte e due!".
(dal film *Harry ti presento Sally*)

Harry ti presento Sally, *Il matrimonio del mio migliore amico* e *Una donna per amica* sono film recenti che hanno dato molto rilievo alla presenza dell'attrazione fisica tra amici, senza destare meraviglia. Oggi, infatti, sappiamo tutti che l'erotismo è uno scenario che fa da sfondo alla maggior parte delle interazioni tra uomini e donne. In passato, invece, le amicizie eterosessuali erano molto scoraggiate, proprio per evitare che la potenziale tensione erotica si trasformasse in un'attività sessuale.

Perché fare sesso tra amici destava così tanta preoccupazione? Perché per tanto tempo la sessualità nell'amicizia ha costituito lo spartiacque tra questo tipo di relazione, sinonimo di affetto, simpatia, affiatamento e di una puritana attrazione degli spiriti, e un rapporto sentimentale o di coppia. In altri parole, fino a qualche tempo fa si sapeva con certezza la differenza tra essere attratti da qualcuno come amico, oppure come partner di una relazione amorosa. Oggi, questa distinzione è meno marcata, le amicizie eterosessuali sono abbastanza diffuse, ma soprattutto la "minaccia dell'attrazione sessuale" non è più sentita come un tempo.

Non sorprende, dunque, apprendere che recentemente sia nata una nuova forma relazionale. Qualche esperto l'ha chiamata "amicizia con benefici" (*friendship with benefits*), i giovani trentenni italiani usano l'espressione "tromba-amica o tromba-amico", ma in questo libro chi scrive preferisce "amicizia eroti-

ca". Diffusa soprattutto nella fascia d'età compresa tra venti e quarantacinque anni, l'amicizia erotica allude a un cambiamento abbastanza radicale nella nostra vita affettiva, tanto da aver suscitato l'interesse non solo degli esperti, ma anche del social network: "*Che cos'è? E come bisogna comportarsi?*" chiede qualcuno su un blog; "*È una relazione molto semplice con un amico, che ha a che vedere soltanto con il sesso e niente sentimenti*", risponde qualcun altro.

La risposta sintetizza pienamente le caratteristiche innovative dell'amicizia erotica, che, a detta degli esperti, combina in un'unica relazione aspetti dell'amicizia con l'intimità fisica. Dichiarandosi amiche, le persone coinvolte non si sentono obbligate all'esclusiva, né si aspettano alcun impegno sentimentale, tipico di una coppia tradizionale. Nello stesso tempo, come in un rapporto di coppia, l'attività sessuale degli amici erotici è frequente. Insomma, le amicizie erotiche offrono un modello leggero, poco impegnativo d'intimità e d'intesa, che, oggi, appare particolarmente piacevole. A prima vista, sembrerebbe una relazione ideale, che ai nostri tempi tutti vorrebbero avere, ma siamo sicuri che sia sempre così?

In realtà, l'amicizia erotica nasconde spesso l'interesse più profondo di uno dei due amici per l'altro e, di conseguenza, può diventare la causa di numerosi problemi per entrambi. Infatti, nonostante esista una sorta di "decalogo" per evitare di trasformare l'amicizia in un rapporto sentimentale, è per lo più implicito e spesso non c'è la chiarezza necessaria per evitare il rischio di confusioni, delusioni e malessere. E così, per alcuni, gli aspetti positivi di questo tipo di amicizia sono la mancanza di aspettative ben definite e di un impegno relazionale. Per una minoranza, invece, quest'ambiguità di fondo lascia spazio sia a fantasie riguardanti l'evoluzione della relazione, sia a speranze su possibili cambiamenti da parte dell'amico. E cosa succede se quest'ultimo non si lascia conquistare e insiste nel mantenere il rapporto così com'è? Allora, inevitabilmente le cose si complicano e l'amicizia erotica da piacevole che era, può trasformarsi addirittura in un inferno.

Questo libro si rivolge proprio a chi si è trovato in situazioni simili o sta vivendo al presente un'esperienza del genere. Non è uno dei soliti manuali di sopravvivenza, che si propongono di

risolvere i tanti problemi degli esseri umani con qualche nozione di psicologia del buon senso. I lettori non troveranno rimedi pronti per l'uso per passare dal ruolo di amico erotico a quello di fidanzato, e nemmeno suggerimenti su come evitare complicazioni sentimentali in una relazione non vincolante, senza perderne i benefici; piuttosto, nelle numerose testimonianze riportate nel libro, potranno facilmente ritrovare se stessi e le proprie esperienze.

In queste pagine, attingeremo alle conoscenze psicologiche e sociologiche più recenti, all'esperienza clinica e di ricerca di chi scrive, offrendo ai lettori l'opportunità di imparare a orientarsi meglio nel proprio mondo relazionale. Avremo modo di comprendere perché s'inizia un'amicizia erotica, cosa ci spinge a portarla avanti o no e quali possono essere le aspettative per il futuro. Scopriremo, così, che mentre gli uomini sono mossi maggiormente dal desiderio sessuale, tra le donne prevale il bisogno di vicinanza emotiva e la fantasia di trasformare l'amicizia in una coppia. Alcune, poi, prima di avere rapporti sessuali, non vedono per niente l'amico come un "fidanzato" potenziale, mentre dopo aver fatto sesso, cominciano ad accarezzare il sogno romantico di una relazione sentimentale.

Perché tanta diversità? Sì certo, la liberazione sessuale ha coinvolto anche le donne, ma non ha eliminato completamente la condanna sociale riservata loro, quando vivono la sessualità fuori da una relazione esclusiva. Di conseguenza, se le donne s'innamorano, allora riescono a sentire meno il peso della valutazione negativa. Come mai alcune vivono bene un'amicizia erotica, senza nessuna preoccupazione, mentre altre s'innamorano e soffrono le pene dell'inferno? Le "voci" di alcune donne ci offriranno l'opportunità di rispondere a queste domande, che ora sembrano così dense di dubbi e di mistero.

Cionondimeno, il volume non vuole rivolgersi solo alle donne, e neanche solo a chi sta vivendo un'amicizia erotica, ma a tutti coloro che attribuiscono importanza alle relazioni affettive, così centrali nella vita di ognuno. Senza dimenticare, poi, che innamorarsi invano di un amico erotico è un'esperienza "democratica", interessa tutti, a prescindere dall'età, dal sesso e dall'orientamento sessuale.

Entrati così nel vivo della relazione, apprenderemo che non

c'è nessun altro ambito relazionale in cui sentirsi rifiutati è tanto destabilizzante quanto l'esperienza di un amore non corrisposto. Rabbia, umiliazione, ansia, nei casi estremi anche depressione e perdita d'interesse per qualsiasi altro aspetto della vita riempiono il cuore degli innamorati non ricambiati. A parte questi casi estremi, comunque, comprenderemo che la difficoltà a lasciarsi alle spalle un amore non corrisposto dipende principalmente da come affrontiamo il rifiuto in amore. Per tutti coincide con la frustrazione del bisogno di accettazione, appartenenza e attaccamento, ma ognuno può viverlo in modo diverso, secondo il significato che gli attribuisce.

Per evitare percezioni fuorvianti e interpretazioni causa di malessere e dispiaceri, nel volume apprenderemo un nuovo modo di guardare all'amore non corrisposto: una relazione sentimentale potenziale che non ha avuto modo di svilupparsi. Da questa prospettiva, anche un'amicizia erotica, che ha dato luogo a equivoci e delusioni, implica sempre l'elaborazione di un lutto e di una perdita, seppure di un amore potenziale. Emergerà così la tesi centrale di questo libro: se è vero che dalle ceneri di un rapporto di coppia si può rinascere, è altrettanto vero che anche l'illusione di un amore, in un'amicizia erotica, può diventare una fonte di crescita personale e di comprensione di sé. Sta a noi affinare le nostre capacità di operare una simile trasformazione.

Certo, non tutti hanno a disposizione una risorsa così preziosa. Anche i più restii, tuttavia, prendendo spunto dalla lettura di queste pagine, potranno fare qualche interessante scoperta su se stessi. Ad esempio, potranno individuare le cause di un'incomprensibile propensione a ripetere le stesse esperienze negative, anche se con persone diverse, nonostante l'enorme voglia di cambiare. Capire che la soluzione non consiste nel negare sentimenti ed emozioni, ma piuttosto nell'accettare la frustrazione, sarà forse la scoperta più interessante. Oggi, nelle amicizie erotiche, chi s'innamora si guarda bene dal rivelarlo, mentre un tempo, l'innamorato non corrisposto manifestava il proprio amore apertamente, indifferente ai giudizi altrui e orgoglioso d'amare.

Anche la confusione tra il desiderio sessuale e il bisogno d'amore potrebbe ostacolare un atteggiamento positivo e di rinnovamento nel lettore amareggiato da un'amicizia erotica.

Poiché spesso i due bisogni vanno a braccetto, è facile concludere che ci si ama quando ci si desidera fisicamente; ma un'unione fisica spesso può servire solo a placare l'ansia della separazione e della solitudine. In realtà, l'attrazione sessuale crea, sul momento, un'illusione d'unione, ma senza rispetto reciproco, premure, comprensione l'uno per l'altro ed esclusiva questa "unione" lascia due esseri estranei e divisi come prima.

Questo libro si propone di aiutare a fare chiarezza su ciò che vogliamo da una relazione, sentimentale o di amicizia che sia, a capire se siamo attratti o no dalle situazioni ambigue e perché, oppure se ci sentiamo più a nostro agio quando le dinamiche di un rapporto sono sane. Cercherà di farlo senza retorica e compiacimenti eccessivi, perché il suo intento è offrire tanti stimoli da cui far partire la riflessione e l'autocritica, per sollecitare lo spirito di ricerca sopito in ognuno di noi, imparare a liberarci da ciò che ci impedisce di intraprendere nuove direzioni, ed eventualmente ricominciare su basi diverse la nostra vita relazionale.

Per tutti questi motivi, la lettura de *Le amicizie erotiche* può interessare tutti: chi le vive in prima persona; chi da osservatore esterno è curioso di capire cosa sono e come funzionano; e chi vuole comunque arricchire le proprie conoscenze in ambito amoroso.

1

Dall'amicizia platonica all'amicizia erotica

Basta chiamare il mio nome e sai che ovunque
io sono, verrò di corsa per vederti ancora una volta.
D'inverno, a primavera, in estate o autunno,
tutto quello che devi fare è chiamare
e io ci sarò.
(Canzone di Carol King, *You've got a friend*)

1. L'importanza dell'amicizia

Scrittori, poeti, filosofi e addirittura cantautori hanno decantato l'importanza dell'amicizia. E non sorprende, se pensiamo che molti di noi costruiscono la propria vita intorno agli amici e, dall'infanzia fino alla vecchiaia, sono particolarmente felici quando sono in loro compagnia. Avere buoni amici ci fa star bene a livello psicologico e allontana lo spettro della solitudine a tutte le età, mentre da piccoli promuove lo sviluppo delle nostre competenze cognitive e sociali, fornendo l'ambiente entro cui apprendiamo la capacità di cooperare, comunicare e risolvere problemi in gruppo.

Quando sono profonde e durature, le amicizie sono dei "porti sicuri" cui attraccare, se si è in difficoltà nel più ampio mare delle relazioni sociali. Il significato dell'amicizia può cambiare durante l'arco della vita: per i più piccoli la condivisione del gioco e lo scambio di giocattoli sono centrali, ma già nei primi anni di scuola, dagli amici ci aspettiamo di condividere interessi, segreti e affetto. Ed è in particolare nell'adolescenza che l'aspetto affettivo di questo tipo di relazione si consolida, come suggerisce Marco:

Avere degli amici con cui condividere momenti di felicità o tristezza è fondamentale per noi adolescenti. Per me gli amici sono come

un'ancora di sostegno, o meglio: la mia salvezza. Di solito definiamo "amici" tutte le persone con cui scambiamo un saluto, un abbraccio, una chiacchiera, ma non è così. Gli amici sono quelle persone speciali che ti aiutano, ti capiscono, ti supportano nei momenti critici della vita e quando ciascuno di noi trova un vero amico fedele e comprensivo deve tenerselo ben stretto! (Marco, 13 anni)

La componente affettiva dell'amicizia è così vitale da poter colmare talvolta anche l'assenza di altre relazioni, in seguito a perdite e abbandoni nell'età adulta, come ad esempio la morte di un coniuge e la fine di un amore, oppure nei casi di trascuratezza da parte dei genitori nell'infanzia. A differenza del rapporto genitori-figli, comunque, le relazioni tra amici implicano un rapporto non gerarchico, ma piuttosto tra pari, caratterizzato da reciprocità nello scambio di affetto, comunicazione, stima, aiuto nei momenti di difficoltà. Non sorprende, dunque, sapere che avere amici faccia così bene alla nostra autostima a tutte le età, soprattutto quando attraversiamo alcuni momenti critici nella nostra vita.

Chi si è appena separato sa bene quanto sia importante il sostegno degli amici per riacquistare il proprio valore personale, messo a dura prova dalla fine di un amore, soprattutto quando è il nostro partner ad averci lasciato. Anche chi è single e non è mai stato sposato, può avvertire molto meno il peso della sua condizione grazie agli amici, perché comunque si sente apprezzato e amato. Per gli anziani, poi, che non hanno parenti in vita, un buon numero di amici stretti rafforza il senso di appartenenza sociale e allontana tutti gli effetti negativi del sentirsi soli. Insomma, è proprio vero, "chi trova un amico, trova un tesoro!".

D'altro canto, già dall'infanzia l'amicizia è preziosa. Il rapporto con i coetanei favorisce la capacità di metterci nei panni dell'altro, uscendo dall'egocentrismo tipico di quest'età, e di provare empatia. Il confronto con i coetanei, poi, ci consente di confermare la fiducia nelle nostre capacità, costruita nel rapporto positivo con i genitori, e fornisce l'ambiente entro cui abbiamo l'opportunità di definire la nostra identità. Certo, anche le migliori amicizie non sono al riparo da invidie, gelosie, rivalità e conflitti, ma è pur vero che in tutti i legami più cari, insieme a un sentimento molto intenso, c'è sempre una quota di aggressi-

vità. Chi non ricorda di aver sofferto per le delusioni, i litigi, gli abbandoni di un "amico per la pelle"? Tutte ferite che bruciavano nel nostro cuore di bambini o di adolescenti, ma che non riuscivano a frenare il nostro bisogno di trovare un vero amico di cui fidarci.

Tra gelosie e sofferenze, ma anche tanta gioia e complicità, forse ognuno di noi ha imparato che l'amicizia non è qualcosa di dovuto, ma va conquistata lentamente e, soprattutto, è necessario coltivarla nel tempo. Sì, certo, alcuni amici continuano a essere tali per una vita, ma come sua caratteristica relazionale l'amicizia appare molto più fragile delle relazioni familiari. Proprio perché basata sull'uguaglianza e la reciprocità, diventa più difficile da portare avanti. Ad esempio, quando gli impegni e gli stili di vita mutano nel corso del tempo, c'è una tendenza, intrinseca a questo tipo di rapporto, ad allentare il legame, che, gradualmente, è sostituito da altre reti sociali. Di conseguenza, anche se in un particolare periodo alcuni amici possono essere importanti per noi, non è detto che lo saranno per tutta la vita.

In verità, fin da piccoli ci rendiamo conto che anche un rapporto tanto stretto può esaurirsi nel tempo e finire, non solo a causa di un litigio irrimediabile, ma anche per un distacco imposto dall'esterno, come un cambiamento improvviso di scuola, di casa, di città. Nell'infanzia e nell'adolescenza viviamo questa perdita come un lutto e anche se dall'esterno non sembra, ci vuole un po' di tempo per superare la sofferenza che proviamo e cercare un nuovo amico, con cui creare un legame altrettanto forte. Non è la volubilità, né la mancanza di serietà a spingerci verso la ricerca di una nuova relazione, ma solo la nostra capacità di adattamento. L'esperienza, infatti, a poco a poco ci insegna la caratteristica che rende l'amicizia così preziosa e così diversa dai rapporti familiari: la libertà.

2. Libertà e regole

Ognuno è libero di essere amico se lo desidera, oppure di non esserlo più, di avvicinarsi in un momento e allontanarsi in quello successivo. In altre parole, l'amicizia non prevede né vincoli, né costrizioni, ma poggia le sue fondamenta sulla scelta volon-

taria di ognuno, basata sull'attrazione reciproca e la simpatia. Mentre nessuno ha la possibilità di scegliere i genitori e la famiglia in cui nascere, tutti possono scegliere gli amici con cui condividere esperienze, divertirsi, non sentirsi soli[1].

Naturalmente quando si è piccoli, è difficile accettare questa libertà dei sentimenti che, insieme al piacere dello scegliere qualcuno come amico e di essere scelti, implica anche il rischio di rifiutare ed essere rifiutati. In questa fase della vita, non c'è esperienza più dolorosa del sentirsi dire "non voglio più essere tuo amico!". Il rifiuto da parte dei coetanei può avere un'influenza profonda sui bambini, tanto da indurre emozioni negative, senso di solitudine o ansia sociale. Quando il rifiuto è persistente e perdura anche in età avanzata, spesso dà luogo ad assenze scolastiche ingiustificate, abbandono della scuola, coinvolgimento con coetanei asociali e con il teppismo.

D'altro canto, come avremo modo di capire meglio nei prossimi capitoli, anche da grandi siamo molto sensibili al rifiuto. Spesso, rimaniamo molto male quando dall'essere al centro dell'attenzione in un legame molto stretto e intenso, passiamo in secondo piano, perché il nostro amico ha ora una relazione sentimentale, oppure si è creato una famiglia, mentre noi siamo rimasti single e con la prospettiva della solitudine. Indubbiamente, siamo molto reattivi agli atteggiamenti degli altri e a ciò che provano nei nostri confronti. Quando ci rendiamo conto che sono interessati, mostrano stima e accettazione, di solito reagiamo positivamente, mentre lo stesso non accade quando avvertiamo che sono indifferenti, ci disapprovano o, addirittura, ci rifiutano. Insomma, l'atteggiamento degli altri e i loro giudizi hanno un'enorme influenza sui nostri pensieri, emozioni, motivazioni e comportamenti, oltre che sul nostro benessere psicologico e fisico. Per tutti questi motivi, la qualità del rapporto che abbiamo con i nostri amici è di fondamentale importanza a tutte le età.

[1] Ovviamente questa scelta ha dei limiti: siamo amici delle persone con cui condividiamo non solo interessi e attitudini, ma anche età, posizione sociale, appartenenza di classe, etnia, orientamento sessuale e area geografica di residenza.

Inoltre, libertà, uguaglianza e reciprocità non sono le uniche caratteristiche distintive delle relazioni amichevoli. Siamo tutti consapevoli di alcuni requisiti essenziali che una buona amicizia deve avere:

Secondo me l'amicizia deve essere basata sul rispetto reciproco, sulla complicità e sulla sincerità, le tre regole del vero amico. (Marco, 13 anni)

Lealtà, rispetto reciproco, fiducia e supporto costituiscono le caratteristiche più importanti di un'amicizia anche per gli esperti[2]. Sono requisiti che aiutano a distinguere gli amici dai semplici conoscenti e che ritroviamo in tutte le amicizie profonde, a prescindere da come sono nate, dalle attività e dagli interessi condivisi, dall'età e, infine, dal sesso delle persone coinvolte. Queste qualità sono considerate le condizioni necessarie e, nello stesso tempo, sufficienti per parlare di un'amicizia stretta.

Inoltre, l'aspetto che rende più interessanti queste relazioni è la presenza contemporanea di libertà e di regole. La libertà si manifesta nella possibilità di "negoziare" ciò che nel rapporto ci piace oppure no. Sta a noi definire quando vederci, senza sentirci necessariamente vincolati, cosa fare insieme oppure non fare, come affrontare i momenti difficili, creando dinamiche segrete, poco visibili agli occhi di un osservatore esterno. Ciò non vuol dire, tuttavia, che nell'amicizia non ci siano regole e norme cui adeguare il nostro comportamento. Al contrario, le regole esistono di sicuro. Sappiamo tutti che un amico va aiutato quando ha bisogno, che le confidenze che ci fa vanno rispettate, che non dobbiamo criticare un amico in pubblico e via di seguito. Il fatto è che le regole il più delle volte sono date per scontate e non rese esplicite, né tantomeno sono scritte, né formalizzate come in una relazione coniugale.

Non è necessario aver studiato giurisprudenza per sapere che i coniugi hanno l'obbligo reciproco alla fedeltà, all'assistenza

[2] Hartup W.W., Stevens N. (1997), "Friendship and Adaptation in the Life Course", *Psychological Bulletin*, 121, 355-370; Rawlins W. (2009), *The Compass of Friendship: Narratives, Identities, and Dialogues*, Sage Publications, Thousand Oaks.