



## ...E TU, DI CHE GELATO SEI?

*Il parere degli psicologi Viviana Finestrella e Alessandro Amadori, ovvero... "dimmi che gelato mangi e ti dirò chi sei". Sei un tipo voglioso da cono, un effimero/indipendente da ghiacciolo o un controllato/misurato da coppetta?*

Gelato e psiche hanno un legame profondo: non a caso i messaggi pubblicitari sul gelato – in estate più che mai – fanno leva su sentimenti e istinti per mettere in evidenza come i gelati possano, a seconda della tipologia e dei gusti scelti, di volta in volta farsi tramite di atteggiamenti o aspirazioni: il voler "conquistare" la ragazza che ci piace, il sentirci appagati, la voglia di essere "coccolati", l'istinto a esprimere le proprie passioni/pulsioni senza inibizioni e così via.

<<L'assunzione del gelato >>, spiega **Viviana Finestrella, psicologa esperta in tematiche nutrizionali**, <<rievoca, da un punto di vista psicologico, i tempi "mitici" dell'infanzia e dell'adolescenza e attiva comportamenti e stati d'animo caratteristici di quella fase evolutiva: senso di libertà, desiderio di allacciare amicizie, possibilità di essere se stessi al di là delle apparenze e delle formalità...>>.

<<Il gelato - precisa ancora la dottoressa Finestrella - è un alimento che si gusta in maniera semplice e diretta (senza posate, e non c'è bisogno di sedersi a tavola) che quindi permette alla persona di "spogliarsi" degli aspetti formali e vivere un momento di piacere senza imporsi rigidità e controllo, atteggiamenti che invece predominano in altri momenti e periodi dell'anno (in inverno, ad esempio, quando si è al lavoro)>>.

In sintesi, prosegue la psicologa, <<il gelato contribuisce a disattivare (quanto meno ad abbassare) le nostre difese (in altre parole..."scioglie il Super-Io!") e a vivere in maniera più autentica e genuina, anche nelle relazioni.

L'offerta del gelato come "*strumento di conquista*" è senz'altro vincente, proprio per queste caratteristiche, sia nella persona che lo offre sia in chi lo riceve. Questa offerta – infatti – non è vissuta come minacciosa, ma anzi contribuisce ad abbassare le resistenze perché si propone come gioco, libertà, fantasia>>.

Come capire quindi le caratteristiche della nostra personalità a seconda del tipo di gelato che preferiamo? La dottoressa Viviana Finestrella ha realizzato questa interessante classifica sulla scia del "**Dimmi che gelato mangi e ti dirò chi sei...**".



- **Il Cono con cialda** è scelto da chi predilige un'esperienza sensoriale completa non negandosi nulla (c'è anche la parte croccante da mordere) contando comunque sulla sicurezza di un appagamento finale (la parte terminale di cioccolato). Chi mangia il cono di solito è un tipo **Voglioso**.
- **Lo Stecco**: a prima vista chi mangia questo tipo di gelato è una persona intraprendente, che ama curiosare nella moltitudine di gusti possibili (vedi la scelta cremoso/fruttato di cui sopra), ma allo stesso tempo si tratta di un tipo **Insicuro**... Questa persona ha bisogno che rimanga qualcosa di tangibile, lo stecco appunto, con cui giocare o anche solo da tenere in bocca.
- **Il Ghiacciolo**: si addice ad una personalità **Effimero/Indipendente**, a colui che preferisce un piacere da gustare immediatamente, convinto che non c'è nulla da aspettare (come nel cono). Questo tipo di persona tollera poco la frustrazione dell'attesa.
- **Il Biscotto**: per chi ha **bisogno di grande Rassicurazione**: è quasi la merenda preparata dalla mamma, dove c'è di tutto, anche la parte di biscotto che rimanda al bisogno di un *surplus* di nutrimento affettivo. Non è croccante né duro, è un piacere molto "bambino".
- **La Coppetta**: scelta di solito dal tipo **Controllato/Misurato**. È l'unico gelato "contenuto", e quindi non libero, neanche nella modalità di assunzione (si utilizza infatti il cucchiaino). Il formato preferito da chi non riesce a lasciarsi andare fino in fondo e concedersi un piacere (che a volte "sporca" le mani o i vestiti), e da chi deve mantenere le buone maniere, anche con se stesso.
- **Le Praline**: sinonimo di personalità **Moderno/Attuale**. Si tratta infatti di una scelta un po' "*mordi e fuggi*", caratteristica dei nostri tempi, molto veloci. Sono il gelato di chi ama portarsi una "scorta" di benessere, un piacere più piccolo, non dilagante, ma ripetuto nel tempo...in più si può gustare in più contesti diversi (anche lavorativi).

Nel "goloso" dibattito interviene anche il professor **Alessandro Amadori** - psicologo, opinionista e scrittore, direttore del Dipartimento Ricerche Motivazionali dell'Istituto CIRM - che afferma come **anche il modo di gustare il gelato** sia uno **specchio della personalità**: <<Come nella grafologia, anche dal modo in cui si snoda il processo di consumo del prodotto, si può ricavare qualche indizio sul carattere del consumatore, spiega il professor **Amadori**. >>



<<Al di là delle preferenze per cono/coppetta, o biscotto/stecco, e via dicendo, possiamo esaminare i **quattro possibili modi di mangiare il gelato del gelato: leccando, succhiando, a morsi, a morsetti**. La modalità più frequente è quella del leccare. In linea di principio, **chi mangia il gelato leccando** è una persona che ama la vita sociale, che partecipa molto volentieri ai contesti sociali e ama conoscere gente nuova. E' la modalità degli ottimisti, e in qualche caso anche degli ambiziosi e di coloro ai quali piace provocare chi sta loro attorno.>>

<<**Succhiare è una forma più "infantile" di leccare**. Chi mangia il gelato così probabilmente è una persona molto orientata ai legami affettivi intensi, quasi simbiotici. Chi invece consuma il gelato **a morsetti** tende ad essere una persona piuttosto attenta e cauta in ogni circostanza della vita. Una persona che non ama prendere decisioni affrettate, gentile e sensibile e prevalentemente riflessiva. Un introverso, mentre chi mangia il gelato leccando è più un estroverso.>>

Più rara è la **modalità di consumo a veri e propri morsi**. <<Chi mangia il gelato in questo modo, secondo il professor Amadori, ha buone probabilità di essere una persona piuttosto testarda, che vuole decidere di testa propria, seguire a tutti i costi la propria via. Una persona che ama lavorare e tendenzialmente molto sincera.>>

**In sintesi:** leccando = estroversione, succhiando = bisogno di affetto, a morsetti = introversione, a morsi = forte autodeterminazione, ai limiti della testardaggine.

Infine una curiosità: **cosa vuol dire mangiare il gelato dalla parte inferiore del cono?** <<Non c'è accordo generale sul significato di questo comportamento, aggiunge il prof. Amadori, ma si pensa che chi mangia il gelato in questa maniera possa essere una persona rigorosa e al tempo stesso contraddittoria, cioè che ama la disciplina pur essendo in realtà piuttosto imprevedibile. Una persona che quando entra in competizione con gli altri non vuole partecipare, ma vincere. Insomma, potrebbe essere il segno delle personalità 'vincenti'.>>