

Orbiting: cosa fare quando è finita, ma continua a “ronzarti” intorno

Autore: Romina Ferrante

Data: 18 Novembre 2022



Quando una relazione finisce, sia essa all'inizio di una conoscenza, sia dopo vari anni di rapporto può capitare che nonostante lui sia sparito continui a guardare insistentemente le tue storie sui social, mettere un like, insomma a “ronzarti” intorno.

Che cos'è l'orbiting

Questo fenomeno si chiama **Orbiting**, che deriva dall'inglese “to orbit” e che consiste nell'orbitare attorno a qualcuno, giocando sull'ambiguità e l'assenza di chiarezza nella comunicazione. Questo fenomeno è strettamente legato al **Ghosting**, quando cioè la persona sparisce improvvisamente senza dare una spiegazione, salvo poi continuare a visualizzare le storie sui social, senza mai creare un'interazione reale.

Questo comportamento è molto dannoso perché influisce sull'emotività della controparte, lasciandola nel dubbio e nella speranza che ci possano essere degli sviluppi futuri positivi.

Trovarsi in situazioni di questo tipo non è di certo un segnale incoraggiante. Chi fa orbiting spesso è semplicemente annoiato, vuole mantenere il controllo e far sentire la sua presenza o tenere "in caldo" per i periodi di magra. In ogni caso difficilmente proverà un reale interesse verso l'altra persona.

Cosa fare in caso di orbiting?

L'unica soluzione da adottare in questi casi è la fuga. Se il tuo guardare insistentemente le storie non fa altro che alimentare la tua frustrazione e non riesci a fare a meno di guardare i suoi social, la prima cosa da fare è smettere di seguirlo e nei casi più gravi bloccarlo, per non offrirgli più margini di manovra.

In questo modo eliminerai in un colpo solo la tentazione di spiare il suo profilo e nel frattempo ti sarai tolta di dosso un grosso peso.

In alcuni casi potrebbe anche tornare a farsi sentire, facendo finta che non sia successo nulla. Non torna certo per amore o perché ha capito quanto sei importante e speciale. Lo fa solo perché non accetta di essere stato messo da parte. Se torna l'unica cosa da fare è ignorarlo o rispondere per le rime, senza mai cedere.

Lo step finale sarà quello di accettare quanto successo, imparando la lezione e cercando in futuro di comprendere meglio la persona che si ha di fronte.

Riferimento articolo: <https://www.donnaclick.it/coppia/orbiting-cosa-fare-quando-e-finita-ma-continua-a-ronzarti-intorno/>

Generato il 23/04/2025