

Indice cliccabile

INTRODUZIONE.....	1
CAPITOLO 1.....	4
Come inserirsi in una nuova città.....	4
Dover andare di giorno.....	5
Dove andare di notte.....	6
Frequenta corsi e attività.....	8
Partecipa ad eventi.....	9
CAPITOLO 2.....	11
Come fare amicizia su Internet.....	11
Migliori Social Network	12
Gruppi ed eventi su Facebook.....	13
Eventi e Meetup su Couchsurfing.....	16
Siti, App e Chat	18
CAPITOLO 3.....	20
Come si fa a fare amicizia.....	20
Il tuo modo di fare.....	21
Devi essere te stesso.....	22
Crea relazioni autentiche.....	23
CONCLUSIONI.....	24
CHI SONO.....	26

| INTRODUZIONE

Quando ci si trasferisce in una **nuova città**, all'inizio non si conosce nessuno.

Alcune persone non hanno problemi a costruire relazioni sociali, grazie al loro modo di porsi.

Invece altre trovano difficoltà nel **fare nuove amicizie**.

La situazione peggiora, se ci si trasferisce in una città poco movimentata, dove non ci sono eventi e luoghi per fare amicizia.

Quando ero adolescente, ero molto più timido di adesso e soprattutto non si usavano ancora internet e smartphone.

Col tempo ho cambiato il mio modo di relazionarmi, e ho aumentato decisamente le mie **relazioni sociali**.

www.salvodellaira.com

[vai all'indice...](#)

Devo dire che la città in cui si vive, influenza parecchio la socializzazione.

Nella mia città originaria la mentalità chiusa, la staticità e la diffidenza rendono tutto più complicato.

Per questo, 4 anni fa ho deciso di cambiare aria, e ho scelto una città dove avrei potuto inserirmi più facilmente.

Ho scelto Bologna, per vivibilità, offerta lavorativa e dimensione.

Non ti nascondo che l'idea di lasciare tutto e partire all'avventura spaventa chiunque.

Tuttavia questo succede solo all'inizio, dopo sarai spinto da un' **energia** che neanche tu credevi di avere.

Ti accorgi di aver vissuto poco, e ti chiedi perché hai aspettato così tanto a darti una mossa.

Ti assicuro che dopo i primi due mesi, ho costruito una sacco di amicizie.

www.salvodellaira.com

[vai all'indice...](#)

Sarà stato il mio modo di essere socievole, la città accogliente e piena di studenti, ma ti assicuro che mi sono trovato subito bene. Nonostante ciò, ti confesso che ho usato anche alcune strategie che mi hanno reso tutto più facile.

In questo **Ebook** che hai scaricato **gratis** dal mio blog:

1. Ti spiegherò come fare amicizia facilmente se ti trovi in una nuova città;
2. Ti svelerò come ampliare la tua rete di contatti, usando i migliori Social Network e siti per fare amicizia online;
3. Ti spiegherò come fare amicizia in modo naturale, essendo te stesso;
4. Dopo aver letto la mia **guida**, potrai sperimentare e verificare le mie strategie sul campo.

Mettiti comodo sulla tua poltrona e leggi i capitoli successivi. Sei pronto? Cominciamo!

www.salvodellaira.com

[vai all'indice...](#)

| CAPITOLO 1

Come inserirsi in una nuova città

Bene, sei arrivato nella **nuova città**: tutto ti sembra nuovo e non conosci nessuno.

Ti auguro di essere in una città con un clima mite: il sole e la temperatura influiscono molto sulla predisposizione delle persone alle relazioni sociali.

Inoltre se sei in una città non troppo piccola, con una mentalità aperta sei a cavallo.

Se invece per lavoro sei capitato in un paese sperduto di montagna, non disperare e continua a leggere: utilizzerai dei metodi alternativi.

Questa **guida** ti può essere utile, anche se vuoi fare amicizia in vacanza e quindi ti trovi per un breve periodo in una località turistica.

www.salvodellaira.com

[vai all'indice...](#)

Ti consiglio caldamente di documentarti su internet riguardo alla città dove ti trovi. Cerca di capire quali sono le zone più frequentate di giorno e di notte. Come in tutte le cose, serve un **piano d'azione** per muoverti al meglio.

Dover andare di giorno

Ti consiglio di visitare il **centro** e fare lunghe passeggiate.

E' più facile **fare amicizia** nelle vie e nelle piazze principali.

Inoltre vai al **parco**: in ogni città ci sono parchi o ville, a volte anche molto grandi, dove la gente si rilassa, suona uno strumento, legge un libro o fa sport.

Puoi anche andare in **biblioteca**, dove puoi leggere un libro, lavorare al computer, e approfittare delle pause per fare nuove conoscenze.

www.salvodellaira.com

[vai all'indice...](#)

Se sei uno studente, fare amicizia all'**università** sarà ancora più facile durante le lezioni e nelle aule studio della tua facoltà.

Dove andare di notte

Vai nei **locali** più frequentati, se non ce n'è sono, utilizzerai altre strategie di cui ti parlerò più avanti.

Se ancora non hai fatto nessun amicizia, non temere di uscire da solo.

Devi semplicemente fregartene del **giudizio** degli altri per 3 motivi:

1. La gente ha altri pensieri e non ti osserva;
2. Se invece sei in una piccola città e la gente non si fa i fatti suoi, rifletti sul fatto che non sei uno sfigato, anzi sei appena arrivato ed stai uscendo per interagire;

www.salvodellaira.com

[vai all'indice...](#)

3. A volte fa bene uscire da soli, per andare dove vuoi senza dover trovare compromessi (io l'ho fatto un sacco di volte).

Prova ad uscire e vai a bere qualcosa in un locale: per esempio se c'è un pub che fa **musica dal vivo**, vai lì.

La musica ti aiuterà a rilassarti e a relazionarti, soprattutto se il tuo bicchiere di birra non ha ancora fatto effetto (mi raccomando non esagerare).

Puoi anche andare in un locale dove fanno **karaoke**, soprattutto se te la cavi a cantare, senza far scappare tutti.

Non dimenticare di fare amicizia con chi fa animazione nel locale.

Spesso chi fa questo lavoro, conosce un sacco di gente e non si farà problemi a presentarti persone.

Inoltre, se ancora non ne sei al corrente, quando conosci una persona avviene una

www.salvodellaira.com

[vai all'indice...](#)

reazione a catena.

Infatti ogni persona che conosci oggi, probabilmente te ne presenterà un' altra domani e così via.

Questo effetto domino, ti permetterà in poco tempo di avere un sacco di amici.

Inizierai la serata da solo o con un amico, per poi trovarti a tarda serata con un gruppo numeroso.

Frequenta corsi e attività

Iscriviti a **laboratori creativi** se ti piace l'arte in generale o sei bravo a **scrivere, disegnare, cantare o recitare.**

Condividere la tua **passione** con altre persone, ti farà sentire appagato e ti permetterà di costruire relazioni sociali coerenti con il tuo modo di essere.

Puoi seguire anche un **corso di danza** se ti piace ballare.

www.salvodellaira.com

[vai all'indice...](#)

Conosco molte persone che hanno addirittura trovato l'anima gemella frequentando una scuola di ballo.

Credo che la danza permetta di passare ad una comunicazione più intima eliminando le censure e le inibizioni.

Puoi farti dunque nuovi amici, ma anche frequentare qualcuno per una relazione.

Un' altra possibilità è quella di iscriversi in **palestra** o praticare uno **sport** specifico.

Unirai l'utile al dilettevole: è ormai dimostrato che fare sport facilita il benessere psico-fisico.

Dunque starai bene e nel frattempo aumenterai le tue relazioni sociali.

Partecipa ad eventi

Ci sono ricorrenze, sagre, **eventi** che vengono organizzati in città, questi ultimi sono un' occasione per conoscere nuova gente.

www.salvodellaira.com

[vai all'indice...](#)

Di solito c'è un' affluenza elevata, infatti partecipano anche persone che vengono da altre città.

Per rimanere aggiornato su questi eventi, consulta i siti che pubblicano tutti gli eventi giorno per giorno.

Ogni città di solito ha un **sito** dove pubblica tutti gli eventi, se non lo trovi cerca su **google** e digita “eventi ed il nome della città”.

Internet ha mille potenzialità e per scoprirle, ti consiglio di leggere il prossimo capitolo dedicato alla rete.

www.salvodellaira.com

[vai all'indice...](#)

| CAPITOLO 2

Come fare amicizia su Internet

Fare amicizia online è ormai molto frequente, anche se ti consiglio sempre di fare amicizia soprattutto nel mondo reale.

Tuttavia l'utilizzo di **Internet**, mi è stato utile tutte quelle volte in cui dovevo andare in nuova città.

Prima di partire ho sempre creato una **rete di contatti**, che mi ha aiutato a creare relazioni sociali e ad avere amici in poco tempo.

In questo capitolo ti spiegherò tutto, così saprai come usare al massimo le opportunità della rete.

Oltre a cercare gli eventi su google e sui vari siti, potrai metterti in contatto con persone del luogo che potranno aiutarti ad inserirti nella nuova città.

www.salvodellaira.com

[vai all'indice...](#)

Migliori Social Network

Partiamo dai **Social Network**, diventati ormai i cardini della comunicazione online tra le persone.

Facebook rimane sempre quello più famoso e popolare (te ne parlerò nel prossimo paragrafo).

Poi ti consiglio di usare **Instagram**.

Questo Social può sembrare una vetrina dove gli utenti si mettono in mostra con le loro foto. Tuttavia esiste la possibilità di cercare le foto scattate da tutti gli utenti nella città dove ti trovi.

Quindi è un modo interessante e alternativo per conoscere nuova gente del luogo.

www.salvodellaira.com

[vai all'indice...](#)

Puoi usare anche **LinkedIn** se pensi soprattutto ad inserirti lavorativamente nella tua nuova città.

Troverai contatti affini alle tue competenze ed offerte di lavoro che possono interessarti.

Non ti parlo di **Google Plus** e **Twitter** perché sono dei Social non adatti a fare nuove amicizie.

Gruppi ed eventi su Facebook

Ritorniamo a **Facebook**, il re dei Social Network ormai incontrastato da anni.

E' raro trovare qualcuno che non sia su questo Social, ha infatti 2 miliardi di iscritti in tutto il mondo!

Su Facebook puoi aggiungere persone facendo una ricerca, in base alla città dove ti trovi.

Tuttavia non esagerare perchè Facebook,

www.salvodellaira.com

[vai all'indice...](#)

preferisce che tu aggiunga gente che conosci già nella vita reale.

Ti consiglio piuttosto di cercare pub, locali, associazioni che hanno un profilo o una pagina.

In questo modo sarai aggiornato sui loro **eventi** e potrai interagire con i commenti.

Poi ci sono i **gruppi** su Facebook.

Saprai già che è possibile creare gruppi pubblici o privati, dove i membri interagiscono tramite post e messaggi.

Per esempio a Bologna, esistono molto gruppi dove lo scopo è organizzare **uscite serali**, anche improvvisate.

Figo no? Puoi scrivere per esempio un post così: “Sono in piazza... chi si vuole unire?”

Poi ci sono gruppi per favorire lo **scambio linguistico**.

Se a te piace imparare una lingua come lo spagnolo o l'inglese, puoi iscriverti al gruppo.

www.salvodellaira.com

[vai all'indice...](#)

Puoi partecipare agli **eventi** settimanali, (di solito organizzati nello stesso locale), oppure puoi scrivere un post dove vorresti conoscere una persona per fare un tandem.

Che cos'è un tandem? Non mi riferisco alla bicicletta dove pedali con un' altra persona, però ci sei vicino!

Il **tandem** è un' uscita con un' altra persona per fare uno scambio linguistico.

Tu aiuti una persona ad imparare l'italiano, e quest' ultima aiuta te ad imparare la sua lingua.

Dunque grazie agli **eventi** ed ai **tandem**, conoscerai un sacco di gente straniera.

A me è sempre piaciuto conoscere persone con culture e lingue diverse, per questo ti consiglio di iscriverti a questi gruppi.

Ovviamente dipende dalla città, non sempre puoi trovare questi gruppi ed iniziative.

www.salvodellaira.com

[vai all'indice...](#)

Eventi e Meetup su Couchsurfing

Un altro Social determinante nei miei viaggi, è stato il **Couchsurfing**.

Non lo conosci? Male, devi conoscerlo: ora ti spiego tutto.

Il Couchsurfing nasce per aiutare i viaggiatori del mondo a visitare nuovi posti.

Couch vuol dire in italiano divano, ovvero puoi mettere a disposizione un divano o chiederne uno.

In altre parole, esiste la possibilità di **ospitare** o di **chiedere ospitalità** tramite una richiesta, che può essere accettata o rifiutata dalla persona che hai scelto.

Se sei diffidente, non temere: ogni profilo ha delle **referenze** pubbliche, scritte dalle persone che sono già state ospitate.

www.salvodellaira.com

[vai all'indice...](#)

Io ho ospitato e sono stato ospitato, e devo dire che ho mai avuto problemi.

Non paghi un b&b o un hotel per avere una stanza, e conosci persone davvero speciali e interessanti.

Non è finita qui, le persone possono scegliere di voler **solo incontrare** senza ospitare.

Quindi puoi per esempio scrivere un post, dove dici che sei appena arrivato e vorresti conoscere nuova gente per inserirti nella città.

Ti risponderanno molte **persone del luogo** che saranno liete di passare del tempo con te.

Se già conosci bene la città, cerca tra i **viaggiatori** che vogliono visitare la città.

In questo modo potrai conoscere tanta gente che viene da altri Paesi.

Inoltre troverai vari **eventi organizzati** da alcune persone, dove può partecipare chiunque.

Ti assicuro che è un'occasione per fare piacevoli conversazioni di gruppo in un locale

www.salvodellaira.com

[vai all'indice...](#)

o in un parco, con gente italiana e straniera.

Siti, App e Chat

Siamo arrivati ai **siti**, alle **app** e alle **chat** per fare nuove conoscenze.

Le **chat** spesso si usano per **rimorchiare** e conoscere persone del sesso opposto.

Quindi puoi usarle sicuramente se cerchi una relazione o una frequentazione.

Tuttavia ci sono persone che si iscrivono nelle chat solo per fare **quattro chiacchiere**.

Se anche tu la pensi così, può avvalerti di questi strumenti.

Le principali chat presenti anche come app, scaricabili sul tuo smartphone, sono: **Tinder**, **Lovoo**, **Happn** e **Badoo**.

Tutte funzionano più o meno con lo stesso meccanismo.

Se metti mi piace su un profilo e sei ricambiato, potrai comunicare con la persona

www.salvodellaira.com

[vai all'indice...](#)

in questione.

Inoltre i profili che ti compaiono sono filtrati in base alla tua **posizione**.

Queste app dunque ti permettono di comunicare con persone che magari incroci o sono nei tuoi **dintorni**.

Tuttavia devo dirti la cruda verità: essendo strumenti di altra natura, poche persone ti risponderanno se non hai un profilo con foto e frasi ad effetto.

Se sei interessato ad utilizzare queste app, metti delle foto che esprimono il tuo modo di essere e sintetizza in poche righe chi sei, cosa fai e perché si sei iscritto nella chat.

Non scrivo altro, altrimenti avrei chiamato questa guida “Come rimorchiare facilmente ed avere una relazione” e non è questo il mio intento.

www.salvodellaira.com

[vai all'indice...](#)

| CAPITOLO 3

Come si fa a fare amicizia

Ti ho svelato nei capitoli precedenti le strategie per **fare amicizia facilmente** nella vita reale e su internet.

Se però ancora ti stai chiedendo:

“sì va bene, ma non ho capito una cosa: come si fa a fare amicizia?”

Ti dico che non c'è un metodo universale, tutto parte dal **tuo modo di fare**.

Se hai avuto la pazienza ed il piacere di leggere fino a qui, avrai notato che ti ho indicato **le strategie, gli strumenti ed i luoghi** per fare amicizia facilmente.

Tutto ciò però funziona solo grazie a **te**, sei tu la **colla** che tiene insieme tutto.

www.salvodellaira.com

vai all'indice...

Il tuo modo di fare

In ogni ricetta, c'è sempre un **ingrediente speciale**: il tuo modo di fare.

Puoi seguire i miei consigli, ma non devi mai tralasciare la tua **spontaneità**.

Se hai un modo di fare solare e naturale, non avrai di certo problemi a **farti nuovi amici**.

Quando una persona trasmette benessere, le persone lo sentono ed hanno piacere di stare con te.

Se pensi di essere timido, non pensare di dover cambiare modo di porti.

Puoi solo osare un po' di più alla volta, senza pressioni.

Con il tempo capirai, che la cosa più importante è trovare persone con cui **stare bene**.

www.salvodellaira.com

[vai all'indice...](#)

Devi essere te stesso

Non devi creare per nessun motivo una maschera, un personaggio o qualcuno che sia altro da **te stesso**.

Io l'ho fatto per molto tempo e ti assicuro che non stavo bene.

Puoi anche riuscire a piacere agli altri ma non basterà.

Se tu cerchi di essere qualcun' altro, non stai rispettando te stesso e non **ti vuoi bene** abbastanza.

E' importante che tu conosca persone che ti accettino così come sei: le persone apprezzano la **naturalezza**.

Se invece hai conosciuto persone che non apprezzano le tue qualità, lasciale perdere.

www.salvodellaira.com

[vai all'indice...](#)

Crea relazioni autentiche

Circondati di persone che ti fanno stare bene. In altre parole non puntare sulla quantità ma sulla **qualità**.

Ricorda cosa dice un famoso **proverbio** sull'amicizia: *“meglio pochi, ma buoni”*.
Crea relazioni autentiche, fondate su uno scambio ed un dialogo costruttivo.
Mi preme dirti questo, perché non devi snaturarti per fare nuove amicizie.

Nel mio **blog**, parlo spesso di come sia importante seguire le proprie **passioni** e fare ciò che piace per **essere felici**.

Nelle **relazioni** è la stessa cosa: conoscere persone non deve essere vissuto come un lavoro, anzi deve essere un **piacere**.

www.salvodellaira.com

[vai all'indice...](#)

CONCLUSIONI

Sei arrivato alle **conclusioni** di questa guida, ce l'hai fatta! Sei stato paziente, ma anche motivato a leggere fino a qui.

- Nel **primo capitolo** ti ho spiegato come come fare amicizia facilmente se ti trovi in una nuova città;
- Nel **secondo** ti ho svelato come ampliare la tua rete di contatti, usando i migliori Social Network e siti per fare amicizia online;
- Infine nel **terzo** ti ho spiegato di come fare amicizia in modo naturale, essendo te stesso.

Spero che la mia **guida** ti sia stata utile, ora prova a passare alla **pratica**.

Sono sicuro che sei animato dallo spirito giusto, quello che si ha dentro quando si inizia una nuova esperienza in un nuovo luogo.

www.salvodellaira.com

[vai all'indice...](#)

Parlo di quella scarica di adrenalina che ti spinge a sperimentare, osservare e conoscere.

Quando scrivo cerco anche di raccontare il mio modo di essere e le mie **esperienze**.
Io credo che condividere le mie sensazioni ed **emozioni**, sia la cosa più bella che ci possa essere.

Amo **scrivere** per questo motivo, e mi fa piacere che tu abbia potuto leggere questo **Ebook**.

www.salvodellaira.com

[vai all'indice...](#)

CHI SONO



Ciao sono **Salvo Dell'Aira** e ho creato il mio **blog** perché amo scrivere.

Ho studiato e ho conseguito la Laurea in **Scienze e tecniche psicologiche**, ma ho sempre avuto la passione per la **scrittura**.

Sono **siciliano**, ma reputo molto importanti gli ultimi tre anni, nei quali ho vissuto a **Bologna**.

Proprio in questi ultimi anni, ho capito quanto sia **importante** sentirsi appagato.

Ma soprattutto, quanto sia **sbagliato** far qualcosa che non senti addosso come il tuo vestito.

Durante il mio percorso di vita, ho studiato e

www.salvodellaira.com

[vai all'indice...](#)

ho fatto vari lavori, ma ogni volta c'era qualcosa che non andava.

Non mi sentivo **felice**, perché mi forzavo a fare qualcosa che non mi interessava realmente.

Sono sempre stato confuso dalle aspettative altrui ed è stato difficile trovare la mia **strada**.

In questo ultimo anno ho approfondito il settore del **Web 2.0** e tutto quello che comporta.

Se si vuol essere un discreto **Blogger/ Web Writer**, bisogna sempre documentarsi ed acquisire competenze trasversali che vanno dal **Copywriting** alla **SEO**, dal **Web Marketing** e al **Social Media Management**.

Il mio **blog** nasce per essere un luogo di condivisione di opinioni e di esperienze sulle **scelte di ogni giorno**.

www.salvodellaira.com

[vai all'indice...](#)

Si rivolge a te che come me, vuoi conoscerti meglio per seguire le tue **passioni**.

Nella vita è importante fare quello che realmente ti fa sentire **vivo** e ti rappresenta davvero.

Ogni percorso ha una partenza e un arrivo.

In questo caso, il punto di arrivo è:

"lo star bene con te stesso e fare quello che ti rende felice".

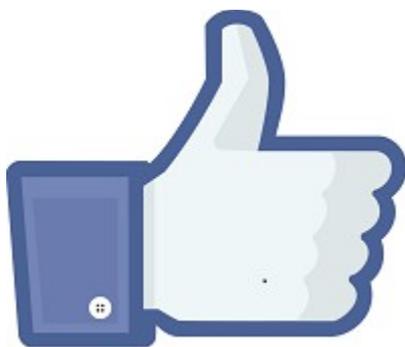
Seguimi su Facebook

Ho impiegato del tempo per scrivere questo **Ebook**, supportami e condividilo su **Facebook**.

Per te ci vuole solo **un secondo**, questo mi permetterà di scrivere e condividere altri contenuti.

Come avrai notato, hai potuto **scaricare gratis** il mio **Ebook** e vorrei il tuo supporto.

Condividi questo Ebook cliccando qui sotto:



A presto!



www.salvodellaira.com

Mi trovi anche sui social