

COME RENDERE FELICE UN UOMO - Un consiglio al giorno, toglie la crisi di torno...

Problemi di coppia

Inviato da : G.P.

Pubblicato il : 23/3/2025 7:10:00



Come rendere felice un uomo, se tutto ciò che facciamo per loro sembra allontanarli ancora di più e spesso, proprio quando noi abbiamo più bisogno della loro vicinanza? John Gray, in "Gli uomini vengono da Marte, le donne da Venere e sono tutti sotto stress", ci rivela, che la fonte della gran parte dei problemi di coppia, per l'uomo è proprio ciò che la donna gli dà, mentre per la donna è ciò che l'uomo non le dà... Di fatto, la donna tende a dare all'uomo, ciò che l'appaga lei, senza sapere che, la gran parte delle volte, è esattamente l'opposto di ciò di cui lui ha bisogno e che, addirittura, può causargli frustrazione, demotivazione, malessere e scatenare crisi di coppia.



Allora, come comprendere cosa sia meglio per l'altro e darglielo, quotidianamente, se nessuno ce lo ha insegnato?

Come superare la nostra naturale indole ad essere empatiche ed a dare tanto, spesso "troppo" e di solito anche quando "non richiesto"?

E, se tra il dire ed il fare c'è di mezzo il mare, come facciamo a far bene, ogni giorno, evitando gli atteggiamenti molesti ed attivando, invece, quelli che, seppur non naturali, possono favorire la felicità coniugale?

Libri e seminari, possono aiutarci a capire un universo diverso dal nostro, ma un almanacco quotidiano di uomini e donne, un calendario dell'amore, per quanto spesso incomprensibile ai nostri schemi, oltre ad educarci pian piano a questi mondi diversi dal nostro, ci dà quel consiglio quotidiano, quel promemoria, quella pillola di saggezza, che può aiutarci a mantenere un alto livello di appagamento e felicità reciproci, dissipando le ombre delle crisi di coppia.

Il bisogno primario di un uomo $\bar{A}$: sentirsi apprezzato per quello che fa e percepire la fiducia della propria donna.

Gli uomini traggono motivazione ed appagamento, dai sentirsi necessari.

Sebbene anch'essi hanno bisogno d'essere amati, il loro più grande bisogno $\bar{A}$ è: dare.

La loro più grande paura $\bar{A}$ è di non essere abbastanza bravi, quindi, bisogna motivarli, sostenerli e ringraziarli, di continuo.

Gli uomini danno molta importanza all'efficienza ed ai risultati. Raggiungere gli obiettivi $\bar{A}$ molto importante per loro, ma devono raggiungerli da soli, altrimenti viene minato il loro orgoglio ed aumenta la loro frustrazione ed il loro stress.

L'uomo non chiede consigli, se non ne ha bisogno, e non ne offre. Un consiglio, per loro, $\bar{A}$ una grande offesa, $\bar{A}$ come sentirsi dire $\bar{A}$ "Tu non sei capace!"

L'errore più grave delle donne $\bar{A}$: dare consigli o rimproverare!

Questo atteggiamento può essere molto frustrante per un uomo e può alimentare un'aggressività $\bar{A}$ via via più significativa....

Gli uomini vogliono al proprio fianco delle femmine, non delle mamme o delle maestre!

La cosa più frustrante e stressante per loro $\bar{A}$ proprio essere trattati come bambini o come imbecilli!

Di converso, la cosa più appagante, per loro, $\bar{A}$ avere al proprio fianco delle donne e che esse sappiano farli sentire vittoriosi!

La modalità con cui l'uomo arriva alle soluzioni sono il relax, il silenzio, la solitudine e la distrazione!

L'errore più banale delle donne: voler far parlare gli uomini. Così facendo, oltre che stressarsi ulteriormente, inibiscono il loro bisogno di introspezione e la loro capacità di risolvere i problemi o, semplicemente di rilassarsi.

Almeno una volta a settimana, bisogna rilassarsi e far nulla. Gli uomini ne hanno istintivo bisogno e le donne, ne sono quasi completamente incapaci e, proprio per questo, devono imparare a farlo, ripristinando il giusto livello di rilassatezza e la capacità di ricevere.

Periodicamente l'uomo ha bisogno di allontanarsi, per poi tornare con molto più amore. Questo non ha nulla a che fare con l'amore, che prova per la donna, ma solo una sua necessità. Le donne non devono impedirlo.

Cosa, dunque, riduce lo stress degli uomini, rendendoli più amorevoli e disponibili verso le donne?

L'essere virili!

Centrare obiettivi, vivere d'adrenalina, avere una donna da rendere felice!

L'errore più ingenuo delle donne: dare troppo! Questo atteggiamento, che deriva spesso da una grande insicurezza, o da un'indole sin troppo generosa e protettrice, porta ad una sempre più profonda insoddisfazione ed esasperazione della donna stessa e, nel contempo, inibisce, nell'uomo, la sua motivazione innata a dare e sentirsi appagato, per essere in grado di rendere felice la sua donna.

Per star bene in un rapporto di coppia, l'uomo deve sapere di poter soddisfare le esigenze della partner. Quando lei gli dimostra fiducia, consenso e apprezzamento, non solo ne arricchisce lo spirito ma contrasta gli effetti dello stress, contribuendo a mantenere un livello adeguato di testosterone nel suo organismo. Più un uomo si sente capace e sa di avere successo nel rapporto, più il livello dell'ormone si manterrà a livelli adeguati. Se invece ha la sensazione di essere inetto, energia e interesse calano, di pari passo con la quantità dell'ormone, fatto che compromette non solo il desiderio sessuale ma anche l'umore. L'uomo diventa cupo, scontroso, irritabile o passivo a tutto dipan

Se l'uomo si sente tale, se si sente appagato, diviene automaticamente più disponibile ed amorevole verso la donna, rendendola di fatto più felice e meno oppressiva verso l'uomo.