

Kaip „neknisti“ vyrui proto

„Neknisk man proto“ yra dažniau vyriškas išsireiškimas, apibūdinantis tai, ką vyrai įvardina kaip beprasmius ir gyvenimą kartinančius moters aiškinimus ir problemų ieškojimus. Tai taip pat yra viena iš populiarių priežasčių kodėl vyrams praeina noras gyventi su savo moterimi arba kreipti į ją dėmesį.

Kodėl „knisame“ vyrams protus?

Aiškinimai, kabinėjimaisi prie smulkmenų, kontroliavimas, badymas į esamus ar nesamus vyro trūkumus – variantų kaip nusibosti vyrui yra daug. Tačiau vargu ar yra moteris, kuri tą daro tyčia. Dažniausiai moterys net nepastebi ir nesupranta, ką daro, arba yra tikros, kad tai, ką ir kaip jos sako vyrui, turi rimtus pateisinimus. Rimti pateisinimai reiškia, kad jeigu vyras pakeistų savo elgesį, moteriai nereikėtų taip kalbėti ir problema išsispręstų. Tačiau jeigu moteris yra įpratusi prie tam tikro bendravimo būdo, jokie vyro elgesio pokyčiai nepakeis moters įpročių. Viena moteris, kurios vyras pradėjo trauktis iš šeimos, pasakojo, kad pastebėjo tokį dalyką: ji matė, kaip nepagarbiai su vyru kalba jo buvusi žmona, su kuria jis bendrauja dėl vaikų ir nusprendė, kad su šiuo vyru galima kalbėti kaip patinka. Ji liovėsi kreipti dėmesį ką ir kaip sako, išliedavo visus savo kaprizus kaip priekaištų ar kaltinimų laviną vyro adresu ir po poros metų kartu vyras išsikraustė gyventi į viešbutį. Moteris net nepagalvojo, kad buvusi žmona tokiu būdu „išprašė“ vyrą iš savo gyvenimo ir ji pati dabar daro tą patį.

Moteris visada ras priežasčių būti nepatenkinta

Jei moteris nori būti nepatenkinta – ji tokia bus. Vyras gali elgtis tobulai, ji vis tiek ras ką nors, kas jai nepatinka. Jei neras – susigalvos ir patikės tuo taip stipriai, kad pats vyras, girdėdamas moterį, pradės abejoti savo sveiku protu.

Dažniausiai moteris visgi susiduria su komplektu – dalį klaidų santykiuose vyras tikrai daro ir moteris pasimeta kur yra jos tikri norai bei poreikiai, o kur tik noras išlieti susikaupusias emocijas keliant konfliktus dėl jai pačiai neaktualių priežasčių. Šitas pasimetimas skatina moterį šokinėti į kraštutinumus – arba būti labai malonia ir nerodyti nei trupučio sunkių emocijų arba pratrūkti į išlieti vyrui ant galvos viską, kas susikaupė. Jei susikaupė daug ir per ilgesnį laiką, moteris gali mėnesių mėnesiais elgtis tik bjauriai ir vyras to nebeatlaiko.

Tvarkytis pačiai ar „atiduoti“ vyrui?

Vyras turi gebėti priimti dalį moters sunkių emocijų, kad ji galėtų atsiverti, būti savimi ir jaustis matoma bei mylima. Tačiau tam yra ribos ir nemažai moterų vyrui bando atiduoti daugiau negu jis yra sutvertas priimti. Kada visas moters vidinis šiukšlynas nukeliauja vyrui, jis pradeda visais būdais bandyti to išvengti – ignoruoja, nekalba, pasitraukia nuo moters kada jai blogai arba tiesiog išeina iš santykių. Moteris turi teisę burbėti, niurnėti, neslėpti, kad yra pervargusi, liūdna, kad skauda, pikta, viskas nusibodo ir pan. Tačiau visa tai neturi būti nukreipta vyro adresu. Būtina kalbėti apie tai, kas santykiuose yra negerai ir galima tą daryti emociškai, išsakant savo baimes ir skausmus, tačiau priekaištai ir kaltinimai ieškant priežasčių, kuo vyras yra netinkamas ir ką jis daro blogai, veda tik į gilesnę duobę santykiuose. Daugelis mūsų turime emocinį bagažą, kuris kelia vidinę įtampą ir mes nesąmoningai ieškome kur tą bagažą „išlieti“. Moteriai tokiu „žaibolaidžiu“ tampa vyras. Todėl daug moterų ieško realių ar tariamų priežasčių kaip „prisikabinti“ prie vyro, kad jos galėtų išlieti savo per gyvenimą sukauptus pykčius, nepasitenkinimus, nuoskaudas. Su šiuo bagažu kiekvienas turime tvarkytis patys – su psichologų, dvasinių praktikų, įvairių su emocijomis dirbančių mokyklų, grupių pagalba.

Įkyrus kontroliavimas

Lengvesnės „proto knisimo“ formos yra įkyrus kontroliavimas ir aiškinimas ką ir kaip vyras turi daryti, ko jis nepadarė ar padarė ne taip. Tai dar vienas būdas kaip moteriai, kuri nori būti nepatenkinta, rasti priešasčių tokia būti. Ji gali pamatyti ką ir kaip padarė vyras ir tą pačią akimirką sugalvoti, kad viskas turėjo būti kitaip. Vyras kaip vėžys išverda tokiuose nuolatiniuose kontroliavimuose ir nepasitenkinimuose po truputį tapdamas vis pasyvesniu ir nuobodesniu. Kada viskas, ką daro vyras yra blogai, su laiku vyro noras iš viso ką nors daryti dingsta ir taip gimsta vyras, dienas leidžiantis fotelyje priešais televizorių su pulteliu rankose. Daug moterų skundžiasi, kad jų vyras yra kaip mažas vaikas – visur reikia aiškinti ir pirštu rodyti. Dažnai jos pačios iš vyrų padaro vaikus, kad galėtų patenkinti savo poreikį aiškinti bei kontroliuoti ir tik tada pradeda skųstis neva vyras pats toks patapo.

Kaip „prisibelsti“ iki vyro?

Visi priekaištavimai, nepasitenkinimai ir noras aiškinti turi būti pakeisti į prašymus vyrui ir prašymuose neturi skambėti jokios išankstinio nepasitenkinimo ar „gal nors kartą padarysi?“ gaidelės. Ne „Kada tu...?“, „Ar nors kartą...?“, o „Aš noriu...“ turi tapti nauju būdu kalbėti su vyru. Vieną puikų pavyzdį knygoje „First, Kill All the Marriage Counselors: Modern-Day Secrets to Being Desired, Cherished, and Adored for Life“ aprašė jos autorė. Ji, pagaminusi vakarienę, nuėjo ieškoti vyro ir rado jį tvarkantį jų seną, vis lūžtančią skalbimo mašiną. Automatiškai moteriai kilo noras pasakyti ką nors panašaus į „Kiek gali tu su ta mašina, gal nuperkam pagaliau naują?“, bet ji susilaikė ir pasakė tai, dėl ko ji iš tikro ieškojo vyro „Brangusis, pietūs ant stalo ir aš labai noriu valgyti“. Vyras atsistojo, pasakė „Gerai, aš irgi išalkau“ ir nuėjo vakarienės. Vietoje to, kad sumenkintų vyro pastangas sutaisyti mašiną, moteris tiesiog pasakė ko ji nori ir išvengė ne tik galimo konflikto, bet ir neužgavo mylimo žmogaus.

Ko iš tikro norite?

Sakoma, kad vyrai nenutuokia, ko nori moterys, tačiau neretai pačios moterys nenutuokia, ko jos nori. Tad pirma reikia pasiaiškinti, ko norite iš tikro ir tada su savo norais keliauti pas vyrą. Vyrai gali patys išmokti klausinėti nepatenkintos moters, ko ji iš tikro nori, nes po eile kaprizų ir bambėjimų gali slėptis: aš noriu daugiau laiko praleisti su tavimi, man nusibodo sėdėti namie ir aš noriu kur nors išeiti, tie neskalbti drabužiai dėl sugedusios mašinos mane veda iš proto tiek, kad aš atrodo, jog gyvenime nebeliko nieko gražaus ir t.t. Gali būti, kad išsakysite, ko norite vyrui, jis pradės daryti sprendimus ir matysite, kad tie sprendimai jums ne itin patinka. Norus galima pildyti, tikslinti ir duoti vyrui perspręsti. Viena moteris papasakojo savo vyrui, kad ji nori nuvažiuoti savaitgalį kartu į parodą. Vyras išgirdo, bet turėjo minčių tas dienas praleisti tvarkantis garaže ir artėjant savaitgaliui kalbėjo apie tokius planus. Moteris pirma norėjo užrekti ant vyro, kad ji, juk, sakė, kad nori į parodą, tačiau susilaikė ir nusprendė visgi nesakyti nieko – jei vyras nusprendė, tai nusprendė. Tačiau ji toliau jautėsi blogai tad nuėjo pas vyrą ir priminė bei papildė savo norą „Prisimeni tą parodą, apie kurią kalbėjau? Aš jau senai jos laukiu ir labai noriu nuvažiuoti.“ Vyras net nežinojo, kad paroda žmonai taip rūpi ir jis atidėjo savo planus, kad nuvežtų žmoną ten, kur ji norėjo.

Nepamirškite padėkoti

Viskas, ką vyras padarė ar bent jau nuoširdžiai pasistengė padaryti, turi būti įvertinta – padėka, apkabinimu, šypsena. Mes visi esame daug labiau suinteresuoti pasistengti kada už pastangas mus atlyginama, o užduotys duodamos ramiai, geranoriškai, prašymo, o ne reikalavimo forma. Vyras ne tėtis ir jis nedarys visko dėl žmonos tik dėl to, kad ji yra. Vyras nori sulaukti atlygio ir tas atlygis yra ne išskalbtos kojinės ir netgi ne paruošta vakarienė, o padėkos, įvertinimai ir matymas, kad moteris labai patenkinta dėl to, kad jis padarė.

Kaip moteriai neužtenka to, kad vyras atneša pinigus – ji nori būti matoma, išgirsta, jausti, kad vyras ją myli ir ja žavisi – taip ir vyrui neužtenka buitinių darbų atlikimo iš moters. Prašymais ir padėkomis vietoje reikalavimų ir susilaikymų nuo baudimo jei vyras padarė taip, kaip jūs norėjote, galima pasiekti labai daug ir tą išbandžiusios moterys kalba apie labai greitus vyro elgesio ir santykio su savo moterimi pokyčius.