

# Moteris nori būti matoma

Vienas iš didžiausių moters troškimų poroje yra būti matoma ir girdima. Pasimatymų metu vyrai neretai bando sudaryti moteriai išpūdį pasakodami apie save, savo laimėjimus, pasiekimus ar tiesiog daug kalbėdami tam, kad pasirodytų įdomūs. Su dalimi moterų tai veikia, tačiau tik su tomis, kurios nepasitiki savimi ir yra linkusios aukotis, daug duoti tačiau nėra išmokusios imti. Subalansuota moteris, mokanti ir duoti ir imti, bus labiau sužavėta vyru, kuris domisi ja daugiau negu pasakoja apie save, kuris moka klausyti ir girdėti.

## Kai moteris jaučiasi nematoma

Porose nereta problema, apie kurią pasakoja moterys, yra ta, kad vyrai jų nemato ir negirdi. Jie gali klausyti, tačiau daro tai paviršutiniškai, dalį dėmesio nukreipdami į ką nors, kas jiems tuo metu labiau aktualu. Moteris žydi gaudama vyrišką dėmesį. Ne veltui arabų šalyse yra populiarios tarp mažiau dėmesio sulaukiančių moterų – tenai kiekviena moteris pasijunta gražuole kadangi arabų vyrai moka žavėtis, sakyti komplimentus ir rodyti dėmesį ir nesvarbu, kad jie tą gali daryti dėl labai asmeninių ir praktinių priežasčių. Trokštanti dėmesio moteris gali pulti į kraštutinumus kaip nutinka tomis, kurias socialiniuose tinkluose suvilioja pinigais viliojantys vyrai apsimetę, kad yra išsimylėję ir apipildami žavėjimusi ir komplimentais. Tokios istorijos tik parodo, kaip labai moterys nori būti matomos, girdimos, jaustis įdomios ir kad jomis žavimasi. Kada moteris poroje tampa tiesiog žmogumi, kuris gyvena po tuo pačiu stogu, ji pradeda vysti ir jaustis vis prasčiau.

## Klauso, bet negirdi

Visi puikiai jaučiame, kada žmogus tik apsimeta, kad mūsų klauso. Dalis vyrų bando šitą taktiką su savo moterimis tikėdamiesi, kad tokio tariamo klausymo užteks ir moteris

nesupras, kas vyksta. Mylédama savo vyrà moteris gali atleisti daug, taèiau tai neišgelbés jos nuo vis prastesnès savijautos poroje. Moteris nori jausti, kad jos vyras bent dalì laiko skiria visu šimtu procentù tik jai ir iš tikro girdi, ką ji sako. Tai nereiškia, kad viskas, ką sako moteris, turi bûti pilnai išgirsta ir įsisąmoninta, ypaè jei ji yra šneki ir gali valandomis apie ką nors kalbėti. Užtenka bent dalì laiko skirti tam, kad išgirsti viską, ką ji sako, pasidomėti kaip ji dėl to jauèiasi, ką galvoja, ypaè jei tai ne buitiniai dalykai, o kas nors asmeniškiesnio. Išgirsta moteris tampa ramesne, pasijunta saugesne, žino, kad yra ne viena savo problemose ir gyvenime.

### **Provokuojami konfliktai**

Nesulaukdama dèmesio moteris gali pradėti nesąmoningai provokuoti konfliktus su savo vyru. Kaip augalui bet koks vanduo geriau negu nudžiūti taip ir moteriai bet koks dèmesys geriau negu jokio. Išprovokavusi konfliktà moteris yra garantuota, kad sulauks šimtaprocentinì vyro dèmesio, tegul ir pakeltu balso tonu. Ne visi konfliktai iš moters pusès poroje kyla dėl dèmesio trūkumo, taèiau šitas scenarijus yra labai realus ir verta įsitikinti ar moteris nenorėtų tiesiog išsikalbėti ir bûti išklaudyta vietoje to, kad pyktùsi. Pamaèius, kad moteris yra nepatenkinta, galima ramiai paklausti, kas nutiko, kaip ji jauèiasi, ar nori apie ką nors pasikalbėti? Taip galima užbègti moters pratrūkimui už akiù – ji išsikalbés, gali ir papykti, taèiau tikėtina, kad tà darys daug geranoriškiau ir nurims daug greičiau, ypaè jei jaus vyro palaikymà.

### **Komplimentai**

Ne visos moterys moka priimti komplimentus taèiau vyrams verta jas prie to pripratinti. Komplimentà priémusi moteris yra labai gražus vaizdas vyro akims – laiminga, išsišiepusi, žibanèiomis akimis. Ne gana to pati moteris poroje pradeda jaustis kur kas laimingesne. Komplimentas, kad jis suveiktù,

turi būti nuoširdus ir moteris turi matyti, kad vyras iš tikro pažiūrėjo į ją, pamatė ir tada pasakė komplimentą. Mes, žmonės, esame linkę įsisukti į automatinį gyvenimo režimą ir netgi mūsų „myliu tave“, bučiniai susitikus ar atsisveikinant lengvai tampa tik rutinine dienos dalimi. Tai geriau negu nieko, tačiau ilgainiui kažko pradeda trūkti ir tas kažkas yra tikras, gyvas dėmesys kada abu partneriai iš tikro mato vienas kitą čia ir dabar. Matoma moteris jaučiasi mylima ir vertinama, o to mes visi poroje labiausiai trokštame.

### **Kaip tau šiandien sekėsi?**

Galima užduoti šitą klausimą ir įsijungti televizorių kol moteris pasakoja arba galima susėsti ir iš tikro pasikalbėti. Mes neretai taip susikoncentravę į sėkmę, pinigus, buitinius reikalus, kad pamirštame ko mums visiems reikia labiau už viską – tikro, gyvo ryšio kuris atidarytų meilės tėkmę, pajautimą, kad mes kažkam iš tikro rūpime, esame brangūs. Yra pasakymas, kad nieko nėra pigiau už pinigus ir taip yra todėl, kad nors uždarbis reikalauja daug laiko ir pastangų, jis nereikalauja tiek, kiek žmogiški santykiai. Galime tapti vaikštančiais robotais ir būti itin sėkmingi finansiškai, bet taip niekada nepavyks turėti gerų, tvirtų santykių su artimais žmonėmis. Kaip tik dėl to vyrai (nors moterys taip pat pradeda taikyti šitą gyvenimo modelį) mieliau uždirba šeimai pinigus, negu skiria taip visų trokštamą laiką ir dėmesį. Nereikia pulti į kraštutinumą, tik grįžti į balansą kada dalį laiko skiriame tikram bendravimui su tais, kurie mums rūpi.

### **Aš noriu, kad mane matytum**

Dalis vyrų šitą prašymą supras, tačiau nenustebkite, jei sunkiai pavyks papasakoti, ko norite iš savo partnerio. Paprasčiausia yra papasakoti vyrui konkrečiais pavyzdžiais, o dar geriau jeigu iš karto, kada pasijuntate pamatyta ir išgirsta, pasakytumėte jam „štai šito aš ir noriu, padarei kaip tik tai, ko man taip reikia“. Prisiminkite laikus, kada susitikinėjote ir vyras skyrė jums daugiau dėmesio, kaip tada

jautėtės, ką jis darė kitaip. Puikus būdas yra atnaujinti pasimatymus ir pabuvimą kažkur tik dviese, be telefonų, vaikų jei jie pakankamai dideli ir viso kito, kas blaškytų dėmesį. Ką kartais daro moterys, norėdamos sulaukti dėmesio, tai pradeda rodyti dėmesį vyrui – klausinėti jo kaip sekėsi, išklausyti, daryti staigmenas ir t.t. bei tikėtis, kad vyras visa tai gražins atgal. Tačiau vyras net nenutuokia, o kartais ir pati moteris iki galo nesupranta, kam iš tikro yra skirtos visos šios pastangos. Visi žinome, kad neretai lengviau paimti ir padaryti patiems ar pačioms, negu aiškinti kitam kaip ir ką reikia daryti. Taigi moterys renkasi pačios rodyti taip trokštamą dėmesį tikėdamos, kad tai jas užpildys ir nereikės kelti nepatogių klausimų vyrui, kalbėtis sudėtingomis temomis ir bandyti išmokyti jį kažko, ko išmokyti, puikiai žinome, bus sudėtinga. Visgi tokie jau tie poros santykiai – nuolat kylantys klausimai, iššūkiai, nepatogumai, ypač jei norisi ne tiesiog gyventi kartu, bet dar ir būti laiminga pora.