

ZŁOTE
MYŚLI



Piotr Mart

TAJEMNICE

MĘSKIEGO UMYSŁU

Odkryj to, **co jest niezbędne**,
aby **Twój mężczyzna** dał Ci
z siebie wszystko i był Twoim
prawdziwym przyjacielem

Niniejszy **darmowy** ebook zawiera fragment
pełnej wersji pod tytułem:

"Tajemnice męskiego umysłu"

Aby przeczytać informacje o pełnej wersji, [kliknij tutaj](#)

Darmowa publikacja dostarczona przez

[Wydawnictwo Złote Myśli sp z.o.o](#)

Niniejsza publikacja może być kopiowana, oraz dowolnie rozprowadzana tylko i wyłącznie w formie dostarczonej przez Wydawcę. Zabronione są jakiegokolwiek zmiany w zawartości publikacji bez pisemnej zgody wydawcy. Zabrania się jej od-sprzedaży, zgodnie z [regulaminem Wydawnictwa Złote Myśli](#).

© Copyright for Polish edition by [ZloteMysli.pl](#)

Data: 23.02.2009

Tytuł: Tajemnice męskiego umysłu (fragment utworu)

Autor: Piotr Mart

Projekt okładki: Marzena Osuchowicz

Korekta: Magda Wasilewska, Sylwia Fortuna

Skład: Magda Wasilewska

Internetowe Wydawnictwo Złote Myśli sp. z o.o.

ul. Daszyńskiego 5

44-100 Gliwice

WWW: www.ZloteMysli.pl

EMAIL: kontakt@zlotemysli.pl

Wszelkie prawa zastrzeżone.

All rights reserved.

SPIS TREŚCI

<u>WSTĘP</u>	6
<u>Kim jestem i dlaczego napisałem tę książkę?</u>	6
<u>Dla kogo jest ta książka?</u>	8
<u>Dla kogo nie jest przeznaczona ta książka?</u>	8
<u>KURS ŻYCIA, CZYLI OD KOGO ZALEŻNE JEST SZCZĘŚCIE W ZWIĄZKU?</u>	9
<u>Po co Ci przyjaźń z mężczyzną, jeśli jesteś jego partnerką?</u>	10
<u>Wiosna związku</u>	11
<u>Lato związku</u>	11
<u>Jesień związku</u>	12
<u>Zima związku</u>	12
<u>Zima w związku, gdy partnerów łączy przyjaźń</u>	13
<u>JAK DOCHODZI DO ROZPADU ZWIĄZKU NIEOPARTEGO NA PRZYJAŹNI?</u>	15
<u>Typ mężczyzny A</u>	16
<u>Typ mężczyzny B</u>	17
<u>Typ mężczyzny C</u>	19
<u>Z SIŁĄ SPADAJĄCEJ KROPLI WODY</u>	22
<u>KOBIETA, MEŹCZYZNA I ICH PODSTAWOWE POTRZEBY PSYCHOLOGICZNE</u>	24
<u>MEŹCZYZNA ZORIENTOWANY NA EGO</u>	26
<u>KOBIETA ZORIENTOWANA NA UCZUCIA</u>	27
<u>JAK ZOSTAĆ PRZYJACIELEM MEŹCZYZNY?</u>	28
<u>PRZYKŁAD MEŹCZYZNY JAKO NAJMŁODSZEGO CZŁONKA RODZINY</u>	35
<u>JAK ZYSKAĆ PRZYJAŹŃ MEŹCZYZN W MIEJSCU PRACY?</u>	36
<u>BUDOWANIE MĘSKIEGO EGO</u>	38
<u>Spytaj się go o radę</u>	38
<u>A gdy mężczyzna nie darzy Cię sympatią?</u>	39
<u>JAK PODERWAĆ MEŹCZYZNĘ Z PRACY?</u>	40
<u>PROCES BUDOWANIA MĘSKIEGO EGO</u>	41
<u>Etap pierwszy</u>	41
<u>Etap drugi</u>	41
<u>Etap trzeci i ostatni</u>	42

<u>JAK MOTYWOWAĆ MEŹCZYZNĘ?</u>	43
<u>DYSONANS POZNAWCZY, CZYLI JAK POZYTYWNIENIE WPLYWAĆ NA MEŹCZYZNĘ, WYKORZYSTUJĄC KRYTYKĘ?</u>	47
<u>Jak umiejętnie krytykować mężczyznę, wykorzystując dysonans poznawczy</u>	47
<u>CO CHCE SŁYSZEĆ MEŹCZYŻNA?</u>	51
<u>JAK POCIESZYĆ MEŹCZYŻNĘ-PRZYJACIELA?</u>	55
<u>HIERARCHIA A PRZYJAŹŃ</u>	59
<u>SEKRET, KTÓRY POZWAŁA DOWOLNIE WPLYWAĆ NA MEŹCZYŻNĘ</u>	68
<u>MAGIA POZYTYWNYCH SŁÓW: DOWODY NAUKOWE</u>	74
<u>JAKA JEST KOBIECA NATURA, A JAKA JEST JEJ NATURA WYPACZONA?</u>	77
<u>Racjonalizm buduje, a krytyka rujnuje</u>	77
<u>Ćwiczenie</u>	79
<u>KRYTYCZNE UWAGI, KTÓRE NIE WNOSZĄ NICZEGO POZYTYWNEGO</u>	81
<u>Ćwiczenie</u>	82
<u>Ćwiczenie drugie</u>	83
<u>Zdania budowane z okolicznikiem czasu</u>	84
<u>JAK CZYTAĆ W JEGO MYŚLACH?</u>	86
<u>BŁĘDY NAJCZEŚCIEJ POPEŁNIANE</u>	88
<u>Jak pomóc mu w emocjonalnej przeprawie?</u>	89
<u>Ćwiczenie emocjonalnej przeprawy</u>	91
<u>JAK ROZPOZNAĆ PRZYGNĘBIENIE U MEŹCZYŻNY?</u>	96
<u>O AKCEPTACJI RZECZY KILKA: BŁĄD, JAKIEGO POWINNAŚ UNIKAĆ</u>	99
<u>MYŚL CO CHCESZ, ALE KONTROLUJ TO, CO MÓWISZ</u>	101
<u>STUDIA PRZYPADKÓW</u>	103
<u>Przypadek 1.: Dlaczego mężczyzna kłamie?</u>	103
<u>Przypadek 2.: Kiedy budować obraz jego ego, a kiedy tego nie robić?</u>	104
<u>Przypadek 3.: Gdy kobieta obawia się wpływać pozytywnie na męskie ego</u>	105
<u>Przypadek 4.: Kiedy kobieta wzbudza w mężczyźnie agresję</u>	106
<u>Przypadek 5.: Kiedy kobieta w związku narusza hierarchię</u>	107
<u>Przypadek 6.: Kiedy mężczyzna sugeruje kobiecie, jak ma się do niego zwracać</u>	108
<u>Przypadek 7.: Kiedy mężczyzna nazywa kobietę „kobitką”</u>	109
<u>Przypadek 8.: Mój ojciec jest alkoholikiem i znęca się nade mną</u>	110
<u>Przypadek 9.: Kiedy pochwalić mężczyznę, a kiedy mu podziękować</u>	113
<u>Przypadek 10.: Gdy mężczyzna nie odzywa się od miesięcy</u>	115

<u>TESTY</u>	119
Czy jesteście przyjaciółmi?.....	119
Jak mężczyzna reaguje, gdy...? Test zadowolenia mężczyzny ze związku z kobietą.	123
<u>PODSUMOWANIE</u>	125
<u>DEKLARACJA</u>	126
<u>ZAKOŃCZENIE</u>	128
<u>BIBLIOGRAFIA</u>	129

Proces budowania męskiego ego

Etap pierwszy

Wynalezienie potrzeby, którą mężczyzna będzie mógł spełnić. Nie może to być zadanie ani za łatwe, ani za trudne. Gdy będzie za łatwe, np.: zapytasz go, czy mógłby wyrzucić papierek do kosza, to będzie zawiedziony, że go nie doceniasz. Gdy będzie jednak za trudne, może to zadziałać w drugą stronę i ucierpi wtedy jego ego, jeśli akurat nie będzie w stanie Ci pomóc.

Zatem zadanie musi być tym, na czym on się zna i najlepiej jeśli robił to już wcześniej. Jednocześnie mężczyzna musi mieć świadomość, że dla Ciebie jest to za trudne, w przeciwnym razie może poczuć się wykorzystywanym, chyba że szukasz pretekstu, by go lepiej poznać – wtedy może to zinterpretować całkiem pozytywnie.

Etap drugi

To moment, kiedy pozwalasz mu się wykazać. Tutaj ważne jest, byś przypadkiem nie udzielała mu rad lub, co gorsza, mówiła mu, że robi coś źle. Pozwól mężczyźnie być ekspertem – daj mu możliwość, by w spokoju mógł wykonać postawione przez Ciebie zadanie.

Etap trzeci i ostatni

To czas na okazanie wdzięczności. Im większą wdzięczność mu okaziesz, tym on większą odniesie satysfakcję. To dla Twojej wdzięczności właściwie każdy mężczyzna (zwłaszcza wzrokowiec), bezpłatnie pomaluje Ci mieszkanie, wniesie ciężką lodówkę na dziesiąte piętro i zrobi cokolwiek innego. Wdzięczność w przypadku mężczyzny jest jak podpis pod umową o tytule:

Jesteś wspaniałym mężczyzną.

Hierarchia a przyjaźń

Przyjaźnie różnią się między sobą. Inna jest przyjaźń mężczyzny z mężczyzną, inna kobiety z mężczyzną, inna ojca z córką, a inna mężczyzny ze swoją partnerką. Różnice te nie wynikają tylko z płci, choć poniekąd wpływa ona na sam rodzaj przyjaźni. Tym, co zmienia charakter przyjaźni jest **hierarchia**. Słowo to jest niezwykle istotne dla związku i dla przyjaźni, i jeśli kobieta nie będzie zdawać sobie sprawy z jego istnienia, może przyczynić się do wzbudzenia agresji u mężczyzny, a nawet do rozpadu związku. Hierarchia jest tak istotna, ponieważ stale jest obecna w męskim widzeniu świata. Piszę: „w męskim widzeniu świata”, mimo że tak naprawdę występuje w każdym stadzie ssaków i, jak za chwilę się dowiesz, nie dotyczy wyłącznie ludzi.

Kobiecie trudniej jest pojąć hierarchię, ponieważ kobietą nie kieruje tak silny instynkt, jak mężczyzną. A to ten instynkt w pewnym sensie nakazuje mu zająć możliwie najwyższą pozycję w stadzie. Kobiety rzadko rywalizują o pozycję w hierarchii, co najwyżej swojej pozycji mogą bronić, jeśli ta zostaje zagrożona.

Przykładowo, jeśli masz młodszego od siebie brata, a Twoi rodzice zezwolili na to, by Twój brat awansował w rodzinnej hierarchii, czyli np. przewyższył Twoją pozycję starszej siostry, wtedy najprawdopodobniej ostro się temu sprzeciwiłaś. Mogłaś rywalizować o utrzymanie swojej pozycji w hierarchii. Nigdy jednak nie myślałaś o tym, by zajmować jak najwyższą pozycję – wyższą nawet niż Twoi rodzice. Nie miałaś takiej potrzeby. No właśnie, Ty nie miałaś takiej potrzeby, a Twój brat, jako mężczyzna, posiada potrzebę zajęcia jak najwyższej pozycji – jeśli tylko nadarzy się taka możliwość.

Hierarchia wpływa zasadniczo na sposób, w jaki mężczyzna traktuje Ciebie jako swoją przyjaciółkę. Inaczej będzie Cię traktował Twój przyjaciel, który jest Twoim starszym bratem; Twoim młodszym bratem; Twoim ojcem; Twoim kolegą, a, jak już na początku wspomniałem, zupełnie inaczej – Twój życiowy partner.

Musisz mieć świadomość tego, że rodzaj przyjaźni z mężczyzną zależy od pozycji w hierarchii, jaką zajmujesz.

Bez tej świadomości **możesz być narażona na agresję mężczyzny**. By lepiej Ci to uświadomić, podam Ci kolejny przykład:

Wyobraź sobie, że zwracasz się do swojego syna:

– Maciusiu, masz tutaj 5 złotych. Leć do sklepu i kup mi kilogram cukru!

Czy Twój syn sprzeciwi się Twojemu poleceniu? Czy oburzy się?

Nie! O ile jest świadomy faktu, że zajmuje niższą pozycję w hierarchii niż Twoja. W większości przypadków dzieci chcą być pomocne i sprawia im przyjemność, gdy mogą w czymś pomóc swoim rodzicom.

Ale wyobraź sobie, że nie masz syna. Przez okno spoglądasz i widzisz tam policjanta – to akurat dzielnicowy przechadza się po Twoim osiedlu. Otwierasz wtedy okno i zwracasz się do niego w ten oto sposób:

– Hej, ty tam w niebieskim! Masz tutaj 5 złotych. Leć do sklepu i kup mi cukier! ;-)

Czy zwróciłabyś się w taki sposób do dzielnicowego? Wiesz dobrze, że nie! A wiesz, dlaczego ludzie nie zwracają się w ten sposób do policjanta?

– Bo boją się gumowej pałki? – mogłabyś odpowiedzieć.

Nie! Nie dlatego, że się jej boją, choć to też jest pewien argument. :-)
Wiesz, co różni dzielnicowego, Ciebie i Twojego syna? Odpowiedź brzmi: **hierarchia**.

Otóż wydać polecenie możesz komuś, kto stoi niżej w hierarchii, np. Twojemu dziecku. Policjant – wiesz doskonale – w naszej społecznej hierarchii stoi wyżej niż zwykły obywatel, a przynajmniej ma większe uprawnienia. Dlatego też, ze względu na jego wyższą pozycję w hierarchii niż Twoja własna, nie wydasz mu polecenia. Co najwyżej spytasz go, czy nie zechciałby spełnić Twojej prośby.

Rzekłabyś do niego mniej więcej tak:

– Panie dzielnicowy, wiem, że i funkcja nie ta, i obowiązki ma pan swoje, ale czy byłby pan tak uprzejmy i kupiłby mi pan kilogram cukru? Robię ciasto i akurat tego składnika mi zabrakło.

Rozumiesz? Nie możesz wydawać poleceń komuś, kto stoi wyżej w hierarchii niż Ty, nawet jeśli łączą Was przyjacielskie stosunki. To w większości przypadków wzbudza agresję, konflikt, a w najlepszym – niezrozumienie i wielogodzinną opieszałość mężczyzny.

Teraz zapewne zapytasz, kto stoi wyżej w hierarchii, którą Ty sama zajmujesz? Takie osoby to zazwyczaj: Twój ojciec, Twój starszy brat, Twój dużo starszy od Ciebie kolega, Twój szef i **Twój partner** – jeśli jest wzrokowcem i czuje się przywódcą w Waszym związku.

Na równi z Tobą w hierarchii (z paroma wyjątkami) stoi zazwyczaj Twój kolega-przyjaciel, który dorównuje Ci wiekiem. Zauważ, że nie podaję tutaj mężczyzny – Twojego partnera, który stałby na równi z Tobą w hierarchii – jest to sprzeczne z prawami, jakie rządzą natu-

ra. W związku musi istnieć hierarchia. Albo kobieta, albo mężczyzna musi stać wyżej w hierarchii. **Związek, który oparty jest na typowym równouprawnieniu, nie ma dużych szans na przetrwanie.**

Niżej w hierarchii stoi Twój młodszy brat, młodszy od Ciebie kolega, Twój podwładny w pracy, Twoje dzieci, a także **Twój partner** – jeśli jest mężczyzną słuchowcem i nie przejawia chęci przywództwa.

Mężczyzna najsilniej akcentuje swoją pozycję w hierarchii, gdy przebywa w grupie.

Co to oznacza? Otóż grupa zazwyczaj tworzy wyjątki, o jakich już wspomniałem. Ponieważ jesteśmy zwierzętami stadnymi (tak, zwierzętami – czemu się dziwisz? :-)), najsilniej odczuwamy i podkreślamy swoją pozycję w grupie – gdzie przebywa więcej niż dwie osoby.

Oto kolejny przykład:

Mówisz do swojego syna:

– Kochanie, idź wynieść śmieci.

Nie spotkasz się z wielkim sprzeciwem i zazwyczaj posłusznie, bez ociągania się, wyniesie śmieci.

Ale zmieńmy sytuację i wydaj polecenie swojemu synowi, kiedy on akurat przebywa w towarzystwie dziewczyny, kolegów czy liczniejszej grupy rówieśników.

Otóż teraz inaczej zareaguje na polecenie, a inaczej na prośbę. Jeśli zależy mu na hierarchii, będzie wolał, byś go poprosiła, a wtedy wykona Twoje polecenie bez sprzeciwu. Dzięki prośbie nie straci swojej pozycji w hierarchii, jaką buduje wśród swoich rówieśników.

Zawsze, ilekroć masz do czynienia z kimś, kto jest równy Tobie w hierarchii, jak np. Twój kolega z pracy albo z kimś, kto w hierarchii zajmuje niższą pozycję niż Ty i gdy osoba, do której chcesz się zwrócić, znajduje się w grupie, zamiast polecenia – **zwróć się do niej z prośbą**. Nie mów wtedy:

– Idź/ wykonaj/ zrób.

Zwróć się raczej w następujący sposób:

– Czy mógłbyś? Czy zechciałbyś? Czy byłbyś tak uprzejmy?

Dzięki temu osoba, która zajmuje niższą pozycję niż Ty w hierarchii, będzie mogła zachować swoją pozycję w grupie rówieśników.

Zwrócenie się z prośbą do kogoś niższego w hierarchii, kto przebywa w grupie, ma też i inny psychologiczny aspekt. Osoba taka wie, że jeśli natychmiast nie spełni Twojej prośby, wtedy liczyć się może z wydaniem polecenia, które mogłoby obniżyć status tejże osoby.

Przykładowo, jeśli powiesz do syna, który przebywa z dziewczyną:

– Synku, czy mógłbyś wynieść śmieci?

A ten będzie się ościagać w spełnieniu Twojej prośby, to za chwilę może usłyszeć polecenie typu:

– Synku, idź wynieść śmieci!

A wtedy ego i pozycja Twojego syna ucierpią w oczach jego dziewczyny.

Mężczyzna, często podświadomie, inaczej będzie się zwracać do Ciebie, kiedy przebywasz z nim na osobności, a inaczej, kiedy jesteście

w grupie, np. w towarzystwie własnych dzieci. Mężczyzna, który jest z Tobą sam na sam, może wydać Ci polecenie i nie powinnaś mieć do niego pretensji. Może zwrócić się do Ciebie wtedy w taki sposób:

– Kochanie, ktoś dzwoni do drzwi. Idź i zobacz, kto to.

Jednak gdy towarzyszą Wam własne dzieci, to w większości przypadków, z racji Twojej nadrzędnej pozycji, jaką zajmujesz względem dzieci, mężczyzna nie wyda Ci polecenia, a zwróci się do Ciebie z prośbą.

Wtedy, w obecności dzieci, najprawdopodobniej zwróci się do Ciebie słowami:

– Kochanie, ktoś dzwoni do drzwi. Czy mogłabyś otworzyć i sprawdzić, kto to?

To rozróżnianie sytuacji przez mężczyznę często dzieje się podświadomie. Mężczyzna, jako osobnik silnie odczuwający przywiązanie do hierarchii, nie tylko będzie strzegł swojej pozycji, ale i dbał o szacunek osób zajmujących najniższe pozycje w stosunku do osób stojących wyżej. W tym konkretnym przykładzie chodzi o szacunek Waszych dzieci do Twojej osoby. Mężczyzna, który naruszałby ten porządek, sam sobie podcinałby „gałąź, na której siedzi”. Gdyby dzieci uczone były nie respektować pozycji matki, szybko zaczęłyby nie przestrzegać pozycji zajmowanej przez przywódcę hierarchii.

To działa także w drugą stronę. Jeśli Ty nieświadomie wydasz polecenie osobom stojącym wyżej w hierarchii, zwłaszcza w obecności osób trzecich (jak dzieci czy podwładni), np. swojemu partnerowi czy szefowi, które, mimo że uważają Cię za swoją przyjaciółkę, zajmują wyższą pozycję, to możesz się narazić na agresję i silny sprzeciw z ich strony.

Co więcej, jeśli łamiesz zasady hierarchii, to możesz się spodziewać tego, że mężczyzna także nie będzie przestrzegał zasad hierarchii i przestanie szanować Cię w obecności osób trzecich.

To, jak silnie mężczyzna odczuwa hierarchię, zależy od typu mężczyzny.

W książce [*Mężczyzna od A do Z*](#) opisuję dwa typy mężczyzn: wzrokowców i słuchowców. W przeważającej mierze walkę o najwyższą pozycję w hierarchii podejmuje mężczyzna wzrokowiec. Im większym mężczyzna jest wzrokowcem (im bardziej aktywny jest u niego zmysł wzroku), tym, zazwyczaj, silniejsza jest u niego potrzeba rywalizacji w hierarchii. Mężczyzna słuchowiec nie ma aż tak silnego instynktu, który nakazywałby mu walkę o pozycję, ale i odpowiedzialność z nią związaną, z czym wiąże się odpowiednia pozycja w hierarchii.

Podobnie jest z pozycją policjanta w naszym społeczeństwie. Posiada on wyższą pozycję, ale w zamian jest świadomy tego, że ma służyć dla naszego bezpieczeństwa. Nie każdy mężczyzna chce być policjantem, tak jak nie każdy chce się o nas troszczyć. Mężczyzna słuchowiec zazwyczaj wycofuje się z przywództwa, ale jednocześnie nie otacza kobiety taką opieką, jakiej z reguły kobieta oczekuje od mężczyzny.

Musisz zrozumieć, że duża część Twoich konfliktów z mężczyzną może być powodowana przez nieprzestrzeganie zasad hierarchii.

Nie możesz z jednej strony oczekiwać od mężczyzny wsparcia i pomocy jak od starszego hierarchią, a z drugiej strony nie szanować jego pozycji. Pamiętaj, że już samo oczekiwanie pomocy jest akceptacją obowiązującej między Wami hierarchii. Nawet gdy Ty jesteś za równouprawnieniem, to oczekiwaniem wsparcia i opieki, zaprzeczasz temu.

Czy potrafisz sobie wyobrazić, że jakikolwiek policjant podjąłby się naszej ochrony, gdyby wszyscy posyłali go do sklepu?

Kobieta może nie pojmować tego, jak ważna jest dla mężczyzny pozycja w hierarchii, ponieważ sama nie posiada tak silnego instynktu, który by jej nakazywał o tę pozycję walczyć.

Wiem, że chciałabyś zadać pytanie typu: *A co z równouprawnieniem kobiet? Czy kobieta w związku ma być jak niewolnik, który posłusznie wykonuje polecenia swojego pana?*

Otóż nie! Kobiety w społeczeństwie mają niezwykle ważną rolę do spełnienia. Kobięcy racjonalizm, tak istotny, tak mało jest wykorzystywany, choćby np. w polityce czy przy planowaniu przedsięwzięć przez firmę, w której kluczowe decyzje podejmują zazwyczaj mężczyźni. Podobnie powinno być w związku. Tu powinnaś być tą racjonalną stroną, która przemawia mężczyźnie do rozsądku. Nie masz walczyć o pozycję, a raczej występować w roli osobistego doradcy i... przyjaciela.

Osoba, która narusza hierarchię, burzy przyjaźń.

Lansowanie takiego równouprawnienia w związku, jak czynią to media, prowadzi do anarchii i w efekcie rozpadu związku. Czy wyobrażasz sobie, że zatrudniając się w jakimkolwiek przedsiębiorstwie, z racji równouprawnienia hierarchia przestanie tam istnieć? Czy wyobrażasz sobie przedsiębiorstwo, w którym każdy robi, co uważa: każdy jest dla siebie szefem i dyrektorem w jednej osobie? Jak długo mogłoby funkcjonować takie przedsiębiorstwo? Czy zdołałoby przetrwać dłużej niż kilka dni?

Nie dziw się zatem, że rozpadają się związki, w których nie ma jasno określonej hierarchii bądź hierarchia nie jest przestrzegana.

„Wtedy mężczyzna i kobieta zostali stworzeni jako symbol iluzji oddzielenia. Mężczyzna i kobieta są symbolami potrzeb duszy, by powrócić do równowagi i jedności swojej wyższej rzeczywistości. Są dwiema połowami jednej całości.”¹

Związek kobiety z mężczyzną powinien stanowić jedność. Jednak w związku zawsze musi być ktoś, kto przewodzi, kto podejmuje kluczowe decyzje lub przynajmniej ma takie wrażenie. ;-) To jest zadanie dla Ciebie. Daj mu przewodzić, a przynajmniej spraw, by miał takie wrażenie. Uszanuj jego pozycję, a w zamian za to mężczyzna otoczy Cię opieką i wsparciem, jakiego Ty, jako kobieta potrzebujesz.

¹ McKNIGHT R.A., *Kosmiczne podróże. Moje doświadczenia poza ciałem* z Robertem A. Monroe, Warszawa 2008.

O akceptacji rzeczy kilka: błąd, jakiego powinnaś unikać

Jak zwykle postaram się opisać Ci sytuację bardzo obrazowo, ponieważ, gdy piszę obrazowo, Ty łatwiej możesz dostrzec wagę problemu czy danego zagadnienia i w efekcie lepiej go zrozumieć.

Często w telewizji widzimy masakry w szkołach. Nastolatek, którego telewizja uznaje za „niespełna rozumu”, strzela do niewinnych studentów, po czym popełnia samobójstwo. Media rozważają przyczynę takiego zachowania, a gdy takiej nie znajdują, uznają takiego młodego człowieka za jeszcze jednego szaleńca. Tymczasem powód takiego zachowania, w większości przypadków, jest oczywisty i zrozumiały. To, co powoduje tak drastyczne, agresywne zachowanie, to **brak akceptacji**. Oczywiście nie zawsze chodzi o brak akceptacji wśród akurat tej grupy, którą atakuje napastnik. Chodzi o brak akceptacji kogoś nam bliskiego, bądź kogoś, u kogo o tę akceptację zabiegamy. Kiedy człowiek, a w tym wypadku mężczyzna, jest nieakceptowany, może to przerodzić się w agresję i autoagresję.

Potrzeba akceptacji to najważniejsza potrzeba każdego człowieka.

Niestety, kobiety często popełniają błąd, który u mężczyzny prowadzi do poczucia braku akceptacji. Przed znajomymi bądź rodziną użalają się na mężczyznę lub też przedstawiają swojego partnera w neutralnym świetle. Często się zdarza, że mężczyzna nie zostaje zaakceptowany przez rodzinę swojej partnerki. Twój mężczyzna może się starać, być dla Ciebie wspaniały, opiekuńczy, ale jeśli Twoja najbliższa rodzina nie dowie się o tym, mężczyzna może nie zostać zaakcepto-

wanym. Często, zamiast od początku mówić o pozytywnych aspektach Waszego związku, Ty zaczynasz opowiadać dopiero, gdy zaczynać się źle, a to jedynie pogarsza sytuację. Działa to jak sprzężenie zwrotne: **im bardziej mężczyzna czuje się nieakceptowany, tym jest gorszy dla swojego otoczenia.** Ty z kolei **im gorzej czujesz się traktowana, tym więcej mówisz o tym swoim najbliższym.** I tak zamyka się błędne koło, które w efekcie prowadzić może do całkowitej degradacji związku i jego rozpadu.

Pamiętaj, że podstawową potrzebą człowieka jest akceptacja. Jeśli od samego początku znajomości przed swoją rodziną mężczyznę przedstawiasz w pozytywnym świetle – pozwalasz im zaakceptować go. Kiedy mężczyzna czuje się akceptowany, uzewnętrznia to w swoim zachowaniu w sposób pozytywny. Uzewnętrznia to także w sposób negatywny, gdy czuje się nieakceptowany. Często będzie opryskliwy, nerwowy, krytyczny i agresywny, gdy poczuje brak Twojej akceptacji bądź najbliższej Ci rodziny.

Zawsze problemy rozwiązuj między Wami, a pozytywne aspekty Waszego życia wynoś na zewnątrz Waszego związku. Nigdy odwrotnie!