

Lekcja 2 – „Dlaczego prawie wcale razem nie rozmawiacie, a jak już do tego dochodzi to rozmowa ma niską jakość?”

Jednym z najczęstszych powodów niezadowolenia kobiet z rozmowy jest jej bardzo niska jakość i brak zainteresowania ze strony mężczyzny tym, by porozmawiać.

Dlaczego do tego dochodzi?

Kobieta inicjuje rozmowę wtedy, kiedy mężczyzna się odsuwa i nie chce rozmawiać. Ona chce powiedzieć, co czuje i co myśli i cały czas za nim chodzi, nie dając mu możliwości, by zajął się sobą.

On poprzez takie sytuacje zaczyna tracić ochotę na to, by porozmawiać. Coraz rzadziej dochodzi do rozmów i w rezultacie ona odczuwa coraz większe rozczarowanie. Zauważa, że jej uczucia są pomijane, że nie może wyrazić tego, o czym myśli i czuje się kompletnie zaniedbana.

Jak rozwiązać taki problem?

Jeśli poczekaasz, aż on zatroszczy się o siebie, o wiele lepiej będzie Ci z nim rozmawiać. Dlaczego? Mężczyźni po tym, jak nad czymś intensywnie się napracowali (np. po całym dniu spędzonym w pracy) potrzebują chwili wytchnienia i czasu tylko dla siebie. Dzięki temu układają sobie wszystko w głowie i dochodzą do siebie by móc dalej funkcjonować.

Jeśli chcesz, by Twój partner z Tobą rozmawiał musisz doprowadzać do tego wtedy, kiedy jego umysł jest czysty i zdolny do rozmowy.

On musi włożyć więcej wysiłku w to, kiedy z Tobą rozmawia mimo, że dla Ciebie może to być lekka i przyjemna forma spędzania czasu. Kiedy w jego umyśle kłębią się problemy z całego dnia, to niestety nie będzie w stanie się skupić i rozmawiać z Tobą tak, jak byś chciała.

Nie rozmawiaj z nim wtedy, kiedy kompletnie nie ma na to ochoty i coraz bardziej się od Ciebie odsuwa. Doprowadzaj do rozmowy wtedy, kiedy jest bardziej nastawiony uczuciowo i otwarty. To jest klucz do tego, by osiągnąć taki efekt, jakiego pragniesz.

Rozmawiasz wtedy, kiedy jest największa szansa na to, by odwzajemnił Twoje zainteresowanie i dał Ci to, czego potrzebujesz. Kiedy zauważasz, że jest szczęśliwy i odprężony - wtedy jest czas na to, by zamienić ze sobą kilka słów.

Odczuwasz niechęć do tego, by się przed nim otworzyć? Możesz mieć opory przed uzewnętrznieniem się dlatego, że wcześniej czułaś się odtrącana, kiedy chciałaś rozmawiać. Jednak dlaczego doszło właśnie do tego, że tak się czułaś?

Mogłaś od niego wymagać, by to on mówił, co czuje albo myśli, jednak nie był w stanie niczego Ci powiedzieć. I wtedy wyciągasz wniosek, że on nie chce z Tobą rozmawiać. Ale działo się tak dlatego, że prawdopodobnie zabiegałaś o rozmowę w nieodpowiedni sposób.

Tak naprawdę to Ty powinnaś bardziej się otworzyć, bo on może po prostu nie mieć niczego do powiedzenia. Lepiej, jeśli byłabyś wdzięczna, kiedy możesz wyrażać swoje uczucia, a nie zaczynała z nim rozmowę od wymagania, by to on coś mówił.

Jeśli już Cię słucha - ciesz się z tego. Jeśli mówisz o czymś ważnym dla siebie, to skup się na tym, jak to dobrze że jesteś wysłuchiwana. Nie musisz stawiać żadnych wymagań mężczyźnie.

Jeśli nie chce mówić - chyba lepiej, by Cię słuchał niż wymyślał na siłę coś do powiedzenia. Mówienie, kiedy naprawdę szczerze chce się coś powiedzieć ma inną jakość.

Najważniejsze jest to, by rozmowa była satysfakcjonująca dla obu stron i prawdziwa. Poczujesz się spokojniejsza i szczęśliwsza, kiedy po prostu odpuścisz. Kiedy będziesz cieszyć się będąc wysłuchiwaną i nie będziesz ciągle czegoś oczekiwać.

Nie zrażaj się tym, że on milczy. Bardzo często mężczyźni mają naprawdę mało albo nawet nic do powiedzenia. Mówią wtedy, kiedy coś wymyślą i kiedy naprawdę chcą podzielić się z drugą osobą czymś konkretnym. Kobiety, w przeciwieństwie do mężczyzn, często są w stanie bardzo dokładnie wszystko omawiać i nie sprawia im to problemu.

Kiedy będziesz mieć na uwadze tę cechę swojego mężczyzny sprawisz, że wasze rozmowy będą o wiele miłsze i częstsze.

Ty możesz mówić to, co chcesz powiedzieć i nie zrażać się tym, że na każde Twoje zdanie nie przypada jego odpowiedź. Dzięki temu, on po jakimś czasie może się bardziej otworzyć.

Skup się na cieszeniu się z tego, że słucha Cię ze skupieniem i uwagą. Nie na tym, by wymagać od niego, by to teraz on mówił. Powie, jak będzie miał coś mądrego do powiedzenia. Pozwól mu na to.

Jeśli jest na tyle wspaniały, że zdobywa się na to, by Cię słuchać, wyraż swoją wdzięczność. Jeśli nie będziesz tego zauważać, on sobie odpuści bo stwierdzi, że jego słuchanie i tak niczego nie zmienia. Być może w przeszłości nie doceniałaś tego, że Cię słucha i dlatego coraz częściej przestawał się tego podejmować? Jeśli pojawia się taka sytuacja, że on postanawia wysłuchać, co masz do powiedzenia - zauważ to.

Patrycja Misiewicz