

KroM – Muži x Ženy

Co pro vás znamená – umět to se ženami?

- Umět se ženami pro mě znamená vědět co chci a umět si to ustát.
- Dřív jsem se skrze ženy hodně potvrdil – jako, že jsem víc chlap...
- Jaký jsi, takovou ji máš – „Jaků hopkáš, taků potkáš.“
- Znamená to nepotvrzovat se přes ně.
- Zní to tak nějak blbě, jako dostat ji kam potřebuju...
- Jelikož jsem teď bez vztahu, znamená to pro mě umění ženu získat.
- Umět s nimi komunikovat a rozumět jim. (přítel žen)
- Prvoplánově – sbalit ji v baru. V širším kontextu – mluvit a vycházet s nimi, umět vzbudit důvěru.
- Napadl mě sex, ale je v tom stereotyp. Taky to může znamenat mít dobrý sex s jednou.

Pozn.:

- Maxim je typický příklad budování mužských stereotypů. Správný chlap má svaly, šuká jako drak a drandí skrze město ve svojí nabušený káře.

Jaké máte mužské kvality, které přinášíte do vztahu?

- Na nic si s nima nehraju.
- Umím poslouchat, baví mě to.
- Síla (fyzická), přítomnost (když jsem s ní, jsem tam opravdu), dochvilnost.
- Originalitu, umění doteku a svůj vzhled.
- Mám rád blízkost a kontakt, schopnost být něžný, intuitivní porozumění tělu (jsem rád motorem odjezdu na výšiny☺)
- Vaření, děláni věcí, co nejsou typicky mužský.
- Materiální základnu – rozhodování, organizování.
- Jsem zvyklý být iniciativní a vůdčí.
- Jsem dost vtípný, ale nikdo mi to nevěří.
- Umím naslouchat a už mě to sere.
- Dokážu říct co chci a unést, že to nedostanu.
- Umění říkat NE – stanovení hranice (ženy to kvitují s pozitivním ohlasem)

Jak jsem sbalil svou poslední

- Měl jsem dobrou náladu.
- Vyzval jsem ji k tanci.
- Sbalil jsem ji na to, co umím.
- Byl jsem DP – dráždivě plachý – to přitáhne, ale pak do toho musíš aktivně vstoupit, jinak z toho nic nebude.
- Uvolněný alkoholem.
- Odhození studu a strachu z odmítnutí.
- Na férovku – jsi hezká a líbíš se mi, ale šlo o dobrou konstelaci – atmosféra, dobrý den, nálada...jinak to taky může být trapný.

Co potřebuji ve vztahu

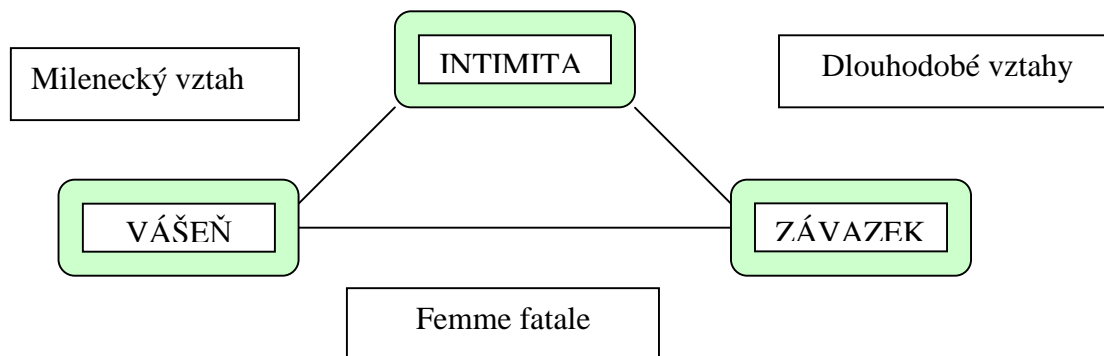
- Inspiraci, vášně a pouto.
- Být milován, obdivován a uctíván.
- Inteligentní a vtípnou ženu, aby si uměla užít sex.

- Souznění, laskavost a toleranci, společné zážitky a projekty.
- Intimitu, otevřenou komunikaci, podporu (brát se navzájem takoví jací jsme), důvěru.
- Vytváření zázemí (klidný přístav), sex, inspiraci.
- Úctu, důvěru, komunikaci + sex (pravidelný) + zábavu + podporu.
- Vědomí, že rostu víc v muže. Aby nebyly znevažovány moje slabiny, komunikaci.
- Respekt.

V čem jsme zmatení nebo frustrovaní a co s tím uděláme?

1. Pouto – frustrace smíšená s fascinací konci. Chtěl bych aby věci (vztah) trvaly věčně, abych se o ně nemusel bát. Strach z konečnosti.
Řešení: Připustit si skutečnost + tip na knihu „Jak přicházejí sny“.
2. Nedostatek důvěry, vznikaly nedorozumění, který se nedali vysvětlit.
Řešení: Otevřenější komunikace.
3. Sex – uzavřenost, neuměli jsme si říct co nám vyhovuje.
Řešení: Opět komunikace + brát na sebe víc odpovědnosti.
4. Inteligentní a vtipná žena – člověk ji musí prostě nějakou dobu hledat, pak získat a ještě o ní nepřijít.
Řešení: Vyhledat to, co je pro mě vtipný. Vtipnost se mohla ztratit ve stereotypu.
5. Intimita, komunikace – nedá se nařídit, někdy to prostě nešlape.
Řešení: Tolerance – každý má svoje dny.

Vztahové schéma (dynamické)



- Většina vztahů inklinuje k nějaké dvojici, ale většinou se snažíme najít nějaký střed. Z toho plyne frustrace a řešení typu nevěra apod.
- Lovci a zemědělci.

Důvěra vs. Žárlivost

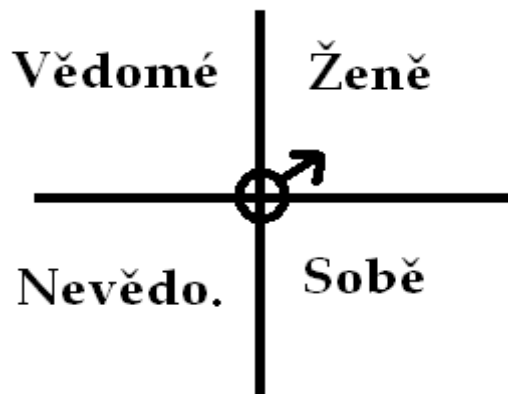
- Nedůvěra pomůže k tomu, že se to potom může stát.
- Změnit úhel pohledu na důležitost.
- Žárlivost je buď říditelná nebo ne.
- Žárlivost není apriori ztráta důvěry, může taky znamenat, že někomu na vztahu hodně záleží. A hlavně, je přirozená. Průšvih je, pokud je paranoidní.

Co se stereotypem v manželství

- Zkoušet nové věci, vybírat co funguje. Vnášení změny.
- Držet si svůj zájem, záliby, nerezignovat na boj proti něčemu (partnerka nechává svítit), udržuje to určité napětí, které vztah oživuje.
- Společné dobrodružství, společná práce.
- Mimino – nová dynamika.

Sliby ve vztahu

Schéma:



- Nevědomé sliby jsou často závazky rodičů, program, který jsme po nich přebrali.
- Rozpor nastává v případě, že ženě slibujeme něco, co neslibujeme sobě. Příklad: Zamilovaný se snažím dělat všechno pro partnerku a na sebe zapomenu. Cítím se zodpovědný za to, aby byla spokojená. (Máma)
- Rozpor může nastat mezi našimi vědomými a nevědomými sliby. Příklad: Tak moc chceme, aby už to (vztah) tentokrát opravdu vyšlo, že nevidíme, že to nestojí za nic.
- Není špatně ani dobře, důležité je nějak tomu rozumět a trochu se v tom vyznat.

Naše sliby

- Slíbil jsem, že přestanu kouřit.
- Zůstat ve vztahu svobodný.
- Řekl jsem: Chci být s tebou.
- Být co nejlepší táta.
- Zestárnu s tebou.
- Půjdu do vztahu jen se ženou, která pro mě bude hrozně hezká.

Ještě k slibům

- Slib není neměnný, ale je třeba si za ním stát.
- Výsadou muže je dávat sliby a plnit je. (Rohr)

Jakou chci ženu (brainstorming)

- Krásnou, Která vidí do budoucna, Tu co mám, Chytrou, Všechny, Aby uměla řídit auto, Hodnou, Inspirativní, Šukavou, Někdy tu co nemám, Úžasnou, Upřímnou, Udatnou ☺, Úchylnou, Smyslnou, Vysokou, Vostrou, Bláznivou, Střelenou, Přirozenou, Chytřejší než já, Spontánní, Krásnou, Bohatou, Jako mámu, Aby nebyla naivní, Jinou než máma, Veselou, Velký prsa, Přiměřeně vášnivou, S ejakulací, Do života, Krásné oči

Jak udělat ženě dobře (tipy)

- Nechat ji vyspat.
- Uvařit nějakou specialitu.
- Splnit jí něco, o co si neřekla. (uklidit, udělat snídani)
- Koupit čerstvé pečivo, abychom doma měli.
- Říkat „mám tě rád“ – ujišťovat.
- Masírování bez sexu.
- Překvapit milostnou smskou.
- Být spolehlivý a rozhodný.
- Mluvit o rodině – o budoucnosti, nabízet vize, přicházet s nápady.
- Chválit! Jídlo a vzhled. (J. Masaryk: „Chválím, chválím, chválím, pak jí ho tam vpálím.“)
- Být trochu dominantní a trochu nedostupný. („Sesekat svojí čarodějkou.“)

Jak se dobře hádat

- Vychladnout snížit emoce x Vypustit všechno, hodit to tam celý.
- V pŕlce to utnout – pobavíme se o tom zítra.
- Správné načasování.
- Přemýšlet nad tím co říkám. Co řeknu, nemůžu vrátit. Zjemnit, zlehčit...
- Nejít o extrém, nevsadit všechno.
- Hádat se o něčem konkrétním. Nenapadat člověka.
- Nevytahovat staré věci.
- Nesnažit se za každou cenu vyhrát.
- Z očí do očí. Žádný mobily, maily a tak...
- Zakončit vášnivým sexem.
- Mluvit o sobě a za sebe.
- Do první minuty říct tomu druhému, že má v něčem pravdu.
- Vždycky jeden by měl být facilitátor: „Teď chci svých pět minut.“

Nejhorší hádka

- Snažit se zasáhnout slabé místo.
- Když je to společensky nevhodné a nejde to zastavit.
- Když jde žena do pasivní agrese.
- Pod vlivem.

Kdy se ze mě stává hadr

- Když ve mně někdo vzbudí pocit viny.
- Když zaútočí na moji slabinu, snažím se pak dokázat, že na to mám.
- Snažím se být otevřený a když toho pak někdo využije, jsem zranitelný.
- Když jsem zamilovanej.
- Když mám pocit, že to nesmím zkazit.
- Když se mi někdo vysmívá nebo když mě někdo odmítá.
- Když zpochybňuje ideály, který jsem si o sobě vysnil.
- Když jsem nevýrazný, pasivní, když tápu.
- Když mám nízko sebevědomí i sebeúctu.
- Podléhám tím, že rezignuju (mám nízko sebeúctu), ale někdy rád podléhám. Podlehnout můžu jako hadr nebo jako císař.
- Když mám strach, že něco zkazím.