

**IO PROPRIO NON TI CAPISCO! - Non sò più cosa fare! - Ti lamenti sempre!**

**Problemi di coppia**

Inviato da : Pina Corcione

Pubblicato il : 19/5/2024 8:40:00



**Non ti va mai bene niente! - Tu proprio non mi capisci! - Non mi ascolti mai!** - Sei un egoista! Quante volte abbiamo sentito o pronunciato queste frasi? Quante le abbiamo temute? Quante volte abbiamo desiderato una sfera magica per capire? Quante volte abbiamo desiderato che qualcuno, ci avesse insegnato i segreti per mantenere vivo l'amore e non rischiare crisi di coppia? Quante volte abbiamo desiderato un promemoria quotidiano, come l'oroscopo o l'almanacco di "frate indovino", che ci regalasse il consiglio del giorno e ci svelasse il mistero delle fasi "lunari" degli uomini e delle donne?



A nostre spese abbiamo ormai compreso che uomini e donne sono diversi e diverse sono le reciproce esigenze e le

rispettive tempistiche. Il guru della coppia Á ne parla diffusamente, ma tra il dire ed il fare, c'Á di mezzo il mare; il mare delle emozioni, degli istinti e dei bisogni, il mare dell'amore...

Ingenualmente, si pensa che basti l'amore, per essere felici, ma non Á cosÁ-, perchÁD uomini e donne sono diversi e la gran parte dei problemi di coppia nasce dalla frustrazione dei loro bisogni fondamentali.

Inoltre, paradossalmente, quanto piÁ amiamo, piÁ rischiamo di sbagliare, perchÁD Á piÁ grande il bisogno d'amore e piÁ forti sono le emozioni e le possibili frustrazioni.

Quando amiamo, tutti noi diamo il massimo di noi stessi, ma lo facciamo secondo il nostro stile, i nostri schemi ed i nostri bisogni, dando per scontato che l'altro sia come noi, ma non Á cosÁ-. Gli uomini e le donne sono diversi.

Non Á facile, per un uomo, capire una donna, e ciÁ di cui lei ha piÁ bisogno Á proprio quello che LUI NON RIESCE a darle...

Non Á facile, per una donna, capire un uomo, e ciÁ di cui lui ha piÁ bisogno Á proprio quello che LEI NON RIESCE a dargli....

E' difficile comprendere cosa sia meglio per l'altro e dargli esattamente ciÁ di cui ha bisogno, se nessuno ce lo ha insegnato e non ce lo ripete in continuazione. E' difficile capire i bisogni, se non siamo in grado di comunicarceli in modo efficace.

Libri, seminari e riflessioni, possono aiutarci a capire un mondo diverso dal nostro e un planning settimanale, una guida quotidiana, per quanto spesso incomprensibile ai nostri schemi, puÁ avvicinarci ed abituarci pian piano a questi modi di pensare diversi dai nostri. Con "365 giorni per non farsi mollare... 52 settimane per conoscersi, rispettarsi ed amarsi", ci si abitua a capire ed a rispettare l'altro, spianando la strada ad un rapporto duraturo e felice e tenendo lontane le ombre delle crisi di coppia.

Molto spesso Á difficile capire ed accettare un suggerimento ed altre volte sembra assurdo dover fare qualcosa che proprio non ci verrebbe in mente di fare. Il motivo, per cui invece dobbiamo impegnarci e farlo, Á proprio questo: NON CAPIRE!

Se non capiamo Á proprio perchÁD siamo diversi. Accettiamo il suggerimento e godiamoci i frutti meravigliosi che traliamo dal rendere felice chi amiamo.

Il planner, come un almanacco settimanale, distribuisce tra i giorni, le cose migliori da fare e non fare, nel rispetto delle giuste tempistiche.

Le statistiche dicono che la gran parte delle discussioni, tra coppie, avviene tra il mercoledì- ed il giovedì-, quando ciÁ lo stress Á al suo apice, i bisogni sono piÁ pressanti, la frustrazione Á piÁ di agitare ed i problemi di coppia, divengono incalzanti.

E' in questi due giorni, quindi, che Á meglio concentrare quelle attivitÁ che ci liberano dallo stress, facilitando il rapporto di coppia. Ma uomini e donne hanno modalitÁ diverse di farlo, Á pertanto indispensabile che ognuno lo faccia a modo proprio e senza la controparte: gli uomini, con gli uomini e le donne, con le donne.

Inoltre, Á proprio in questi giorni, che bisogna ricordarsi di ringraziare e mostrare tutta la felicitÁ, per una qualitÁ, per un gesto o uno sforzo fatto.

Non LITIGARE MAI! Discutere, comunicare, negoziare, ma non litigare.

Quando accade, la collera la fa da padrone e la vista si annebbia, come i sentimenti.

Ridere Á una straordinaria ginnastica fisica ed emotiva e scatena il rilascio di sostanze che favoriscono il benessere. Bisognerebbe ridere tutti i giorni, ma quantomeno una volta a settimana, insieme, e magari con gli amici...

# IO PROPRIO NON TI CAPISCO! - Non sò più cosa fare! - Ti lamenti sempre!

<http://www.dimensionenotizia.com/modules/news/article.php?storyid=11502>

---

Almeno una volta a settimana, LUI deve poter fare qualcosa con lei o per lei.

Questa parte lascia perplessa soprattutto le donne, che notoriamente sono sempre troppo propense a dare e, benché se ne lamentino, in realtà hanno spesso difficoltà a "ricevere".... Vi chiederete: Perché? Perché, lui a lei? Per due motivi. Il primo è che le donne amano condividere e fare le cose insieme. Agli uomini, invece, questo non interessa. Loro amano più fare certe cose da maschi, da soli o tra maschi.... Il secondo motivo è che, per un uomo, è molto importante sapere di poter fare qualcosa che, di certo, renderà felice la propria donna.

Almeno una volta a settimana, bisogna rilassarsi e far nulla. Gli uomini ne hanno istintivo bisogno e le donne, ne sono quasi completamente incapaci e, proprio per questo, devono imparare a farlo, ripristinando il giusto livello di rilassatezza e la capacità di ricevere.

Periodicamente l'uomo ha bisogno di allontanarsi, per poi tornare con molto più amore. Questo non ha nulla a che fare con l'amore, che prova per la donna, è solo una sua necessità. Le donne non devono impedirlo, ma gli uomini devono rassicurarle sul loro amore nei loro confronti ed il modo migliore, per farlo e renderle più amabili è quello di dedicare loro, tutti i giorni, piccoli gesti d'amore.

In genere, le donne hanno bisogno di cose molto più semplici, di quello che gli uomini pensano, purché siano quotidiane, così come gli uomini hanno delle piccolissime esigenze, troppo spesso violate da attenzioni, non richieste, da parte delle donne. Il calendario dell'amore, ogni giorno, riporta l'attenzione su una sola di queste piccole cose, facendole entrare nel modus operandi della coppia felice.

Lo stampi, lo inizi dalla data che vuoi tu, segni tu i giorni e quotidianamente hai il promemoria di un piccolo gesto, per un amore che sia per sempre...

**Quello che avresti sempre voluto sapere...**

**Quello che non hai mai avuto la forza di dire...**

**Quello che non penseresti mai di dovere fare o evitare, è proprio quello che può salvare il tuo rapporto e renderti felice.**

À