



| | | | |
|-----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|---------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|
|  | Tirada: 99.100 | Sección: - |  |
| | Difusión: 64.237 (O.J.D) | Espacio (Cm_2): 499 | |
| Nacional Información General | Audiencia: 224.829 (E.G.M) | Valor (Ptas.): 1.410.969 | Valor (Euros): 8.480,09 |
| Semanal | 31/01/2005 | Página: 90 | Imagen: Si |

TEMOR AL COMPROMISO

Y ellos siguen resistiéndose

Es lugar común, y realidad constatable, que los varones tienden a no comprometerse. Existen trucos para cambiar ese pensamiento dominante.

FUENCISLA MUÑOZ

Dicen que, desde la infancia, a los hombres se les educa para que sean fuertes y reservados, para que no exterioricen sus sentimientos. Esto determina, en opinión de George Weinberg, autor de *¿Por qué los hombres no se comprometen?* (Urano), algunas de las reacciones viscerales que, en ocasiones, alejan a los varones de las relaciones de pareja estables.

Para Weinberg, semejantes reacciones surgirían de cuatro necesidades psicológicas básicas genuinamente masculinas: querer ser especial, querer sentirse libre de carga, la necesidad de lealtad y la de proximidad emocional. Así, si se busca compromiso por parte de un hombre, atención a estas pistas:

- Lo que les aterroriza en las relaciones amorosas no es el compromiso si no lo que ellos perciben como pérdida de su masculinidad.

- La mayor equivocación que las mujeres cometen es sobreestimarles. Si se es capaz de comprender que ellos son, en realidad, el sexo débil, las posibilidades de éxito en una relación serán diez veces superiores.

- Casi todos los hombres buscan a la mujer perfecta, básicamente porque creen que no es posible resolver los problemas que afectan a las relaciones. En cuanto surge la menor dificultad, les parece más fácil abandonar que hablar del asunto.

- Anhelan una pareja que acepte sus cualidades y sus debilidades; y que sepa más cosas sobre ellos que nadie más.

- Hay que ser natural con ellos. Cuanto más relajada se muestre una mujer con un hombre, más cómodo se sentirá éste para revelar su manera de ser.

- Si una mujer es positiva sobre ella mis-

ma, el hombre será positivo en lo que respecta a ella.

- No hay que romper los silencios de manera automática. Ella debe sentirse tan libre con los silencios como se siente con las conversaciones y con la expresión de los sentimientos. Los silencios forman parte de la relación de pareja.

- Ellas deben identificar sus necesidades básicas y ser muy claras al respecto. Se debe dejar claro cuál es la situación y averiguar las de él.

- Lo que en los hombres puede parecer timidez ante las mujeres es, en realidad, miedo a mostrarse emotivo o abrumado.

- Hay que demostrarles que es posible identificarse con ellos. Cuando él acude a su pareja con un problema, ésta no tiene por qué ofrecerle una solución rápida, más importante que aconsejarle es darle tiempo para hablar.

- Casi todos los hombres cargan al sexo con más equipaje psicológico que las mujeres. Hasta el hombre más relajado se evalúa a sí mismo, en su mente se enfrenta al reto de tener que demostrar que es un hombre y disfrutar a la vez en un corto periodo de tiempo.

- Demostrar deseo sexual es el cumplido más importante que se le puede hacer a un hombre. La mejor manera de asegurar que mañana habrá una buena relación sexual es practicar el sexo como si no hubiese un mañana.

- La vida es orgánica. Nada permanece a menos que sea renovado—incluida la intimidad—. Una vez alcanzada la intimidad, hay que reforzarla celebrando lo que se tiene en común e individualmente. ■

EN LA WEB

www.mundourano.com

