

**Co by měla
žena vědět
o muži**

**V PRVNÍ ŘADĚ:
MUŽ POTŘEBUJE
OCENĚNÍ**

Nejsou to jen ženy, kdo je vystavován neustálému srovnávání s pomyslným ideálem prezentovaným v médiích.

Dnešní vysoce konkurenční společnost neustále napadá také mužovo sebevědomí a jeho mužství. Mužské ego je však mnohem zranitelnější než to ženské. Žádný muž není proti těmto útokům zcela imunní.

Přiměřené sebehodnocení výrazně ovlivňuje stabilitu manželského vztahu. Muž se zdravým sebepojetím a vyvinutým smyslem pro svoji hodnotu a mužství je daleko šťastnější a dokáže lépe zvládat život než muž sužovaný pochybnostmi a pocity nedostatečnosti.

Mužské ego denně balancuje nad propastí možného selhání. Je to podobné jako chůze po laně. Muži se během téměř celého svého života pohybují centimetr od neúspěchu. Dnešní společnost stanovuje mužům opravdu vysoký standard.

Dnešní svět očekává, že muž bude citlivým manželem, dobrým milencem, aktivním otcem, zábavným společníkem a vynikne také ve volnočasových činnostech. Nestačí, aby usiloval o dosažení těchto cílů, musí je realizovat.

Muži při návratu domů po náročném pracovním dni potřebují balzám na své narušené ego. Mnohým se ale žel často dostává opaku.

Některé ženy své muže viní za všechno, co se v rodině nepodaří, nebo podrývají jejich autoritu v sotva patrných náznacích, aniž by si to mnohdy uvědomovaly, například tím, že si stěžují na mužovy příjmy. Mužské ego trpí, když muž slyší svou ženu podceňovat jeho schopnost vydělávat.

Největší výzva pro mužské ego se odehrává v ložnici. Pokud muž nemůže uspokojit svou ženu pokaždé, když se milují, považuje to za neúspěch, přestože tento cíl je nereálný.

Muž může jen zabručet, když mu pochválíte, jak vypadá, nebo pokrčí rameny, když neuhrál golfovou hru zrovna na „par“ . Nemyslete si ale, že tyto události silně neprožívá. Muž jen není stavěn na pláč nebo předvádění emocí.

Muž často maskuje pocity nedostatečnosti tím, že se chlubí svými úspěchy. Nikdy manžela veřejně neponižujte nebo neshazujte. Zasáhly byste jej na jeho nejzranitelnějším místě – do jeho oslabeného ega.

Jedním z nejdůležitějších úkolů, ke kterým se žena může rozhodnout, chce-li pomoci svému manželovi, manželství i sobě, je upevňování ega svého muže, zvláště když je často terčem útoku.

- ❖ *pochvalte jej za jeho schopnosti a povahové rysy*
- ❖ *dejte mu najevo souhlas a podporu*
- ❖ *oceňte jeho pracovní a osobní kvality*
- ❖ *věnujte mu pozornost*