

Door observeren, lichaamstaal te lezen en hem te accepteren, kan

# 'Let vooral op wat goed gaat'

Mannenfluisteren? Het bestaat. Na de paardenfluisteraar is er nu Gigi Sage, die van alle vrouwen een mannenfluisteraar wil maken. Daarom geeft zij workshops en seminars.

Tekst: Nathalie Le Blanc

**H**et begon met een artikel in 1996 over Monty Roberts de paardenfluisteraar," legt Gigi Sage (51) uit. Deze Amerikaanse moeder van vijf kinderen, die ook een jaar in Nederland heeft gewoond, gaf toen al een paar jaar bedrijfstrainingen en had een nogal dynamische relatie met haar echtgenoot én zakenpartner. „Als we goed samenwerkten, was het inspirerend, maar het botste ook heel vaak. Toen las ik dus over Roberts, die bange, agressieve en gekwetste paarden op een warme, open en liefdevolle manier benadert. Hij slaagt erin ze te coachen omdat hij hun manier van denken en hun lichaamstaal begrijpt.

„Als vrouwen dat nu ook eens met mannen zouden kunnen, dacht ik. En dat er naast *horse lingo* ook zoiets als *male lingo* bestaat. Want mannen en vrouwen frustreren elkaar vaak, maar door rekening te houden met hoe mannen in elkaar zitten en wat ze belangrijk vinden, kun je – net als Roberts voor de paarden – zijn coach worden. Dan kun je ervoor zorgen dat heel wat wederzijdse frustraties als sneeuw voor de zon verdwijnen. Hij zal dat niet eens een probleem vinden, want mannen worden graag gecoacht. Niets zo motiverend als een coach die hen aanvaardt, instrueert en stimuleert om het beste van zichzelf te geven."

## LICHAAMSTAAL

Dus werd Sage een mannenfluisteraar, en dat willen de dames die zich voor haar workshop hebben aangemeld ook. Sommigen zijn single, sommigen getrouwd, een paar zijn therapeute of geven zelf trainingen. Allemaal zijn ze hier omdat ze graag beter willen opschieten met de mannen in hun leven.

„Ik ben het zat om altijd te moeten zeurden," zucht een jonge vrouw.

## ZELF NAAR GIGI SAGE?

Gigi Sage komt naar Nederland om twee seminars te geven in de Aristozalen in Amsterdam (Teleportboulevard 100). **Maandag 28 september** houdt Gigi van 20.00 tot 20.30 uur een 'webinar', waarvoor van tevoren vragen kunnen worden ingestuurd (via [www.mannenfluisteraar.nl](http://www.mannenfluisteraar.nl)) **Op 3 oktober:** 'Word een mannenfluisteraar' (alleen voor vrouwen), **op 4 oktober:** 'De geheimen van een powerkoppel' (voor koppels en individuen). Beide seminars zijn van 10.00 tot 18.00 uur. Meer weten? **Op [www.mannenfluisteraar.nl](http://www.mannenfluisteraar.nl)** vind je niet alleen workshops, maar ook Gigi Sages e-boek *Hello Tarzan!*

„Dat begrijp ik, zeker als je weet dat zeuren niet eens werkt," weet Sage. „Vrouwen verwachten dat mannen reageren en denken zoals zij zelf doen. Maar dat doen ze niet, want we zitten nu eenmaal anders in elkaar.

„Wij zijn de hele tijd bezig met onze emoties, mannen doen dat minder en kunnen die bovendien minder goed inschatten. Ze hebben ook meer tijd nodig om dingen te verwerken. Dat is op zich niet slecht. Het betekent dat ze standvastiger zijn dan vrouwen, die wel constant hun emoties monitoren en daardoor flexibeler, maar ook wispelturiger zijn. Mannen creëren een band door samen dingen te doen, vrouwen door te praten. Mannen willen aanvaard worden, vrouwen willen begrepen worden."

Hm. Dit soort statements doet de tenen altijd een beetje krullen. Toegegeven, er zijn verschillen tussen mannen en vrouwen, maar zo ernstig is het toch niet? Gelukkig ziet ook Sage de

wereld niet zwart-wit. „Natuurlijk zijn er mannen die niets liever willen dan romantiek en vrouwen die hun emoties niet kunnen inschatten," nuanceert ze. „Maar wij gaan uit van een aantal gemeenschappen die voor de meerderheid gelden. Ik praat niet alleen over de verschillen, maar ga ermee aan de slag. Bedoeling is niet alleen de relatie met je partner, vader of zoon te verbeteren, maar met alle mannen. Ook met je baas en collega's dus."

Wie vlot met mannen wil omgaan, moet een aantal vaardigheden leren, legt Sage uit. „We moeten leren observeren en lichaamstaal lezen. Net als een paardenfluisteraar moet je het dier accepteren zoals het is. „Veel vrouwen worden verliefd en willen prompt van alles aan hun geliefde veranderen," zegt Sage. „Foute boel. Net zoals je je kinderen of je hond aanvaardt zoals ze zijn, moet je dat ook met mannen doen."

Nog onmisbare vaardigheden zijn erkenning, aanmoediging en ontvankelijkheid. Sage predikt de theorie over het halfvolle of halflege glas. „Datgene waar je op let, wordt groter. Jammer genoeg is men vaak nogal gefocust op wat misloopt, waardoor dat lijkt te overheersen. Een goede coach let vooral op wat goed gaat en weet dat mannen, net als kinderen en vrouwen trouwens, beter reageren op aanmoediging dan op gezeur. Wijs een man in detail op wat hij goed doet en hij zal het opnieuw doen. Begin je te zeuren, dan denkt hij al snel dat hij niets goed kan doen en zal hij opgeven."

**'Met oppervlakkige complimenten kom je er niet, je moet specifiek en realistisch zijn. Zo weet hij dat je echt aandacht voor hem hebt.'**



Gigi Sage: Mannen en vrouwen frustreren

„Met oppervlakkige complimenten kom je er niet; je moet specifiek en realistisch zijn. Zo weet hij dat je echt aandacht voor hem hebt. Oefen ook je ontvankelijkheid. Als iemand een voorstel doet, reageer dan niet meteen negatief, maar ga even in de ander zijn schoenen staan om te zien waar het idee vandaan komt.

„Als mijn ex-man met een idee of voorstel kwam, ging ik vaak meteen in de tegenaanval. Maar nadat ik geleerd had om even af te wachten, mee te gaan in zijn ideeën en mijn voorstellen eraan vast te koppelen, kwamen we samen veel verder. Op den duur vroeg hij over alles mijn advies. Om Ava Gardner te citeren: *We women follow our men with pleasure to where we lead them.*"

Eindconclusie: mijn gezond verstand gromt regelmatig instemmend. Sages verhaal is niet nieuw, maar je kunt er wel concreet mee aan de slag. En het werkt niet alleen voor mannen en paarden, maar vast ook voor vriendinnen en poezen. Maar het is ook confronterend. In de loop van de dag heb ik af en toe een aha-ervaring over misgelopen relaties of strubbelingen met mijn vader of bazen. Oef!

een vrouw leren haar man te coachen.



elkaar vaak, maar door rekening te houden met hoe een man in elkaar zit, kun je als vrouw zijn coach worden.

Ik ben aangenaam verrast over wat ik heb bijgeleerd, maar heb toch een aantal vragen. Zoals: waarom moeten de vrouwen weer alle inspanningen leveren? „Mannen willen tegenwoordig ook leren hoe ze beter met vrouwen kunnen omgaan. Ik geef dus ook workshops voor mannen: *What women won't tell men*, 'Wat vrouwen mannen niet vertellen'. Maar wij spelen de belangrijkste rol, omdat wij nu eenmaal degenen zijn die relaties superbelangrijk vinden en meer over gevoelens nadenken.

#### MANIPULATIE OF NIET?

„De vraag die je je als vrouw moet stellen is: 'Wil je gelijk hebben of wil je gelukkig zijn?' Hoe fijn het ook zou zijn dat je man spontaan een groot romantisch gebaar maakt, die kans is niet zo groot. Maar als jij hem zo ver krijgt dat hij dat dankzij een beetje coaching toch doet, is iedereen tevreden. Daar draait het om.”

Maar wie een slecht karakter heeft, kan in het mannenfluisteren toch een vorm van manipulatie zien? Klopt niet, vindt Sage. „Manipuleert een coach zijn team? Alles draait om oprechte belangstelling voor de ander, om respect

en aardig zijn voor elkaar. Je moedigt je man niet aan om iets van hem gedaan te krijgen, maar omdat je echt vindt dat hij het goed doet. Dat hij daarna meer moeite voor je doet, is niet meer dan een aangename bijwerking.

„Weet je, teams met een goede mix doen het altijd beter dan teams met alleen maar mannen of vrouwen, doordat we elkaar in evenwicht houden en aanvullen. Mannen zijn competitief, goed in managen, beslissingen nemen en abstract denken, en ze houden ervan om dingen uit elkaar te halen en weer in elkaar te zetten. Vrouwen zijn uitstekende leiders. Ze inspireren hun omgeving, spotten beter dan mannen de mogelijke opties, lezen tussen de regels, zijn van nature goed in sociale situaties en staan verbaal sterk. Voeg mannen en vrouwen samen en het kan niet meer stuk. In bedrijven, maar ook bij koppels.

„Kijk naar de Obama's. Een powerkoppel. Bij de Obama's zie je het wederzijdse respect. Ze waarderen en gebruiken elkaars sterke kanten en komen zo samen vooruit. Dat is waar mannenfluisteren om draait. Samen vooruitgaan en allebei gelukkiger worden.” ■

## POWERKOPPELS

### Sterk staan in je relatie

Barack en Michelle Obama kennen we als het powerkoppel van dit moment: zij steunen elkaar door dik en dun, zijn samen zeer actief en geïnteresseerd in de meest uiteenlopende zaken. De Obama's organiseren bijeenkomsten waar (ervarings)deskundigen over interessante onderwerpen spreken. Op die manier ontdekken ze wat er speelt in de samenleving. Samen bouwen ze aan een imposant netwerk.

In Nederland kennen we ook een aantal van dergelijke powerkoppels, om te beginnen prins Willem-Alexander en prinses Máxima.

Andere bekende powerkoppels zijn voetballer Robin van Persie en zijn vrouw Bouchra, van Marokkaanse afkomst. Van Persie vertelde in een interview over zijn vrouw: „Ze zette mij op de eerste plaats en heeft alles voor mij gedaan. Ze hield blind vertrouwen in mij.” Dit laatste is een van de belangrijkste uitgangspunten om als powerkoppel te slagen.

Andere bekende powerstellen zijn toptennisser Richard Krajicek en columnist en model Daphne Deckers en volkszanger René Froger en zijn Natascha, presentatrice.



Bouchra en Robin van Persie.



Richard en Daphne Krajicek.



René en Natascha Froger.

FOTO'S ANP