

TEKST MANU ADRIAENS
FOTO'S MARC MASSCHELEIN

In elke vrouw schuilt een mannenfluisteraar

WIL IK GELIJK HEBBEN OF WIL IK GELUKKIG ZIJN?

JE MOET VAN EEN MAN GEEN KOPIE VAN EEN VROUW WILLEN MAKEN. LAAT HEM LIEVER IN ZIJN KRACHT.

Voor de Amerikaanse Gigi Sage is het duidelijk: te veel vrouwen communiceren op een foute manier met hun partner. Hoe moet het dan wel? 'Word een mannenfluisteraar!' adviseert ze in haar boek 'Hallo Tarzan'. Wij gingen op de thee bij Monika Tuzar, die het ideeëngoed van Gigi Sage mee verspreidt in Nederland en Vlaanderen.

Wanneer hebt u Gigi Sage leren kennen?

In 2001. Dat jaar heb ik een training bij haar gevolgd en toen zijn mijn ogen echt opengaan in verband met de relatie tussen man en vrouw. Sinds 2002 geef ik zelf ook trainingen in PowerConnections. Dat is de methode die Gigi heeft ontwikkeld als basis van het 'mannenfluisteren'.

Wat voegt 'Hallo Tarzan' toe aan het woud van boeken dat al bestaat over de man-vrouwverhouding?

Al die andere boeken brengen mooi de verschillen tussen man en vrouw in beeld. Maar hoe ga je daar het best mee om? Daarvoor geeft 'Hallo Tarzan' een aantal coachingvaardigheden. Die kun je niet alleen gebruiken in de omgang met je partner, maar ook voor de communicatie met bijvoorbeeld je baas of vader.

ENKELE TIPS VAN GIGI SAGE

1. COACH JE MAN

Een belangrijk uitgangspunt daarbij is acceptatie. Dat houdt in dat je afleert je man te bekritisieren op de eigenschappen die je niet bevalen. Focus je liever op zijn verborgen kwaliteiten en vraag jezelf af hoe jullie beiden van zijn sterke punten kunnen profiteren. Het komt erop aan je man te coachen. Want in wezen worden mannen graag gecoacht. Kijk maar naar voetballers: die willen winnen en ze geloven dat hun coach hen daarbij kan helpen. Dat coachen door de vrouw moet natuurlijk wel gebeuren op een goede toon. De man mag niet het gevoel krijgen dat hij gemanipuleerd wordt. Als coach moet je vooral erkenning geven voor de dingen die hij goed doet. Als je hem voortdurend onder de neus wrijft wat hij in jouw ogen niet goed heeft gedaan, krijgt hij de indruk dat hij nooit kan winnen en dan geeft hij op. Waarop jij dan weer jammert: 'Hij doet niets meer, hij is zo onverschillig.' Dat moet je dus zien te vermijden.



Monika Tuzar (links) en Gigi Sage (rechts): Het grootste cadeau dat je je vent kunt geven, ben jijzelf: een ontspannen, levenslustige vrouw.

2. BLIJF OPGEWEKT

Veel vrouwen klagen dat zij er in het huishouden vrijwel helemaal alleen voor staan. Omdat ze waarschijnlijk nog niet de goede toon hebben gevonden om het te communiceren. In feite willen mannen graag helpen. Er is een wereld van verschil tussen op verongelijkte of verwijtende toon zeuren om hulp en hem opgewekt vragen of hij op dinsdag even op de kinderen wil passen omdat jij naar een buikdanscursus gaat. Bekommer je om je eigen tevredenheid en ontspanning. Want hoe meer je in contact bent met jezelf, hoe makkelijker de omgang met je man zal zijn.

3. CIJFER JEZELF NIET WEG

Als je goed in je vel zit, straal je dat ook uit naar je partner. Voorkom echter dat je hele leven draait om hem. Misschien zal hij al die aandacht gedurende enige tijd heerlijk vinden, maar al snel zal het op zijn zenuwen gaan werken. Een goede manier om niet in die val te trappen, is een 'project' uitzoeken waarbij jullie indirect



aandacht aan elkaar schenken. Zelf ga ik bijvoorbeeld één keer per maand dansen met mijn man, omdat ik dat heerlijk vind. De vrouw moet zich helemaal niet wegcijferen. Integendeel, dat werkt contraproductief. Ter illustratie: als je vrouwen vraagt wie ze in een vliegtuig in nood het eerst een zuurstofmasker zouden opzetten - hun kinderen of zichzelf - zullen ze allemaal geneigd zijn te antwoorden: 'Mijn kinderen.' Fout, want als je flauwvalt, kun je niks meer betekenen voor je kroost.

4. EEN RELATIE IS CONSTANT GEVEN EN NEMEN

Dat is wellicht de moeilijkste van alle tools die Gigi Sage aanreikt: het toegeeflijk zijn, het meegaan... Veel vrouwen zetten soms hun hakken in het zand en zeggen: 'No way!' Omdat ze dat toegeven als een nederlaag ervaren. 'Waarom moet ik altijd de eerste stap zetten?' vragen ze zich af. (glimlacht) 't Is gewoon een kwestie van leren relaxed achterover te leunen en los te laten. Want als je geeft, krijg je ook terug. Misschien niet onmiddellijk, maar na verloop van tijd zeker.

Door inschikkelijk te zijn in een conflictsituatie bereik je op dynamische wijze je doel. Door toe te geven maak je het voor beiden mogelijk om deze situatie het hoofd te bieden. Dat is teamwerk.

5. SPREEK EEN TAAL DIE HIJ BEGRIJPT

Als vrouwen assertief willen zijn, komen ze soms in nonverbale uiting nogal agressief over. Dan ontvangt de man de boodschap anders dan die bedoeld is. Als je iets wilt van een man, spreek je best een taal die hij begrijpt. Spreek bondig en direct. Vaak praat en klaagt een vrouw, terwijl haar man haar lange relaas sprakeloos aanhoort en zich wanhopig afvraagt wat het probleem is. Eigenlijk zoals in het bedrijfsleven: 'Dát wil ik graag.' In vrouwelijke kringen wordt zo iets vlug als 'onpersoonlijk' of 'weinig romantisch' bestempeld, maar het is wel een professionele aanpak die werkt. Zo raak je tenminste op de golflengte van de man.

huit8
PARIS

WARM & GRATIS
fleece dekentje
voor elke klant van
30 okt. tot 10 nov.*

*gesloten op
1 & 2 november

Ohlala!
Ohlala, wat een keuze!

Rijksweg 4 - Lendeledede
051-30 32 20 • www.lingerie-ohlala.be

6. LAAT DE MAN IN ZIJN KRACHT

Als een vrouw een man leert kennen, is ze misschien in eerste instantie gecharmeerd door zijn gevoeligheid. Ze denkt: heerlijk, iemand die me begrijpt! Maar diep vanbinnen willen vrouwen toch vooral een sterke man die er echt stáát. Iemand die voor ons wil vechten, die ons kan beschermen als het nodig is. Je moet van een man geen kopie van een vrouw willen maken. Laat hem liever in zijn kracht.



7. VERMIJD RUZIE

De beste vraag die een vrouw zich in verband met haar relatie kan stellen, is: 'Wil ik gelukkig hebben of wil ik gelukkig zijn?' Doorzetten in je irritatie en woede levert maar weinig op. En waar vrouwen zich doorgaans ook niet bewust van zijn: een ruzie kost ons drie dagen intimiteit, maar bij een man duurt het tien dagen vooraleer hij weer op zijn optimale niveau is. Nog zoiets: hem straffen door hem liefde en seks te onthouden, is een slecht idee. Zo voelt hij zich afgewezen. Of je wil hem misschien in de armen van een andere vrouw drijven? Hoe boos je ook bent: als jullie 's avonds gaan slapen, laat dan op z'n minst de voeten elkaar aanraken. Altijd de verbinding in stand houden...



9. BESCHOUW JE MAN ALS EEN SCHATTIGE, ONSCHULDIGE TWEEJARIGE

We kijken altijd zo liefdevol naar kinderen. Als een tweejarig jongetje een ander omver duwt, zullen we hem daar wel op wijzen, maar vergeven we het hem onmiddellijk. Terwijl we tegenover een man heel streng en gemeen kunnen zijn. Bekijk hem dus liever alsof hij ook nog een kind is.

8. PLAN ROMANTISCHE UURTJES NET ZOALS ELKE ANDERE AFSpraak

Omdat we altijd wel redenen hebben om dat onderdeel van het leven te verwaarlozen. Je moet dingen hebben om naar uit te kijken. En het grootste cadeau dat je je vent kunt geven, ben jijzelf: een ontspannen, levenslustige vrouw. In dat opzicht ben ik alvast blij dat ik leef in deze eeuw. Ik hoef bijvoorbeeld de was niet meer te doen met mijn handen, want er is nu de wasmachine. (lacht) Met dank aan de mannen. Wat die allemaal voor ons hebben uitgevonden! Daar zijn ze echt goed in.



Meer info over de trainingen die Monika Tuzar geeft: www.mannenfluisteraar.nl



'Halo Tarzan', dat Gigi Sage samen met Birgit Engel schreef, verscheen bij Lannoo. We mogen van de uitgever 3 exemplaren wegschenken aan de lezers. Stuur een e-mail naar boek@karaat.be of een briefkaart naar Karaat, Vlasstraat 17, 8710 Wielsbeke met de vermelding Halo Tarzan.

Broekaert Vernieuwd LOEWE GALLERY



Loewe is de marktleider voor premium Home Cinema concepten in Europa. Met de "Loewe Gallery Broekaert" onderstreept Loewe de grote betekenis die een topvachandel als Broekaert heeft voor het internationale succes van het merk.

De Loewe Gallery straalt, net als de producten, de waarden van het premiummerk uit: minimalistisch design, zinnvolle innovaties en exclusieve individualiteit. Heldere en

lichte kleuren zorgen ervoor dat de producten volledig tot hun recht komen. De inrichting weerspiegelt de uitgangspunten van een technisch-functioneel merk met een tijdloze, pure stijl.

Perfecte service, klantvriendelijkheid en de jarenlange samenwerking met Loewe, hebben ervoor gezorgd dat Loewe Benelux Broekaert koos als Loewe Gallery Partner voor de regio Midden en Zuid-Vlaanderen.

www.broekaert.be