

Necesidades de una Fémina



Docente: Andrés Alejandro Reyes Molina
Hecho por: Cyntia Michelle Espon Velázquez

Índice



- ❧ 1.1 Sentirse comprendida.
- ❧ 1.2 Sentirse querida.
- ❧ 1.3 Sentirse deseada, reconocida y valorada.
- ❧ 1.4 Saber que puede contar contigo, sentirse segura.
- ❧ 1.5 Aceptación.
- ❧ 1.6 Tener una comunicación sincera, honesta y abierta.
- ❧ 1.7 Atención
- ❧ 1.8 Valoración
- ❧ 1.9 Compromiso
- ❧ 1.10 Compasión



1.1 Sentirse comprendida



☞ Probablemente unas de las necesidades más importantes para una mujer es sentirse comprendida. Cuando hablamos de comprensión, no hablamos de la intelectual, sino ante todo de comprensión emocional. Comprender cómo se siente, qué es lo que más quiere y valora, qué le preocupa, qué teme y qué le hace sufrir. Que el hombre sea capaz de comprender su mundo interior y sus emociones, que la escuche, es una de las mayores necesidades que manifiestan la gran mayoría de mujeres. Aunque en realidad todos necesitamos sentirnos comprendidos, esa necesidad aumenta y es mayor en la mujer que en el hombre.

1.2 Sentirse querida



☞ **¿Qué quieren las mujeres?** Sin duda, sentir que realmente son importante en la vida del hombre que las acompaña; que ella es la prioridad en su vida. Eso no es un capricho, sino una necesidad que reafirma su seguridad en la relación. Cuando una mujeres no se siente lo suficientemente querida, todo se enfría y se distancia. Cuando amas a alguien es porque también le admiras y le respetas. La mujer necesita esa confirmación de que se siente querida y valorada, y no solo en palabras, sino con acciones.

1.3 Sentirse deseada, reconocida y valorada



- ❧ La falta de atención y reconocimiento es algo que puede enfriar una relación rápidamente. Si no se pone la suficiente atención, si una mujer se siente ignorada, si no se siente reconocida o valorada, va a sentir que algo falla, o hay algo grave de lo que preocuparse.
- ❧ La atención, la apreciación y el reconocimiento son signos de valoración, de que estás atento y presente; es manifestar *soy consciente de lo que aportas a mi vida, lo valoro, lo reconozco y lo tengo presente*. Es la manera de mantener la llama encendida.

1.4 Saber que puede contar contigo, sentirse segura



- ☞ Saber que al final del día va a tener a una persona que está a su lado y le apoya. Saber que puede contar contigo, que vas a estar ahí cuando realmente lo necesite, que vas a dar un paso al frente cuando sea necesario. Tener a un hombre a quien respeta y admira, y aún sabiendo claramente que puede cuidar de sí misma perfectamente. ¿Qué quieren las mujeres? Tener una pareja que le haga sentirte segura, respetada y protegida. Tener a alguien en quien realmente confiar en todos los sentidos.
- ☞ Una relación debe ser un oasis, un lugar seguro y en calma al que regresar. El mejor regalo es crear ese espacio seguro y de confianza; lo que genera la tranquilidad y una apertura total, un mayor nivel de conexión personal, sexual y emocional.

1.5 Aceptación



☞ La aceptación es fundamental. Y más en un mundo en el que parece que siempre tienes que cumplir ciertos estándares, en donde la comparación está a la orden del día y en el que parece que tienes que ser alguien distinto que esté a la altura. Sentirse aceptada tal como es y sentirse deseada genera más confianza en sí misma, unión y seguridad.



M

1.6 Tener una comunicación sincera, honesta y abierta



- ☞ Tener un confidente, alguien en quien realmente pueda confiar y con quien pueda abrirse. Y, por supuesto, sabiendo que no vas a ser juzgada ni criticada, sino comprendida. **¿Qué quieren las mujeres?** Escucha activa y comprensión.
- ☞ Ésta es tu vida y tu vida son tus emociones. No des el poder a otros para que las controlen.

1.7 Atención



- ☞ Las esposas quieren ser escuchadas (incluso cuando la televisión está encendida) y saber que creemos que lo que tienen que decir es importante. Nuestras esposas preferirían hablar con nosotros antes que con otras mujeres, aunque otra mujer podría entender mejor.
- ☞ Hombres, ¿realmente están escuchando lo que dice su esposa? Nuevamente, ¿sus acciones prueban esto?

1.8 Valoración



- ☞ Las esposas quieren ser valoradas tanto por lo que son como por lo que hacen. Las esposas quieren saber que las vemos con valor más allá de lo que hace para mantener la casa en funcionamiento. ¿Es ella más importante que las cosas que hace? ¿Sigue siendo hermosa?
- ☞ Hombres, ¿usted le dice regularmente lo que admira de ella? ¿La felicita genuinamente, no solo por lo que hace?

1.9 Compromiso



- ☞ La esposa quiere saber que estarás allí para siempre. Las esposas a menudo ven a sus maridos estimulados visualmente mirando a otras mujeres. ¿Ella sabe que no la engañarás? ¿Van a ser fieles siempre?
- ☞ Hombres, ¿puede ella confiar en ustedes? ¿Tus acciones generan esa confianza?

1.10 Compasión



☞ La Biblia se refiere a las mujeres como “vasos más frágiles”. Por supuesto, esto no significa que sean menos que los hombres, sino que los hombres y las mujeres son diferentes. Las mujeres van a responder de manera diferente a las situaciones. Pueden llorar más fácilmente, tardar más en resolver las cosas emocionalmente, sentirse cansados más rápido. Además, las esposas quieren un poco de romance en el matrimonio. (Para la mayoría de nosotros, si hemos estado casados por más de una semana, ya saben que eso no va a pasar contigo). Sin embargo, todos podemos ser amables, cariñosos y ocasionalmente románticos. Por lo general, obtenemos un buen crédito aquí solo por intentarlo honestamente.