Прежде чем начать разбираться в потребностях, хочу дать один совет: было бы просто замечательно, если бы вы эти темы читали вдвоем с супругом.
Семья это труд двоих и решать внутренние проблемы необходимо вдвоём.

Для большинства женщин **нежность** символизирует безопасность, защищенность, комфорт, одобрение — жизненно важные качества в их глазах. Когда муж проявляет нежность к жене, он говорит ей следующее:
1. Я забочусь о тебе и защищаю тебя, ты важна для меня, и я не хочу, чтобы с тобой что-нибудь случилось;
2. Я забочусь о твоих проблемах, и я с тобой;
3. Я считаю, что ты все делаешь хорошо, и я горжусь тобой.
Объятие может иметь смысл и передать все, что было сказано выше. Мужчины должны осознавать, как сильно женщины нуждаются в их одобрении. Ни одна женщина не может считать, что мужчина проявляет к ней слишком много нежности.
Для большинства мужчин это достаточно простой, но эффективный способ увеличить свой «счет» в Банке любви жены.
Большинство женщин любит, когда их обнимают.

Но есть и другие способы проявления нежности, которые могут быть такими же важными для женщины.
Поздравительная открытка или записка с выражением любви и заботы может просто, но эффективно передать те же самые эмоции.
Не забывайте и о таком универсальном способе, как букет цветов.
Мой муж часто мне дарит «бесполезные» подарочки, но они мне очень нравятся. Я вижу его заботу, и это радует меня.
Приглашение пообедать или поужинать также выражает нежность.
Взять жену за руку — это проверенный временем и эффективный способ выражения нежности. Прогулки после ужина, телефонные звонки и беседы нежным и любящим голосом — все это повышает ваш «счет» в Банке любви.

Нежность — это необходимый цемент для скрепления супружеских отношений. Без нее женщина чувствует отчуждение со стороны своего мужа.

Мужчины должны крепко усвоить следующее.
Женщины находят выражение нежности очень важным. Они любят это чувство, и для них это не имеет никакого отношения к сексу. Большинство выражений нежности, которую они проявляют и получают, вовсе не связывается для них с сексом.
Все это вводит обычного мужчину в сомнение. Он видит проявление нежности лишь как часть прелюдии к половой близости, и обычно мигом возбуждается. В других случаях мужчины просто перепрыгивают через эту стадию и сразу же, без выражений нежности, становятся возбужденными.

Нежность так важна для женщин, что они совершенно теряются, когда их мужья не отвечают им должным образом. Например, жена может позвонить своему мужу на работу просто ради того, чтобы поговорить. Ей очень хочется, чтобы муж отвечал тем

же и звонил ей на работу, она уверена, что муж испытывает ту же самую потребность. Жена часто чувствует разочарование, когда муж отвечает: “У меня нет времени, мне нужно к пяти часам закончить всю работу”.

Разумеется, это не значит, что муж ее не любит, но у него просто другая система ценностей, которая вытекает из другого набора основных потребностей.

Мужу важно узнать у жены насколько ей это важно и просто следовать этому.

Разберите этот пункт вдвоём. Жена может составить список тех знаков внимания, которые больше всего для нее значимы.

Важно захотеть, и, в последствии это войдет в добрую привычку.

Но нужно помнить: эти способы выражения нежности мотивируются не потребностями мужа, а желанием удовлетворить потребности жены.

Несколько советов мужьям:

1. Обнимайте и целуйте жену каждое утро, когда вы еще в постели.
2. Говорите ей, что вы ее любите, когда вы вместе завтракаете.
3. Целуйте ее перед уходом на работу.
4. Звоните ей в течение дня, чтобы узнать, как у нее дела.
5. Дарите ей цветы время от времени, совершенно неожиданно (в цветы можно положить открытку, где вы напишете о своей любви к ней).
6. Дарите ей подарки по праздникам (дни рождения, годовщины, Рождество и т. д.). Эти подарки должны быть эмоциональными, а не практическими. Научитесь узнавать, что нужно дарить женщине.
7. После работы звоните ей, перед тем как вы отправляетесь домой, чтобы она знала, когда вас ждать.
8. Когда приходите домой с работы, обнимите или поцелуйте ее и в течение нескольких минут поговорите с ней о том, как прошел у нее день.
9. Помогите ей вымыть посуду после ужина.
10. Обнимайте и целуйте ее каждый вечер, перед тем как заснуть

Помните: нежность — это атмосфера брака, а секс — это его событие.

Сделайте это постоянным в вашем общении.

У многих супружеских пар, у которых произошел «надлом» в отношениях, у жен потребность в нежности была неудовлетворенна.

Подсознательно, **жены, с которыми мужья общаются без романтики, уже готовы к супружеской измене.**

Надо помнить, что секс начинается с нежности и является крайне необходимым жене. Многим женщинам нежность приносит больше удовольствия, нежели секс в чистом виде.

Вопросы к совместному обсуждению темы:

1. Нужно ли нам говорить о проявлении нежности? Если да, то что конкретно мы должны обсудить?
2. Существует ли достаточно нежности в наших брачных отношениях? Какие примеры

этого мы можем привести?

3. Как мы можем проявлять нежность? Что является приятным для нас обоих?