

Ur Måns Herngrens
nya film "Allt flyter".



Hur gör män?

Det är klart att de i stort sett är som vi.
Men vissa grejer kräver sin förklaring.
Hur fungerar mäns vänskap till exempel?

Pratar de överhuvudtaget
med varandra?

Och varför tycker de
att det är så läskigt
när vi gråter?

Vi har kollat in i männens
värld en stund.

Välkomna in!



Måns Herngren
pratar vänskap



Dr Kärlek
avslöjar männen

vänd



Varför säger ni att ni lyssnar, fast ni inte gör det?

– och 7 andra frågor som hjälper dig att förstå män

Hur svårt kan det vara? Undrar vi för tusende gången. Alltså, varför ser han inte den nya coola frisyren? Eller när diskmaskinen ska plockas ur? Och handlar

allt verkligen bara om sex?

Här avslöjar vi de manliga mysterierna med hjälp av relationscoachen Atle Johansen, även kallad "Dr Kärlek".



Av Linda Newnham Foto: Getty Images

Varför blir män så förbannade när någon kör in mitt framför dem i trafiken?

Atle förklarar: Vi män har en stark känsla av rättvisa i oss, plus en inbyggd tävlingsinstinkt. Det bor lite av en **Michael Schumacher** i oss alla. Man vill vinna!

Det började med att vi tävlade om vem som hade störst snopp i skolan. Senare övergick vi till att se vem som kunde få

Varning!
Detta är en "glimten i ögat-text". Är du allergisk mot generaliseringar kan följande rader ge vissa utslag.

längst snopp när vi onanerade. Och det var ingen gissningslek, utan vi mätte med måttband så att det blev en rättvis bedömning.

Vi tävlar i trafiken också, men vill göra det på ett schyst sätt (tänk på måttbandet). Om någon kör in mitt framför mig så att jag måste sakta ner farten – är det schyst? Nej, såklart man blir förbannad!

2 Vad snackar män om när inte kvinnor är med?

Atle förklarar: Allt. Efter att ha haft manskurser i snart 15 år, med män med alla möjliga sorters bakgrund, vet jag att män kan och vågar prata om allt. Det som skiljer det kvinnliga pratan-det från det manliga är att när kvinnor träffas är bekräftelsen ofta viktigare än själva ämnet. Kvinnor håller med och bekräftar varandra.

När män pratar är det ofta öppet, ärligt, rakt och kraftfullt. Man står upp för sin åsikt, men lägger inte så mycket energi på att bekräfta varandra.

3 Varför ser inte män när vi har en ny frisyr?

Atle förklarar: Det här är en väldigt bra fråga. I vår barndom så var kläder, frisyrer och sådant inte så intressant. Det som var spännande var det som gjordes: ett nytt trick på skateboarden, hur man trimmade en moppe, hur man skruvade bollen i mål... Jag uppmärksammade coola handlingar, inte hår. Om jag uppmärksammade en frisyr så var det med kommentaren "Har'u ramlat under gräsklippar'n, eller!". Jag är helt enkelt inte van att se frisyrförändringar.

Men om jag kom hem och du stod och jonglerade med bol-

lar så kan du ge dig fasan på att jag skulle säga: "Wow, vad snyggt du jonglerar. Och med den där frisuren!". Det skulle jag se.

När jag inte uppmärksammar att du har klippt dig eller köpt nya kläder så handlar det inte om att jag inte bryr mig.

Det handlar om att det helt enkelt inte är viktigt för mig. Jag älskar dig ändå, för den du är!

Tips! Är det viktigt för dig att jag påtalar din nya frisyr, säg då det till mig, så ska jag försöka göra det nästa gång.

” När män pratar är det ofta öppet, ärligt, rakt och kraftfullt ”

4 Ni verkar inte gilla när vi talar om vad som behöver göras...

Atle förklarar: Visst är jag villig att hjälpa till, men inte om du har en befällande ton. Jag har en chef på jobbet, det räcker, vill inte ha en hemma också. Vem vill höra "Du måste plocka ur diskmaskinen. NU!"? Om det däremot sägs med kärlek och respekt så har jag inget emot att hjälpa till. Som: "Du, vi har ett antal saker som behöver göras i dag...".

Tips! Lägg en att göra-lista med saker som behöver utföras, utan att skriva namnet överst på listan.

Atle Johansen

Ålder: 51. **Familj:** Döttrarna **Anna, Eline** och **Malin**. **Bor:** Dalsjöfors. **Gör:** Relationscoach och föreläsare. **Aktuell:** Föreläser för 1,6 miljonerklubben med **Anna-Lena Brundin**. Och boken "Beröm nu" som kommer ut våren 2009. **Hemsida:** www.atlejohansen.nu

Vi män gillar att ha uppgifter och saker att lösa. Men vi tycker bäst om att göra det på eget initiativ.

5 Varför säger ni att ni lyssnar, fast ni inte gör det?

Atle förklarar: Redan som små pojkar utvecklade vi ett extra inre organ – dövörat. Det började växa fram i treårsåldern. Så fort vi hade gjort något fel eller dumt (vilket hände titt som tätt) så kom mamma, lärarinnan, grannfrun eller någon annan kvinna fram och pratade och

män upplever att kvinnor gärna pratar i cirklar – runt, runt.

Tips! Vill du att vi män ska orka lyssna, öppna då med en händelse, så får du vår uppmärksamhet. Snacka sedan om känslan utifrån händelsen.

6 Vad gillar ni män mest/bäst hos kvinnor?

Atle förklarar: Framför allt faller vi för:

1. Att hon klär sig kvinnligt, vackert och sensuellt.
2. Att hon för sig kvinnligt.
3. Att hon vågar vara rak i kommunikationen.
4. Att hon vågar beröra och bli berörd, både fysiskt och psykiskt.
5. Att hon vågar hängla på offentlig plats.
6. Att hon vågar bejaka och följa sina egna behov.
7. Att hon kan äta ett nybakat wienerbröd utan att få dåligt samvete efteråt.
8. Hennes omsorg.

7 Varför är det så läskigt när vi gråter?

Atle förklarar: Vi män vill ofta komma med lösningar. Vi vill se felet och komma med ett gott råd, så att problemet försvinner. Precis som när man lagar en motor: Man hittar felet och löser det. Men ni grinar ju för grinandets skull ibland...

Att bara lägga armen om kvinnan och trösta har få män fått lära sig. (Även om vi kollat på massor av **John Wayne**-filmer – han är fantastisk på just detta!) Vi män vill gärna vara nära, kärleksfulla och trösta, men fattar faktiskt inte riktigt hur.

Men hoppet lever! Många yngre män är bättre på att trösta och hålla om. Och bättre på att gråta offentligt.

vänd

tara 59

forts

8 Handlar allt verkligen om sex?

Atle förklarar: Nej, eller ja, eller nja... Först kommer vänskapen i en relation. Vänskapen är viktigast.

Men sexualiteten är också väldigt viktig för helheten, det går inte att komma ifrån.

Den förenar man och kvinna på ett djupare plan. När sexualiteten fungerar och flyter på (när man har lite sex i tevesoffan, i

sängen en lördagsmorgon etc) så upptar den bara tio procent av ens tankar.

Men, när den inte fungerar så upptar den 90! Då lägger man mycket, mycket tid på att tänka på och snacka om sex. Så om du tycker jag fokuserar för mycket på sex...

Men enligt en ny dansk undersökning så tänker och fantiserar kvinnor lika mycket på sex som män. ♦

Och 6 frågor till oss kvinnor...

Några kvinnliga vanor män ställer sig frågande inför:

1. Varför gråter ni när vi bråkar? Kan ni inte bara vara arga!?
2. Varför hyr ni så många sega kärleksfilmer?
3. Varför måste vi äta bulgur. Erkänn: Ris är godare!
4. Varför vill ni absolut att vi ska följa med och shoppa, fast ni vet att vi blir ointresserade (och ni irriterar er på just det)?
5. Varför är Ikea så jädra skoj? Vi har ju huset fullt av möbler, eller hur?
6. Varför ska ni gå ner två kilo till, när ni är vackra som ni är (och ändå inte gör det)?



”Hallå, vi skulle ju ha det lite skojsigt i kväll hörnu, hörnu...”

Foto: Comstock

ATLES RECEPT PÅ EN LYCKAD RELATION

♦ Var varandras motpoler. Se till att ha en dynamik och var raka i kommunikationen. Kommunera mycket och på lika villkor, vilket innebär att våra olika sätt att säga saker är lika mycket värda, trots att män inte alltid lägger samma känslomässiga värde i orden.

♦ Ha kul ihop. När par kommer till mig och berättar att de ska skiljas/separera frågar jag när de kände att de höll på att glida isär. Svaret är ofta "När vi slutade ha roligt ihop". Att dela skratt, humor och drömmar är superviktigt. Ta er tid till detta!

♦ Det är viktigt att man är

goda vänner, och en god vän ändrar man inte på! Försök inte ändra på din man/kvinna heller. Låt honom/henne vara just den person du tänkte på en gång i tiden.

♦ Visst är ni ett par, men glöm inte bort att ha ett eget liv. Tid till att vara dig själv fullt ut.

Spela golf, gå på teater eller gör något annat du njuter av. Tanka energi och idéer som du kan ta med dig tillbaka in i relationen.

♦ Beröm varandra, både hemma och offentligt. Små ord av beröm ökar både livsglädjen och kärleken i kvadrat.