

cosmo para él



Él sabe cómo bancarla a full.

¡Que tu hombre lea esta nota!

Cuándo ella necesita tu apoyo

▶ Cuando tu chica recibe alguna mala noticia, vos no dudás en sentarte a su lado y escucharla. Pero hay otras ocasiones en las que podrías no darte cuenta de que tenés que estar ahí para acompañarla. Tomá nota y ganate su corazón.

La ascendieron

Ella está feliz porque ahora es la jefa, pero también podría estar preocupada porque esta nueva responsabilidad la obliga a balancear su vida personal/personal. "Para apoyarla, celebrá el acontecimiento invitándola a cenar y mostrale lo orgulloso que estás diciéndole que valorás su inteligencia y capacidad para crecer. Así le das a entender que vas a ayudarla si se complica con cosas cotidianas", sugiere la sexóloga y terapeuta de parejas Flabia Vit (www.flabiavit.com.ar).

Discute con una amiga

Resistí el impulso de relajarte y creer que ella sola va a poder manejarlo. La amistad está en riesgo, así que aunque parezca una peleita de reñas, no se te ocurra consolarla poniéndote a criticar a su amiga: eso no funciona. "Escuchá y dale contención si está triste: la idea es que seas todo oídos. Después, decíle que los amigos varones también discuten y que quizá esa pequeña crisis permita mejorar el vínculo a futuro", explica Vit.

Va a conocer a tus amigos

Presentarle a tu grupo es un gran paso para vos... y para ella. Ayudala a relajarse adelantándole algunas cosas. "Antes de la presentación hablale de ellos: contale quién es quién y a qué se dedican, así ella puede hacerse una idea de cómo son. Cuando los vaya conociendo quedate a su lado para que se sienta integrada y cómoda. Si la cuidás así, es tuya", sostiene Vit. Cuando estén charlando, acaríciala la cintura o el hombro. Este contacto sutil va a darle seguridad.

Se casa su mejor amiga

Cuando una amiga íntima esté por llegar al altar, tu chica, inevitablemente, va a hacer un repaso sobre su propia vida. Pero no te asustes: ella no está pensando en un anillo. Simplemente puede que le preocupe el poco tiempo que van a compartir una vez que su amiga esté casada. Para levantarle el ánimo preguntale sobre los momentos más divertidos que vivió junto a ella. "Interesarte por sus emociones es la mejor forma de conocerla más a fondo. Además, a las mujeres les encantan los hombres que pueden hablar de sentimientos", agrega Vit. Si le prestás atención de esta manera, la ayudás a desdramatizar su angustia y le recordás que la boda no implica el fin de la amistad.