

ال عمران : ٤٨ إن من الفروق الهامة بين الجنسين هي كيفية تكيف كل منهما مع المشكلات والصعوبات والتحديات. فعندما يقابل الرجل صعوبات ومشكلات فإنه يركز كل انتباهه على هذا الأمر، وينعزل عن الآخرين يحاول حل هذه المشكلات. بينما تصبح عواطف المرأة مشغولة كلياً بهذا الأمر . وفي مثل هذه الأوقات تختلف الأمور التي تسعد الرجل عن الأمور التي تسعد المرأة. بينما ترتاح المرأة للحديث عن مشاعرها المتعلقة بهذه المشكلات، وقد يكون منشغل البال في بعض الصعوبات التي واجهها أثناء نهاره والتي لم يتمكن من حلها بعد، ولذلك فهو يحاول تناسيها لبعض الوقت. ولذلك نجد ظهور التوتر بينهما رويداً رويداً حتى صل إلى الغيظ والاستياء. وقد يفكر حسام في نفسه أن أميمة تكثر من الكلام، بينما تشعر أميمة أن حسام يتجاهلها ولا يعطيها الانتباه الذي تريد. ولذلك فهو غير ستعد للاستماع إلى كلامها، وثانياً من خلال التعامل المناسب مع هذه الفروق بينهما بدل إصرار كل منهما على تغيير طبع الآخر! إن من صفات الرجل عموماً أنه عندما ينزعج فإنه لا يتكلم أبداً عما يشغل باله، إلا إذا شعر حقيقة بأنه يحتاج للعون لحل المشكلات، وإذا لم يعثر على الحلول المناسبة، فإنه يحاول أن يقوم ببعض الأعمال التي يمكن أن تنسيه مؤقتاً هذه المشكلات، وهكذا يحاول الاسترخاء من خلال تناسي شكلات العمل لبعض الوقت. فإنه يحاول تركيز انتباهه على المشكلة الكبيرة التي تعترضه، ويصبح منشغل الذهن كلياً في فهم هذه المشكلة وإيجاد حل لها، ويفقد انتباهه لما حوله شكل مؤقت، أنه مشغول كلياً في التركيز على المشكلة التي بين يديه، وكلما زاد اهتمامه بهذه المشكلة، ويصبح في هذه الحالة غير قادر على إعطاء الزوجة الانتباه والرعاية التي تأخذها منه في الحالات العادية، ومن ثم يحاول في اليوم التالي العودة إلى هذه المشكلة لحلها بشكل ناجح. وبذلك يستطيع تناسي مشكلاته ويريح باله لبعض الوقت، وبذلك يشعر نفسه بالانتصار والنجاح، فإن ذهنه قد ارتاح قليلاً من مشكلاته الحقيقية في حياته. تساعدهم على تفريغ شحنة التوتر التي يشعرون بها في حياتهم بشكل عام. ٣ - قد يكون أمام مشكلة ولا يمتلك حلاً لها، إنه ليس من المعقول أبداً أن نتوقع من الرجل عندما يواجه مشكلة أو شعر بالتوتر أن يفتح قلبه ويحدثنا عن كل ما في نفسه، ومن الخطأ أن نطلب منه كذلك أن يكون متجاوباً مع مشاعر وعواطف من حوله عندما يكون منشغلاً في مشكلة من المشكلات، فإنه ينسى أن غيره من أفراد الأسرة أو الأصدقاء لديه مشكلاته الخاصة، وكأن لسان حاله بقول له: (عليك أن تحل مشكلتك أنت قبل أن تساعد الآخرين في حل مشكلاتهم" . فإنه يبدأ بالدفاع عن نفسه وسلوكه بشكل يؤدي لمزيد من النزاع والجدل، ويقول لها: (ماذا تقصدين بأني لا أستمع إليك؟ بل يمكنني أن أعيد عندما يكون الرجل في كهفه الذهني فإنه يستطيع تسجيل كل ما تقوله زوجته باستعمال (٨٠٪) من انتباهه المتوفر له، ٣ - تقول الزوجة: (إنك لا تهتم بي أبداً)). وهو يفسر الموقف بأن مشاعرها خطأ، لأنه إنما يحل المشكلة التي أمامه ليفيدها هي أيضاً: إنه لا يدرك أنه عندما يركز على مشكلة واحدة ويهمل المشكلات التي تهمها هي، والرجل لا يدرك بشكل عام سرعة انقلابه من كونه دافئاً وحنوناً ليصبح بارداً منعزلاً، لا بد للرجل والمرأة من فهم الواحد منهما للآخر بشكل أفضل. فعندما يبدو الرجل وكأنه يتجاهل زوجته فإنها تفسر هذا الأمر تفسيراً شخصياً، إلا أنها عندما تعلم أنه إنما يحاول التكيف مع أمر ما، وعليه أن يدرك أن من حقها الكلام فيما تحس به من الإهمال وعدم التأييد، إن من صفات المرأة عموماً أنها عندما تنزعج أو تشعر بالتوتر، وهكذا عندما تتحدث المرأة عن مشاعرها فإنها تشعر بالتحسن وزوال التوتر. فالمرأة تساعد غيرها بهذه الطريقة، ولا تخجل المرأة من إظهار أن لديها مشكلة ما، ولا تبالي كثيراً بالظهور بمظهر الخالية من المشكلات كما قد يفعل الرجل، ولا تبالي كالرجل أن تحل مشكلاتها بنفسها من دون مساعدة أحد. ومن خلال شعورها بأن هناك من يفهمها . فمن خلال الحديث عن كل مشكلة محتملة ودون التركيز على مشكلة واحدة، والأمر المهم أنها بعد الحديث في كل المشكلات فإنها تبدأ ندرك حقيقة الأمر الأساسي الذي يشغلها ويقلقها، والمشكلات المحتملة وحتى المشكلات التي لا حلول لها أبداً، وكلما توسعت في دائرة الكلام كلما ارتاحت أكثر، وتتحدث المرأة عن صعوبات ومشكلات، تحتاج للكلام في عدد من المشكلات الأخرى الأقل أهمية، فسواء كان الحديث عن مشكلاتها أو مشكلات غيرها فهي تشعر بالراحة في هذه الطريقة المناسبة وتتكلم المرأة عن مشاعرها وأفكارها لعدد من الأسباب نذكر منها : ٣ - لتخفف عنها ما تشعر به من انزعاج والم (بينما يقف الرجل عن الكلام إذا كان في هذه الحالة). ٤ - لتبني علاقة حميمة من خلال الكلام ومشاركة مشاعرها للآخر، ماذا يفعل الرجل عندما تأخذ المرأة في الكلام؟ فإن الرجل يقاوم هذا ولا يرتاح له، وكلما كثرت المشكلات التي تتحدث عنها كلما زاد شعوره باللوم، إن الرجل في الغالب لا يتكلم عن المشكلات إلا لسببين: إما أنه ليلوم أحداً على هذه المشكلات، وإذا ظن أنها تتكلم طلباً للنصيحة فإنه يبادر بطرح الاقتراحات والحلول، وإذا شعر أنها تحمله مسؤولية مشكلاتها فإنه يبادر للدفاع عن نفسه من الهجوم، يشعر الواحد منهم بالارتياح بعد التوصل إلى حل لمشكلة ما، فإن الرجل يتوقع أنه إذا بادر بطرح الحلول لمشكلات زوجته فإنها سترتاح وتكف عن الحديث عن الصعوبات بعد أن تسمع منه حلاً أو حلين، وبالمقابل عندما يشعر بهجومها عليه فإنه يبدأ بالدفاع عن نفسه، معتقداً

أنه إن شرح لها هذا الأمر بنفسه فإنها ستشعر ببعض الراحة. أنه كلما دافع عن نفسه أكثر كلما شعرت بأنه لم يفهمها، فمثلاً قد يسمع المرأة نشئكي من الأمور التالية : 1- أن يسمع المرأة تتحدث عن المشكلات تفصيلات جزئية دقيقة. ومن الأمور التي تجعل الرجل يجد صعوبة في الاستماع، هو أن 3- يظن أن هناك تسلسلاً منطقياً لترتيب المشكلات التي تتحدث عنها المرأة، بينما في الحقيقة تنتقل المرأة من موضوع لآخر بشكل عفوي وغير انتقائي. وبعد أن يستمع منها إلى ثلاث أو أربع مشكلات، وهو يحاول أن يجد علاقة منطقية بين كل هذه المشكلات. وإذا عرف الرجل أن المرأة تحتاج لمجرد الحديث عن المشكلات فإنه يبدأ بالارتياح والاسترخاء، ومن الأمور التي ترتاح إليها المرأة عندما تتحدث مع امرأة أخرى أنها حاول تذكر أحداث ((القصة)) أو المشكلة بالتدريج رويدا رويدا، الرجل أنها إنما تريد مجرد الحديث عن المشكلات، وكلما تعلم الرجل كيف يشبع الحاجات العاطفية للمرأة بدعمها وتشجيعها، حيث يتعلم الرجل كيف يحترم حاجة المرأة للكلام من أجل أن تشعر بالراحة، ويدرك الرجل عندها كيف أن المرأة تنمو وتتغذى على الكلام عن مشكلاتها، ويشعر الرجل بالراحة عند معرفته أن حديث المرأة عن مشكلاتها ليس بسبب أنه قصر معها أو أخطأ التصرف ولذلك يتمكن بعد هذا من الاستماع إليها من دون أن يشعر أن عليه مسؤولية حل كل مشكلاتها. وكذلك تتعلم المرأة احترام حاجة الرجل للانسحاب والهدوء، وهي لا تعود تتحسس وتنزعج كلما بدا وكأنه مشغول البال غير منتهبه، لمن حوله، وستعلم كذلك كيف تمتنع لطف عن الكلام عندما تلاحظ أن زوجها غير قادر على الانتباه لما تقوله سبب بقائه في كهفه