الفصل السادس

◉ يحتوي الفصل السادس على النقاط التالية:

- الفروق في الحوار بين الرجل والمرأة

❁ ❁ ❁

الفروق في الحوار بين الرجل والمرأة

هناك عدة فروق في طريقة الحوار بين الرجل والمرأة، وتلك الفروق مبنية على الفروق في التفكير بينهما،

والفروق في التفكير بين الرجل والمرأة مبنية بدورها على الفروق بين مخ الرجل ومخ المرأة،

وفهم تلك الفروق فهما جيدا، يجعل كل طرف منهما يفهم طريقة تفكير الآخر، وبالتالي يفهم طريقة حوار الآخر، والدوافع التي تدفعه إلى هذه الطريقة،

وبالتالي يفهم أفكاره ومشاعره وسلوكياته، بل ويمكن أيضا أن يتوقع ردود أفعاله، مما يجعل كل طرف أكثر قدرة على إدارة الحوار بطريقة فعالة مع الآخر،

وهذه الفروق تم رصدها طبقا للدراسات التي أجريت بمستشفى جونز هوبكنز، التي تقع في مدينة بالتيمور، بولاية ماريلاند، بالولايات المتحدة الأمريكية،

وأيضا الدراسات التي أجريت في جامعة هارفارد، التي تقع في مدينة كامبردج، بولاية ماساتشوستس، بالولايات المتحدة الأمريكية،

وقد أجريت تلك الدراسات حول الفروق في طريقة التفكير بين مخ الرجل ومخ المرأة، وهى فروق تؤثر بلا شك في طريقة حوار كل منهما،

عزيزي الرجل، عزيزتي المرأة، أنا هنا لا أقارن بين طريقة تفكير وطريقة حوار كل منكما، ولا أقول أن الرجل أفضل من المرأة في الحوار، أو العكس،

أنا هنا فقط أبين وأوضح طريقة تفكير وطريقة حوار كل منكما، كي يفهم كل منكما كتالوج الآخر، وبالتالي تستخدمان الطريقة المناسبة في الحوار بينكما،

وقد جاء في تلك الدراسات ما يلي:

الفرق الأول

أثناء الحوار، الرجل يميل إلى السيطرة

وهو أكثر عدائية من المرأة

الإختلافات بين مخ الرجل ومخ المرأة، تبدأ منذ المراحل الأولى لتطور الجنين داخل رحم الأم، منذ المراحل الأولى لتطور مخ الجنين،

وفي حالة الجنين الذكر، يتم فرز هرمون التستوستيرون (Testosterone)، حيث يقوم هذا الهرمون ببصم المخ ببصمة الذكورة،

جسم الرجل يحتوى على كمية من هرمون التستوستيرون تعادل تقريبا حوالي (٢٠) مرة قدر الكمية الموجودة في جسم المرأة،

هذه الكمية الكبيرة نسبيا من هرمون التستوستيرون تجعل الرجل يميل إلى السيطرة على المرأة في الحوار،

ولذلك على الرجل إختيار الكلمات المناسبة التي لا تظهر ميله للسيطرة، حتى لا تعمل المرأة على مقاومة تلك السيطرة، فيفشل الحوار،

كما أن الرجل يكون أكثر عدائية من المرأة في الحوار، ويظهر ذلك خاصة عندما تبرز مواقف الإختلاف ويتم تصعيد الأمور،

فيميل الرجل إلى رفع الصوت وقد يميل إلى التهديد، وهنا يجب على المرأة أن تعمل على تهدئة الرجل، ويجب على كل طرف التحلي بالثبات الإنفعالي،

كما أنه على المرأة أن تتفهم أن الرجل يميل إلى العدائية في الخلافات في الحوار، فلا تهاجميه بشكل مباشر، ولا تفعلي أفعالا عدوانية تزيد من عدوانيته،

بل الواجب أن تعملي على التهدئة وعدم التصعيد، مع إستخدام الصوت الهاديء، والسلوكيات غير العدوانية، ولغة الجسد التي تدل على الإنصياع،

على المرأة أن تعذر الرجل في مثل هذه المواقف، فالهرمونات لها تأثير كبير على مخ الإنسان وحالته المزاجية، تماما مثل تأثيرها الفسيولوجي،

فكما أن هرمون الإستروجين (Estrogen) وغيره من الهرمونات تؤثر في المرأة فسيولوجيا ونفسيا،

فكذلك هرمون التستوستيرون (Testosterone) وغيره من الهرمونات تؤثر في المرأة فسيولوجيا ونفسيا،

ولذلك على كل طرف منهما أن يعذر الآخر في مثل تلك الإختلافات التكميلية،

الفرق الثاني
أثناء الحوار، الرجل يفكر بطريقة تتابعية
بينما تفكر المرأة بطريقة حلزونية

مخ الرجل يفكر بطريقة متخصصة، حيث يستخدم الرجل جزءا متخصصا من أحد فصوص المخ للتفكير في أمر معين والتركيز عليه،

ولا يستطيع مخ الرجل إستخدام جزء آخر من المخ، حتى ينتهي من إستخدام الجزء الحالي في إنجاز المهمة الحالية، فلا يعمل إلا بجزء واحد فقط،

ولتمثيل ذلك، أقول أن مخ الرجل مثل دولاب به أدراج، في كل درج مهمة محددة، وحين يفتح الرجل درجا معينا، لا يستطيع فتح غيره،

بل يقوم أولا بإنهاء المهمة من الدرج المفتوح ثم يغلقه ثم يفتح غيره وهكذا، وذلك معناه أن مخ الرجل يفكر بطريقة تتابعية،

وبطريقة مختلفة عن ذلك، فإن مخ المرأة مثل الدولاب بدون أدراج، فهو دولاب مفتوحة أدراجه كلها (كله على بعضه)،

حيث تستطيع المرأة إستخدام أجزاء أكثر من فصوص مخها في نفس الوقت، لأداء مجموعة متنوعة من المهام، وتنتقل بسهولة بين تلك الأجزاء

فتستطيع الجمع والتنسيق بين العديد من المهام في وقت واحد، وذلك يعني أن مخ المرأة يفكر بطريقة حلزونية، من هنا إلى هناك ثم هناك وهكذا،

وبالتالي فعلى المرأة أن تتفهم تلك النقطة أثناء الحوار مع الرجل، بمعنى أن تركز في نقطة واحدة بعينها،

ولا تفتحي نقطة جديدة حتى يتم الإنتهاء من النقاش حول النقطة السابقة، ثم إفتحي النقطة الجديدة، وحاولي الربط بين جميع النقاط ربطا منطقيا،

كما أنه على الرجل أن يتفهم قدرة المرأة على القفز من نقطة إلى أخرى بمرونة أكثر منه، وأن يعيدها إلى النقطة الأولى بمرونة أيضا،

الفرق الثالث

أثناء الحوار، الرجل يفضل الكلمات الواضحة المجردة بينما تفضل المرأة الكلمات العامة

تبعا لإختلاف مخ الرجل عن مخ المرأة، فإنهما يستخدمان طريقة مختلفة عندما يذهبون إلى مكان جديد، أوعندما يصفون لأحد مكانا جديدا،

الرجل يميل إلى الوضوح والدقة في التعبير، ويستخدم الكلمات المجردة، والأمور المحددة القياسية، كما أن الرجل يتذكر الأرقام بشكل أفضل من المرأة،

فيقول مثلا هذا المكان إلى جهة الشمال، ثم بعد مائة متر إلى جهة اليمين، ثم خمسين مترا إلى اليمين، وهكذا،

والرجل لا يحب الكلمات العامة غير المحددة والتي لا يمكن قياسها (مثل: بعد مسافة طويلة أدخل يمين ثم بعد مسافة أقصر أدخل شمال)،

بينما المرأة تستخدم العلامات التي تُرى أو تُسمع، وتستخدم الأمور العامة غير القياسية غير المحددة، كما أن المرأة تتذكر الوجوه بشكل أفضل من الرجل

فتقول مثلا هذا المكان بجوار مدرسة، أو بجوار مطعم، أو بجوار محل ورود، أو بعد لوحة كبيرة مرسوم عليها كذا وكذا،

وتميل المرأة إلى التعبيرات التي فيها مبالغة، فتقول كان في الحادث سيارات كثيرة وتجمع ناس كثيروون، بينما الرجل لا يحب هذا التعميم،

وفي الحوار بين الرجل والمرأة، على المرأة أن تكون محددة في كلماتها كي تخاطب مركز المخ المحدد الذي يفكر به الرجل،

كما على الرجل أن يستخدم كلمات عامة كي يخاطب مراكز المخ التي تنتقل بينها المرأة بسهولة، ثم يذهب إلى المعلومة المحددة التي تخدم هذف الحوار،

مثال لحوار من إمرأة إلى رجل: أنصحك أن تمارس (١٠) دقائق من الرياضة كل يوم وذلك سوف يساعدك في إنقاص وزنك (٥) كجم في الشهر، مما يجعل جسمك رشيقا وتتمتع بصحة وعافية،

مثال لحوار من رجل إلى إمرأة: لو أردت أن يكون جسمك رشيقا وأن تتمتعين بصحة وعافية، أنصحك أن تمارسي (١٠) دقائق من الرياضة كل يوم وذلك سوف يساعدك في إنقاص وزنك (٥) كجم في الشهر،

لا حظ أن المرأة بدأت بالكلمات المحددة القياسية ثم ذهبت إلى كلمات عامة غير محددة، بينما الرجل قد فعل العكس، وذلك يجعل الحوار بينهما فعالا،

الفرق الرابع

أثناء الحوار: الرجل يركز تفكيره في مهمة واحدة بينما الزوجة توزع إهتماماتها

الرجل يستطيع أن يركز تفكيره في مهمة واحدة ومحددة، ويصرف إنتباهه لتلك المهمة ولمدة طويلة دون تعب أو ملل،

فنجد الرجل مثلا يتابع مباراة كرة قدم، والتحليل قبلها، والتحليل بعدها، وينهمك في المتابعة وكأنه أحد المساهمين في النادي، دون ملل،

أو ينهمك في عمله في البيت على اللابتوب، ولا يود إزعاجا من أي أحد، وينهمك كأن هذا آخر عمل له في الدنيا،

بينما المرأة تستطيع توزيع إهتماماتها بين أنشطة متعددة في نفس الوقت، فتستطيع أن تتابع عملية الطبخ، وتهتم أيضا بطفلها،

أو تتابع برنامجا وهى تجهز الخضار للطبخ، أو تتكلم في الهاتف مع جارتها أوصديقتها، وهكذا تستطيع التنسيق بين أنشطة مختلفة،

ولذلك فلابد للمرأة أن تتفهم أن الرجل لا يحسن الخروج من المهمة التي هو فيها والدخول في غيرها بسهولة، بل يحتاج إلى فترة زمنية للفصل بينهما،

ولذلك أنصح أثناء الحوار، بعد الإنتهاء من نقطة معينة، خاصة لو كانت نقطة إستدعت نقاشا طويلا نسبيا، أن يتم أخذ فاصل لعدد من الدقائق،

كما أنصح المرأة أن لا تقتحم على الرجل المهمة التي هو منهمك فيها، بل عليها أن تنتظر حتى يفرغ منها ثم أن تطلب منه الدخول في مهمة أخرى،

بينما أنت أيها الرجل، يمكنك أن تلاعب المرأة وأن تنعش طريقة تفكيرها أثناء الحوار، بالخروج من نقطة بشكل مفاجيء والدخول في نقطة قصيرة، ثم العودة مرة أخرى إلى النقطة الرئيسية،

لو فرضنا مثلا أن زوجا يحاور زوجته حول ميزانية البيت، فيمكن للزوج، وبدون سابق إنذار، وبينما النقاش قد إحتدم بينهما حول تفاصيل الميزانية،

يمكن له أن يبتسم إبتسامة جميلة، وأن يفاجئها بقوله، تعرفي إنك وحشتيني، ثم يقبلها قبلة دافئة على جبينها،

وبذلك يخرجها من حالة التركيز الطويل في موضوع معين، حيث أن ذلك يعتبر أمرا مملا بالنسة لها،

وهكذا كلما شعر أنها قد ملت من التركيز في أمر، يفاجئها بالخروج إلى نقطة أخرى، خروجا سريعا، ثم نعود مرة أخرى (فاصل ونواصل)،

الفرق الخامس

أثناء الحوار، الرجل يصرف كل إنتباهه نحو مثير معين بينما الزوجة تنتبه لأكثر من مثير

الرجل أثناء الحوار يركز كل إنتباهه نحو مثير معين، ولا يحسن الإستجابة لمثير آخر وهو مشغول بمثير معين،

وقد يكون تركيزه نحو مثير معين تركيزا إيجابيا أو تركيزا سلبيا، فمثلا قد يركز على أمر جميل ويمدحه ويبالغ في مدحه،

وعلى العكس من ذلك، قد يترك كل شيء جميل ويركز على تقصير معين، ويذمه ويبالغ في ذمه،

وعلى العكس من ذلك، فإن المرأة تستطيع أن تستجيب لمثير معين دون غيره، حتى وهى مشغولة بمثير آخر،

فنجد المرأة مثلا تستطيع سماع صوت طفلها دون غيره من الأصوات، مهما كانت مشغولة في عمل ما أو في متابعة برنامج مثلا،

بينما يظل الرجل متابعا للبرنامج، ولا يستطيع تمييز صوت الطفل بسهولة، ويصرف كل إنتباهه نحو البرنامج (مثير معين)،

وهنا يجب على المرأة أن تفهم أن تلك هى طريقة تفكير الرجل، وليس تقصيرا منه أو عدم إهتمام،

وبالتالي عليها أن تعذره، وأن لا تقتحم عليه تركيزه، وأن تصبر حتى ينصرف عن تركيزه في ذلك المثير،

كما يجب على الرجل أن يقدر أن المرأة تتشت إذا كثرت المثيرات من حولها، ولذلك يجب تهيئة الهدوء للحوار،

ويجب على كل من الرجل والمرأة أن يجعلا من تلك الفروق أسبابا للتكامل بينهما وليس أسبابا للخلافات،

وعلى كل منهما أن يتفهم إختلاف الطرف الآخر، وأن يتكيف مع ذلك الإختلاف، وأن يركز على مناطق الإرتياح (Confort Zone) المشتركة بينهما،

الفرق السادس

أثناء الحوار، فإن الرجل والمرأة

كلاهما متقاربان في درجة الذكاء

الرجل يملك عددا من خلايا المخ يزيد عن عدد خلايا مخ المرأة بحوالي (٤ %)، كما أن الرجل يملك كمية من نسيج المخ تزيد عن المرأة بحوالي (١٠٠ جرام)،

والعلماء يرجعون تلك الزيادة الكمية في مخ الرجل عن مخ المرأة، لأن بنية جسم الرجل وعضلاته أكبر من نظيرتها عند المرأة،

وعلى جانب آخر، فإن المرأة تملك ترابطا بين خلايا المخ (النسيج البيني) أكثر من الترابط بين خلايا مخ الرجل،

ورغم أن مخ المرأة أصغر حجما من مخ الرجل، إلا أن مخ المرأة يحتوي على تلافيف في الفصين الجبهي والجداري، أكثر من تلافيف مخ الرجل،

وجود هذه التلافيف يفسر لنا التقارب أو التماثل بين أداء الرجال والنساء في إختبارات الذكاء، لأن درجة الذكاء تعتمد على كثرة تلك التلافيف،

ونجد في مراحل الدراسة المختلفة، أنه لا توجد فروق كبيرة في التحصيل الدراسي بين الذكور والإناث، وقد تتفوق الإناث على الذكور، أو العكس،

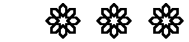
هذه النقطة هامة، حيث يجب على الرجال أن يحترموا ذكاء النساء وقدرتهن على إدارة المعلومات والإبتكار والإبداع، أثناء الحوار، وفي مجالات الحياة،

وهنا يجب أن أنوه إلى أن هناك فرق كبير بين معنى الذكاء ومعنى العقل، حتى لا يتم الخلط بين المعنيين،

فالذكاء في تعريفه البسيط هو القدرة على إدارة المعلومات، بينما العقل، هو هبة من الله تعالى، والعقل يمثل الحكمة والقدرة على إدارة المواقف،

يجب على الرجل أن يحترم قدرات الذكاء عند المرأة، وأن مساحة العاطفة عندها أكبر من مساحة العقل،

ويجب على المرأة أن تحترم قدرات الذكاء عند الرجل، وأن مساحة العقل عنده أكبر من مساحة العاطفة،



الفرق السابع

أثناء الحوار، الرجل أكثر تعقلا، وأقل عاطفة، بينما المرأة أكثر عاطفة وأكثر تحسساً

وجدت الدراسات أن حجم الجزء المسئول عن العواطف والمشاعر في مخ المرأة (مراكز العاطفة)، أكبر من نظيره في مخ الرجل،

ولذلك فإن المرأة أكثر عاطفة من الرجل، وأكثر تحسسا منه، وتؤثر فيها مؤثرات عاطفية رقيقة، قد يراها الرجل مؤثرات تافهة وسخيفة،

فتتأثر المرأة مثلا بوجود حيوان أليف رقيق في حياتها، أو بملمس دبدوب ناعم بين يديها، أو بمنظر وردة جميلة، أو رائحة عطر رقيق،

بينما الرجل قد يرى معظم أو كل تلك المثيرات، تافهة وسخيفة، ويجب أن لا نعطيها كل ذلك الإهتمام، وأن رد الفعل مبالغ فيه،

ولكن في المقابل فإن المرأة أكثر قابلية لتقلب الحالة المزاجية، وأكثر قابلية للغوص في المشاعر السلبية، والدخول في أعراض الإكتئاب،

ويحدث ذلك للمرأة خاصة قبل الدورة الشهرية، وبعد الولادة، وكذلك بعد إنقطاع الطمث (الوصول إلى سن اليأس)،

من هنا يجب أن يفهم الرجل أن المرأة أكثر عاطفة وأكثر حساسية وأكثر لهفة على مثيرات قد يراها هو تافهة وسخيفة،

وعلى المرأة أيضا أن تتفهم أن الرجل أكثر تعقلا وليس من الضروري أن يعطي نفس ردود الأفعال التي تتوقعها المرأة للمثيرات التي تثير عاطفتها،

ليس ذلك بسبب غلظة في قلبه، أو جفاء في سلوكه، وإنما لأن حجم الجزء المسئول عن العواطف والمشاعر في مخ الرجل أصغر منه عند المرأة،

على الرجل أن يحضر ويجهز المثيرات التي تراها المرأة جميلة، حتى وإن كان يراها هو سخيفة، فإن ذلك يعدل كثيرا من حالتها المزاجية،

كذلك على المرأة أن تتوقع أن ردود أفعال الرجل تجاه تلك المثيرات لن تكون مماثلة لردود أفعالها تجاه نفس المثيرات،

الحوار الجذاب يحتاج إلى درجة كبيرة من المرونة والقدرة على تفهم كتالوج الآخرين،

الفرق الثامن

مخ الرجل

يتأخر عن مخ المرأة في التطور العاطفي

أكدت الدراسات أن التطور في الجزء المسئول عن العواطف والمشاعر في مخ المرأة (مراكز العاطفة)، يتطور جدا عند سن السابعة عشر،

بينما الرجل في تلك المرحلة العمرية، يكون أقل تطورا في الجانب العاطفي، ويكون مشغولا بأمور أخرى مثل لعب الكرة والخروج مع أصدقائه وغير ذلك،

وهذا أمر نلاحظه جميعا من حولنا، ففي سن السابعة عشر، تكون الفتاة قد أخذت المظهر الخارجي للأنثى كاملة الأنوثة تقريبا،

وتبدأ سلوكياتها تتغير في إتجاه سلوكيات الفتاة التي تبحث عن فارس أحلامها، ويتكلم الناس من حولها عن فرص الخطوبة والزواج،

بينما الشاب في السابعة عشر من عمره يركز على تفاعله الإجتماعي، مثل اللعب مع الأصدقاء، والسهرات والخروج، وفعل بعض الأمور الجريئة،

ولا يفكر في الأنثي من منظور الإرتباط الجاد، بل من منظور قضاء وقت جميل، وجذب إنتباه الأنثى، على أنه ذكر مميز بين أقرانه،

ولذلك فإن المرأة أكثر عاطفة من الرجل، وهذه ميزة تجعل المرأة أقدر على إحتواء الأمور عاطفيا، بشرط أن تتحلى بصفات أنوثتها،

بينما حين تتخلى المرأة عن صفات أنوثتها (الأسلحة الناعمة)، وتجاري الرجل في صفاته، مثل الغضب والعصبية وغيرها، تحدث خلافات نارية،

وعلى المرأة أن تحسن توظيف ميزاتها العاطفية في القدرة على إحتواء الرجل أثناء الحوار، والبعد عن مظاهر الغضب والإكتئاب،

وعلى الرجل أن يحترم ميول المرأة العاطفية، وأن يستخدم التعبيرات العاطفية والكلمات الحانية أثناء حواره معها،

الفرق التاسع

المرأة تسبق الرجل في مهارات التعبير عن الأفكار

أظهرت الدراسات أن المرأة تسبق الرجل في مهارات اللغة والقدرة على التعبير عن الأفكار، بحوالي ست سنوات،

كما أن الفتاة تسبق الفتى في المهارات الدقيقة (مثل مهارات الحياكة ومهارات كى الملابس ومهارات المقارنة بين الأسعار)، بحوالي ست سنوات،

وذلك يجعل المرأة أكثر قدرة على التعبير عن أفكارها وعواطفها ومشاعرها عن الرجل، كما أنها أكثر قدرة على التعبير عن رغباتها وشكواها،

في الجهة المقابلة، فإن الفتى يسبق الفتاة في مهارات إصابة الهدف وفي قوة الذاكرة المجسمة، ولذلك يحسن التعامل مع الأرقام والقياسات،

وبالتالي فإن قدرة المرأة على التعبير عن الأفكار والعواطف والمشاعر والرغبات والشكوى أكبر منها عند الرجل،

وهنا أقول للمرأة، بادري أنتي بالتعبير عن أفكارك وعواطفك، وليس من الضروري أن تنتظري قدرا مماثلا من التعبير من الرجل،

وأقول أيضا للرجل، قم بمجاراة المرأة في تعبيرها عن أفكارها وعن مشاعرها وعواطفها، ولا تقابل ذلك بردود أفعال باردة، أو سخيفة،

الفرق العاشر

أثناء الحوار، الرجل يركز تفكيره على التقدير

بينما المرأة تركز تفكيرها على الأمان

الرجل يركز تفكيره على تقدير المرأة له، وأن يشعر أنها تقدره وتحترمه ولا تقارنه بغيره، وأنها في حاجة لازمة له،

بينما المرأة تهتم بكل ما يعطيها الشعور بالأمان في كنف هذا الرجل، وتهتم بكل سبب ينمي لديها هذا الشعور،

وفي حالة الزوج والزوجة، فإن الرجل حين يتزوج من المرأة التي يحبها، أو حتى حين يتزوج زواجا تقليديا ثم يحب زوجته من خلال العشرة،

فإن زوجته التي أحبها تصبح جزءا هاما في حياته، ضمن أمور أخرى هامة في حياته، حتى وإن كان لها الأولوية،

ولا أقصد هنا أن قدر الزوجة قليل عند الزوج، ولكني أقصد أن مخ الزوج وتفكيره مشغول بالعديد من الأمور الهامة الأخرى،

مثل العمل وإشباع إحتياجات الأسرة، وتربية الأولاد ومشاكلهم، وحماية الأسرة والإبقاء على كيانها، وماذا ستفعل هذه الأسرة لو حدث له مكروه،

الرجل هنا يفكر من منطلق تحمله للمسئولية، حيث تدور في مخه وبين خلجات تفكيره العديد من المسئوليات الحاضرة والمستقبلية، بل والماضية أحيانا،

على الجانب الآخر، إذا تزوجت المرأة ممن تحب، أو لو أحبت زوجها بعد الزواج، يصبح زوجها هو أهم شيء في حياتها، (أقصد الزوجة الأصيلة)،

وحين تشعر بالأمان معه، تدور حياتها حول زوجها ويصبح هو النقطة المركزية في حياتها، وتنام بملء جفونها، بينما الزوج مهموم بمسئولياته،

ولذلك يجب على الزوجة الأصيلة أن تراعي ما يحيط بزوجها من مسئوليات، وأن تدعمه في تحملها وإدارتها، وأن تكون عونا له وليس عبئا عليه،