لديك موهبة

أقلّتني سيارة أجرة على أمل الانتقال سريعاً من أحد جانبي رود آيلند إلى الجانب الآخر. خلال المسافة التي استغرقت ثلاثين دقيقة، دار حديث عفوي بيني وبين سائق السيارة وسرعان ما اكتشفت أنه لا يختلف شيئاً عن كثير من الرجال الذين أعرفهم - كان بارع التصرف حيال تعقيدات الحياة بصفة عامة، لكنه لم يكن يشعر بالأمان ويشعر بالإحباط في حياته الزوجية.

في أول الأمر، حدثني باعتزاز وفخر عن سيارته. كان ينوي استبدال بوق السيارة بسبب الماء الذي تسرب إليه. وتحدث عن إصلاح جهاز نقل السرعة وعن تمكنه من إبرام صفقة مربحة. لقد دفع 1500 دولار أجور إصلاحات سيارته البويك التي قطع فيها حوالي 300000 ميل!

وسرعان ما تحول الحديث إلى الأسرة (ربما لأني لا أستطيع أن أمنع نفسي من سؤال الناس: «أنت متزوج، إذاً؟»). قال لي سائق السيارة بأن لديه ابنين اثنين وأنه متزوج منذ عشرين سنة. وبعد أن انتهى من تبجحه فيما يخص محادثتنا السابقة، اعترف أنه انفصل عن زوجته قبل سنتين.

قال وهو يتنهد بشكل يكشف عن إحباطه واستسلامه: «لا أستطيع أنا وزوجتي الاتفاق حول طريقة تربية الطفلين. لم أكن أريد الانفصال لأني أعتقد أنه وسيلة الجبان». ثم أضاف بسرعة: «لكني لم أعرف كيف أحسّن الوضع».

في عملي كطبيب نفسي، أنا هو الطرف الذي يتقاضى أتعاب الأوقات التي أقضيها مع المريض. أما في هذه الجلسة المرتجلة فقد كنت أنا الذي أدفع الأتعاب عن وقت السائق. وقبل وصولنا إلى الجانب الآخر من رود آيلند، كان لدي شيء مهمّ أقوله لهذا الرجل. هذا ما قلته له باختصار:

أنت رجل مبدع تتمتع بموهبة رائعة في إصلاح الأشياء. فإذا حدث أي عطل في سيارتك فإنك تعرف كيف تصلحه. فإذا تعذر عليك ذلك، فإنك تلجأ إلى من يعرف كيف يصلحه. لقد حافظت على سيارتك في الوقت الذي كان معظم أصحاب السيارات يرسلونها إلى مقبرة السيارات. إن لديك شعوراً صادقاً بالالتزام وموهبة في إصلاح الأشياء. ما الذي يجعلك تظن أنك لا تستطيع استخدام هذه الصفات الرائعة ذاتها لإنقاذ حياتك الزوجية؟

بعد انتهاء رحلتي (كلفتني 60 دولاراً!) وانتهاء خطبتي، ظهرت الدهشة على وجه السائق، لكنه كان يشعر بالارتياح، حيث قال: «لم أسمع مثل هذا الكلام من قبل. شكراً يا دكتور».

بقيت مدة طويلة أفكر بهذه المحادثة وبالعديد من المناقشات المماثلة التي كان تدور بيني وبين مرضاي وزملائي. من الواضح لكل من يدرس سلوك الذكور أن الرجال يتمتعون بمهارات فائقة في المبيعات والميكانيك والسياسة والطب والمال والبناء وفي مجالات عديدة أخرى. لذا فقد كنت أتساءل: لماذا يستسلم الرجال إلى قدرهم ويتصرفون تصرف اليائس ويستسلمون، عندما يتعلق الأمر بمشكلات في العلاقات الزوجية؟ بعد تفكير ودراسة مستفيضين أظن أني أعرف الجواب.

لقد دأب الرجال منذ زمن طويل على سماع ما يقال عنهم بأنهم لا يتمتعون بالكفاءة في مجال العلاقات الزوجية. لعل هذا هو ما سمعته

أنت ولعل هذا هو ما تعتقد به. وأقول لك الآن بكل صراحة ووضوح إن هذا غير صحيح. فأنت **لديك الكفاءة**. لدي وقت أكثر بقليل من الوقت الذي أمضيته مع سائق سيارة الأجرة. لنتحدث **عنك أنت** قليلاً؛ إذاً.

من المؤكد أنني إذا سألت زوجتك فإنها ستقول بأنك لا تسهم بقدر إسهامها هي في إنجاح حياتكما الزوجية. استمع إلى امرأتين تتحادثان وسوف تسمع على الأغلب أنهما تسخران من فشل زوجيهما. إن معظم النساء يتحدثن صراحة عن «حقيقة» أن أزواجهن لا يوفون بما ترتبه عليهم صفقة الزواج لأنهم ببساطة لا يبلغون مستويات النساء.

ولنطرح السؤال التالي: من الذي يحدد ما يجب أن تكون عليه تلك المعايير؟ أعتقد اعتقاداً جازماً بأن إصبع الاتهام في مسألة الحياة الزوجية التعيسة والمتداعية يشير إلى الرجل بسبب التوقعات غير الواقعية والتي لا يمكن تحقيقها. وأنا أول من يعترف بأن الرجال يتحملون أيضاً قسطاً من اللوم ولدي بعض الأفكار بشأن كيف يمكننا، نحن الرجال، أن نسهم على نحو أفضل في مهمة بناء علاقات زوجية أكثر متانة. ولكن يجب علينا أولاً أن نتجاوز الفكرة القائلة بأنه من أجل تحقيق زواج ناجح فإنه يتعين على الرجال أن يكونوا شيئاً مختلفاً عما هم عليه. نعم يمكنك النجاح في زواجك وأن تظل مع ذلك رجلاً.

SecretsofMarriedMen.com

أعتقد أن الرجال والنساء يرون أشياء مختلفة في التجارب ذاتها. وكلما ازدادت علاقتنا الحميمة، أصبحت تلك الطرق المختلفة في رؤية الأشياء ذات أهمية كبيرة. ولسوء الحظ أني وجدت أن الاختلافات في إدراك الأمور تؤدي إلى إفساد التفاعلات في كثير من الأوقات.

- نيد، السن 45، متزوج منذ 11 سنة.

رجل وسائل الإعلام

من أين تأتي صورة الرجل «النموذجي»؟ انظر إلى شاشة التلفاز فتجده أمامك. في أي ليلة، وعلى أي قناة، سوف ترى أزواجاً في المسلسلات الفكاهية لا يعرفون شيئاً عندما يتعلق الأمر بالزواج. وهم عادة غير حسني الهندام و لا يستطيعون اختيار ربطة العنق المناسبة للقميص، لكن زوجاتهم فائقات البهاء! هذه المشاهد الكاريكاتورية تظهر في كل حلقة لأنهم رجال - رجال غير مرنين وأنانيون ويفتقرون إلى بعد النظر ومستبدون، ولابد من إذلالهم حتى يتصرفوا بشكل لائق. ويقتصر دور الزوجات في هذه المسلسلات على رصد النواقص الزوجية التي يحددها النوع الاجتماعي gender.

من الشائع في ثقافة اليوم السخرية من الرجل سيئ الطالع الذي يهتم بأداة التحكم عن بعد أكثر من اهتمامه بزوجته. فرجال من أمثال هومرسيمسون، راي رومانو وجيم بيلوشي، وكثيرون غيرهم من الأزواج والآباء في المسلسلات يجدون دائماً من ينقذهم في شخص زوجاتهم الأكثر ذكاء ورقة إحساس واللواتي يعود الفضل إليهن في المحافظة على الحياة الزوجية. وحتى رالف كرامدن المتبجح لا تجد زوجته آليس صعوبة في تدجينه، فهي تعرف اللحظة المناسبة التي تعطيه ما يستحقه ومع ذلك فإنها تنال إطراءه بأنها أعظم النساء. والرسالة واضحة: إن رالف لا يسهم أبداً في إنجاح العلاقة بنفسه لأنه يفتقر كلياً إلى مهارات آليس في مجال العلاقات الزوجية.

كما أن أفلام هوليوود غير واقعية، ولكن من وجهة النظر الأخرى المعاكسة، فهي تصب أبطال الأفلام، من أجل كسب قلوب الفتيات، في قالب من رقة الإحساس والبديهة والرومانسية، وأيضاً.. في قالب يجعلهم أقرب إلى النساء منهم إلى الرجال. (هذه الصورة لم تكن توجد

في معظم أفلام منتصف القرن العشرين، حين كان يسمح لأمثال جون وين وكلارك غيبل أن يكونوا رجالاً مكتملي الرجولة).

إني معجب بتوم هانكس كممثل. ولكن عندما أفكر بالدور الذي يلعبه تجاه ميغ ريان في مسلسل «لديك بريد»، فإني أتذكر الصورة المنحرفة للرجال وللمثل الأعلى الأنثوي للزواج الذي يعتنقه مجتمعنا. يلعب هانكس دور رجل الأعمال المتعجرف الذي تهدد سلسلة متاجره بإفلاس متجر رايان الغريب. ويتواصل الاثنان عبر الإنترنت دون أن يعرف أحدهما الآخر. وهو متعجرف إلى درجة لا تحتمل وذو خلق ذميم، إلى أن يحوله الحب إلى رجل حساس ومنكر للذات - والخلاصة، إنه أصبح صيداً رائعاً. هذا الفيلم، كغيره من هذا النوع من الأفلام يعرض مثالاً كلاسيكياً للطريقة التي تنشر فيها هوليوود وتثبت معياراً لسلوك الرجل في علاقته بزوجته، وهي صورة مستقاة كلياً من وجهة نظر المرأة.

عندما ينتهي الزوجان من مشاهدة ذلك الفيلم، فإنك تكاد ترى ما يدور برأسيهما. فهي تقول في نفسها: «يا إلهي، لقد أحببت هذا الفيلم والطريقة التي وقع فيها هنكس في الحب جعلته أكثر «إنسانية». أما هو فيقول: «إذا أسرعنا، فيمكنني اللحاق بالمباراة بين فريقي تيكس وكلينكس».

لكن تظل رسالة يتردد صداها في رأسه وفحواها: «لو كنت مثل توم هانكس، لكانت حياتي الزوجية أسعد مما هي عليه الآن». لكنا، نحن الرجال، لسنا جميعاً مثل توم هنكس. إنه معيار سخيف. وأراهن بأن توم هانكس الحقيقي ليس توم هانكس الفيلم.

صه!

SecretsofMarriedMen.com

إن الرجال والنساء لا يتواصلون بنفس المستوى. كم وكم حدث خلال الخمس سنوات المنصرمة أن حاولت أن أتحدث عن أشياء ذات أهمية في الوقت الذي يجلس فيه زوجي بهدوء وهو يفكر، أو يحتسي القهوة أو يقوم بأي شيء آخر، ولا أحصل على رد فعل من جانبه. ذلك جعلني أعتقد بأنه يتجاهلني وأني إنما أتحدث إلى جدار. غير أني تعلمت أن دماغينا لا يعملان بنفس الطريقة. إن تكوين كل منا مختلف عن الآخر. لهذا، فإن الصبر هو مفتاح ذو أهمية كبيرة في الزواج.

- نتالي، 23 سنة، متزوجة منذ 5 سنوات.

لا عجب أننا نفشل

عندما نفحص كيف ترسم هوليوود صورة العلاقات الرومانسية، نتساءل عن أي حقيقة نتحدث؟ إن تينسل تاون ووسائل الإعلام يبثان بصفة عامة معايير جد أنثوية عن العلاقات الرومانسية الجاهزة والتي يتم تسويقها لتناسب مشاعر النساء وتوقعاتهن. وبعبارة أخرى، فإنها تضفي طابع الأبدية على التوقعات التي يكاد تحقيقها يكون من المتعذر على الرجال. فلا عجب أننا نفشل.

وعندما نفشل، إلى أين يشير إصبع اللوم؟ تقول الحكمة السائدة بأنه عندما يتباعد الزوجان، يكون الرجال هم الملومين، كما أكد الكاتب جاك كامر في استقصاء لطلابه الجامعيين. وعندما جوبه الطلاب بالإحصائيات التي تقول بأن 75 بالمائة من النساء هن اللواتي يبادرن إلى الطلاق، خلص الطلاب إلى أن الرجل هو المخطئ. وعندما أعطوا الإحصائيات العكسية (المزيفة) بأن 75 بالمائة من حوادث الطلاق هي من صنع الرجال، فقد ظل الطلاب يصوتون بأن ذلك لابد أن يكون خطأ الرجال.

من الواضح أننا لا نستطيع الفوز. فعندما يتعلق الأمر بالعواطف فإن الذكور نادراً ما ينالون التعاطف - حتى في شبابهم. حاولت دراسة كلاسيكية القيام بتجربة شائقة لملاحظة الكيفية التي ينظر فيها الكبار إلى الأطفال الرضع استناداً إلى نوعهم الاجتماعي gender فحسب. في هذه الدراسة، شاهد الأبوان في فيلم فيديو رد فعل طفل عمره تسعة أشهر على لعبة مروعة لعفريت اللعبة Jack-in-the-box قيل للبعض بأنهم يشاهدون «دانا» وقيل لآخرين إنهم يشاهدون «ديفيد»، مع أنه كان ذات الطفل في كلتا الحالتين. وقد فسرت الأكثرية رد الفعل المروع للطفل إزاء لعبة عفريت اللعبة بأنه رد فعل «غضب» عندما ظنوا أن الطفل «صبي» وأنه رد فعل «خوف» عندما ظنوا أنه «بنت». فحتى حين يتعلق الأمر بأطفال في سن التسعة أشهر يفترض الناس بأن الإناث بحاجة إلى الحماية والرعاية وأن الذكور بحاجة إلى التدجين والصيد بالحبل[1].

أمام هذا الشيء الكثير ضدنا، من السهل أن يكون رد فعلنا مثل رد فعل سائق سيارة الأجرة الذي ركبت معه: نرفع أيدينا في الهواء ونقول: «حسناً، لك الغلبة. أنا لا أستطيع أن أكون الزوج الذي تريدينه. ولكن مهلاً. من المحتمل أننا إذا أقلعنا عن محاولة تحقيق التوقعات المستحيلة، فقد نكون في وضع أفضل يمكننا أن نكون صادقين مع أنفسنا ونظل مع ذلك أزواجاً صالحين.

SecretsofMarriedMen.com

يجب أن لا تتوقع الزوجات الكثير من المظاهر العاطفية من أزواجهن. إن هرمون تيستوستيرون يتحكم بالطريقة التي يشعر فيها الرجل. وما لم يكن الأمر يتعلق بشعور بالعدوان (الذي يمكن للرجال أن يشعروا به بل يشعرون به في الواقع)، فإن الرجال لا يرغبون عادة في الحديث عن المشاعر حتى إذا كان الزواج في حالة جيدة وحيوية وتنطوي على مراعاة شعور الزوجة. إنهم ببساطة مختلفون عنا.

- **كريستين، متزوجة منذ 28 سنة.**

الرجال والنساء مختلفون

في ستينيات وسبعينيات القرن العشرين فتحت حركة تحرير المرأة في أمريكا عيوننا لرؤية التحيز الثقافي ضد المرأة. فلم تعد الإناث يرضين بأن لا يكنّ أكثر من مجرد زينة ترنو إليهن الأبصار المعجبة إلى جوار أزواجهن. وشاعت الرسالة في أنحاء البلاد. الرجال والنساء متساوون.

ومع أن المكاسب الإيجابية الدائمة لهذه الحركة لا يمكن تذكرها في أماكن العمل وفي مجال الحقوق المدنية وفي المحاكم وفي البيوت، إلا أن المناضلات كُنّ ولم يزلن يعملن من منطلقات خاطئة. من المؤكد أنه يجب اعتبار المرأة مساوية للرجل لكن المرأة ليست طبق الأصل من الرجل. فثمة فروق بيولوجية في تكويننا العقلي والمادي لا يمكن إنكارها أو تجاهلها في سعينا لفهم بعضنا بعضا.

لجعل حياتك الزوجية شيئاً متميزاً دون التخلي عن جوهرك، من الأهمية بمكان إدراك أن بعض نواقصك المزعومة كزوج ليست في كثير من الأحيان نواقص على الإطلاق، بل هي مجرد كونك أنت وزوجتك لا تفكران وتشعران بنفس الطريقة.

لتشريح الجوانب التي يختلف فيها الذكور عن الإناث من الناحية البيولوجية، فإننا نبدأ بمركز الشخصية، أي الدماغ. يتكون الدماغ من فلقتين، اليسارية واليمينية. إن معظم الناس، حتى العسراويين، يخضعون لسيطرة الدماغ الأيسر. فالدماغ الأيسر يقترن بالفكر الخطّي والتتابعي؛ إنه ذلك الجزء من الدماغ الذي يجمع الأشياء مع بعضها قطعة قطعة. والدماغ الأيسر هو ذلك الجزء من الدماغ الذي يسيطر على فهم الكلام ونطقه. فعندما يحلل الشخص الكلام كلمة كلمة لتحديد المعنى، فإنه يستخدم الدماغ الأيسر.

وبخلاف الدماغ الأيسر، نجد أن الدماغ الأيمن أكثر قدرة على المعرفة الحدسية والكليّة. فهو يتجاهل الأجزاء ويرى الكلّ. فعندما تحل مشكلاتك من خلال الشعور الحدسي الباطني والاندفاعي، فإنك تستخدم دماغك الأيمن. إنه أيضاً ذلك الجزء من الدماغ الذي يحوي مهارات مثل قراءة الخرائط وقراءة التعابير.

جميع الأدمغة تتضمن الفلقتين والألياف التي تصل الواحدة بالأخرى. لكن ليس كل الأدمغة متشابهة من جميع الجوانب؛ وإلا لكنا جميعاً نفكر ونتصرف مثل بعضنا بعضا. لقد أظهرت الدراسات العلمية الحديثة أن الأدمغة لا تختلف من فرد لآخر فحسب، بل أيضاً يوجد اختلافات عميقة في تطور دماغ الذكور ودماغ الإناث. فيما يلي بعض ما تم التوصل إليه:

- حتى قبل ولادة الطفل لوحظ وجود فروق واضحة في أدمغة الجنسين. عندما يكون عمر الطفل في الرحم ستة أسابيع يحصل دماغ الذكر على كمية كبيرة من هرمون التيستوستيرون الذكري، الذي يغير الدماغ تغييراً دائماً ويحدد هويته الجنسية.
- يعتقد بعض العلماء أن فهمنا المبكر لأدوار النوع الاجتماعي المذكر والمؤنث هو فهم فطري، ينجم عن كون الذكور يتعرضون، وهم في الرحم، إلى مستويات أعلى من الأندروجين ndrogen والإناث إلى مستويات أعلى من الاستروجين estrogens ويستند الاعتقاد بأن هذا يؤثر على أدوار النوع الاجتماعي gender إلى أبحاث أجريت على توائم من الجنس المتقابلين الذين يحصلون بالطبع على كل من هرمونات الأندروجين والأستروجين. في هذه الحالات، يميل الذكر إلى أن يحصل على الصفات الأنثوية (مستويات أدنى من النشاط، ارتفاع الصوت، الثقة بالنفس، الشدة، والأنانية) أكثر من أقرانه من

الذكور، ويظهر على التوأمين الأنثويين صفات ذكورية (قدرات فراغية ورياضية وسيطرة زائدة وسلوك يسعى إلى الحصول على الإحساسات) أكثر من القرينات من الإناث. ويعتقد الباحثون أن هذه النتائج ناجمة عن انتقال هرمونات الأندروجين والاستروجين من جنين لآخر. هذا الاكتشاف يدعم أولئك الذين يعتقدون أن بعض الفروق على الأقل بين الذكور والإناث تنجم عن التعرض للهرمونات في الرحم وليس بسبب التكييف الاجتماعي وحده.

- إن دماغ الذكور أكبر بنسبة 10 بالمائة من دماغ الإناث. وإن جزءاً كبيراً من هذه الكتلة هو مادة بيضاء. وهي المادة التي تغلف الخلايا العصبية. وخلافاً للرجال، نجد أن لدى النساء نسبة أعلى من المادة السنجابية (الرمادية) – وهي المصدر الفعلي لنشاط الدماغ.
- تتضمن القشرة الدماغية خلايا عصبية تتحكم بالذكاء والذاكرة وتفسر المدخلات الحسية. هذه المنطقة أكثر سماكة عند الذكور في جزء محدد واحد من الجانب الأيمن للدماغ: المنطقة المقترنة بالمهارات الفراغية، مثل القياس، التصميم الميكانيكي، إدراك الاتجاه، قراءة الخرائط، والتعامل مع الكتل أو الأشياء الأخرى. هذه مهارات يتفوق فيها الذكور في حياتهم.
- وبخلاف ذلك، تتمتع النساء بنطاق أوسع من عمليات الدماغ الكلامية. تظهر الصور التي تمسح الدماغ التي تظهر كيف نستخدم أدمغتنا أن النساء يستخدمن مناطق متعددة من أدمغتهن، في الجانب الأيسر والأيمن، من أجل معالجة الكلام. أما الرجال فإنهم لا يستخدمون إلا منطقتين، كلتاهما في الدماغ الأيسر. في اختبارات للقدرة الكلامية، أظهرت الدراسات المتوالية تفوق النساء.
- إن أجزاء من خدمة الألياف الموصلة، أكبر لدى النساء. وكما سنرى في فصول لاحقة، قد تعزز الممرات الأكثر تطوراً في نصفي الدماغ

قدرة الإناث على تحقيق التكامل بين المعلومات من الدماغ المنطقي (الأيسر) والدماغ الحدسي (الأيمن).

وتسمح للنساء باستخدام جزأي الدماغ عند معالجة المعلومات[2].

لا يزال يوجد الكثيرون الذين يزعمون بأن قدرات الذكور الأرقى المنبعثة عن الدماغ الأيمن إنما ينميها المعلمون والآباء الذين يدلون المزيد من الاهتمام والثناء للذكور عندما يزاولون تلك المهارات، لكننا لا يمكن أن نتجاهل الأدلة القوية بأن مهارات الذكور الفراغية المتقدمة هي فطرية. عندما يتعامل الرجال مع مهام بصرية - فراغية، نجد أن مستويات التيستوستيرون ترتفع - ويحصلون على نتائج أفضل، من نتائج النساء، وسطياً. ولعل هذا هو السبب الذي يجعل الرجال أكثر ميلاً للأعمال التي تنطوي على تميز بصري - فراغي، مثل أعمال الطيارين أو النجارين[3]، وربما مدربو كرة القدم... في معرض الحديث عن بيل بيليتشيك (الرجل الذي قاد فريقه إلى إحراز انتصارات خلال أربع سنوات)، ورد في مقال إخباري أن صديقه روب إينغراهام يشير مباشرة إلى إدراكه وتبصره. قال اينغراهام: «لعل أكثر ميزة غير معلنة عنده، لكنها ميزة تفسر أشياء كثيرة بالنسبة لي، هي فضوله الفطري. إن بيل يسعى لمعرفة الأشياء التي تؤدي إلى النجاح، وعند تطبيق ذلك على ولعه بالكرة البيضوية، فإن هذا يمتد ليشمل كل جانب من جوانب اللعبة. ما الذي يؤدي إلى نجاح هذه المعركة الخاطفة؟ وكيف تواجه هذه المعركة؟ وكيف تستطيع إخفاء هذه المعركة؟ وكيف يمكن تنويع هذه المعركة؟ بمن أستطيع الاتصال الليلة من أجل الحديث عن هذه المعركة؟... لا يبقى حجر لم يتم قلبه لأن فضوله يدفعه لأن يعرف كل شيء يستطيع الوصول إليه»[4]. هذا الدافع لمعرفة الأشياء التي تؤدي إلى النجاح، والتي يشترك فيها الكثيرون منا نحن الرجال من خلال

أدمغتنا اليمنى القوية، تنبئ عن قدراتنا الفطرية أكثر بكثير عن كل الأبحاث التي جرت هناك.

وكما بين الدكتور سامرز من جامعة هارفارد في ملاحظاته التي دار حولها الجدل، إن الأدلة الراجحة تدل بالفعل على أن الرجال مزودون بفص دماغي أيمن أكبر[5] وبكفاءة ميكانيكية أكثر فطرية. لكن هذا لا يعني أن النساء لا يتمتعن بمهاراتهن الخاصة المقترنة بالدماغ الأيمن. وقد تحدثت سابقاً عن كيف أن القدرة على التعبير بالكلام موجودة في الدماغ الأيسر. وبخلاف ذلك، فإن القدرة على تفسير العواطف وفهم الرسائل غير الكلامية موجودة في منطقة من الدماغ الأيمن (في معزل عن المراكز البصرية - الفراغية) حيث تتربع النساء على عرش التفوق في هذا المجال. لدراسة هذه الفروق، فإن الباحثين يعرضون على أشخاص الاختبار صوراً عن التعابير الكلاسيكية للخوف والسعادة والاستغراب والغضب والحزن ويراقبون ما يجري في أدمغتهم وهم يصفون ما يرون. يكون الذكور في أسوأ أوضاعهم في مرحلة المراهقة؛ ولم يتمكن المشاركون في الدراسة بشكل مستمر من معرفة ما إذا كان شخص ما يعبر عن الخوف. (لهذا يرى علماء الاجتماع أن الأولاد أكثر ميلاً للمشاكسة؛ فالأولاد لا يدركون متى يتجاوزون الحدود لأنهم لا يستطيعون قراءة الخوف في وجوه الناس). ولكن حتى في سن الرشد، نجد أن الرجال يجدون صعوبة أكثر في تمييز تعابير الوجه. وفي جميع الأحيان تقريباً، نجد أن النساء يسيطرن على التفسير[6]. أنا نفسي أعرف ذلك لأن زوجتي تميز انفعالاتي حتى قبل أن أعرف أنها تعتريني بزمن طويل.

يقول البعض بأننا نفشل في تهيئة النساء اجتماعياً ليكنّ أكثر سيطرة في مجال الدماغ الأيمن. قد يكون هذا صحيحاً، لكني لا أعتقد أن التهيئة الاجتماعية هي المسؤولة عن مادة الدماغ الأكبر في

نصف الدماغ الأيمن التي نجدها في جميع ذكور الحيوانات الرئيسة تقريباً. وقد اقترح علماء الأنثروبولوجيا والباحثون الاجتماعيون أن بعض هذه الفروق هي نتيجة لاختلافات في دور الجنس الاجتماعي في عصور ما قبل التاريخ، ولا تزال ترى في ثقافات الصيادين - الجامعيين القليلين الباقين. لقد كانت القدرة الفراغية الأكبر لدى الذكور لازمة من أجل بعثات الصيد الطويلة بعيداً عن الموئل (الكلام من شأنه أن يسبب فزع الفريسة وهربها). وقد استفادت النساء من قدرتهن الأفضل على استخدام الكلمات لتنسيق بحثهن عن النباتات والجذور التي تصلح للأكل؛ فتفاصيل المنطقة المباشرة المحيطة بمكان عيشها، بما في ذلك الأوضاع العاطفية، كانت ذات أهمية قصوى.

إني على قناعة بأن البيولوجيا هي القدر (فرويد قال ذلك أولاً، وليس أنا)، وعلينا إيلاء الاهتمام لهذه الفروق. بالنسبة لي، إن القشرة الخارجية العليا اليمنى للدماغ تزودني بالطريقة المثلى لفهم العالم من خلال مشكل الطبيعي. لكن المشكلة هي أن مراكز الكلام الأقل تطوراً عندي وكتلة الأعصاب الموصلة الأصغر يجعل من الصعب علي أن أتحدث عنه!.

تهمة ثابتة

إن بعض شكاوي الزوجات ضد أزواجهن تستند إلى الحق. فنحن، في واقع الأمر، مختلفون عنهن، وهذه الاختلافات قد تدفع بعض النساء إلى الجنون.

إن الجدل الدائر حول الوراثة والبيئة لن ينتهي إلى حل في أي وقت قريب. ولكن حين يتعلق الأمر بالكيفية التي يعيش فيها الأزواج مع الزوجات، فإني أرى أنه لا يوجد كبير فرق بين ما إذا كان تفضيل رجل البيت في أن يعبث بحاجيات البيت على شراء الأحذية ناجماً عن

طريقة تربيته أو عن الهرمون الذي تعرض له في الرحم. فواقع الأمر في الحالتين هو أنه يوجد طرق نموذجية لتصرف «الذكور».

وبالطبع ما لكل الرجال جميع خصائص هذا النوع النمطي، لكن ما يتبع هو فهمي لما تعلمه الباحثون بشأن السبب الذي يجعلنا نحن الرجال على ما نحن عليه. لا تعتبر هذه المعلومات كلاماً منزلاً ولكن كطريقة لمراقبة السلوك البشري للتوصل إلى فهم أفضل لمن نكون نحن كرجال. وبسبب من نكون، كثيراً ما تشتكي النساء بأننا لسنا مثلهن بدرجة أكثر من ذلك.

تقول النساء: الرجال لا يهتمون بإقامة علاقات اجتماعية حميمة

إن دور الرجال الاجتماعي لا يركز على تطوير العلاقات كهدف أولي؛ إن تحسين العلاقة هو وسيلة لتحقيق غاية. فعندما يجتمع رجلان مع بعضهما، فإنهما يقيمان سلسلة هرمية من التفاعل تستند إلى فوز واحد على الآخر. ولعل هذا هو نداء الغاب. كلنا رأينا في قناة الحيوانات كيف يتقاتل الأكباش من أجل السيطرة. فشيء من هذه الغريزة لا يزال حياً في الذكر البشري.

تقول باربارا تانين، مؤلفة «(المشكلة) هي أنك لا تفهم (الموضوع)»: «إن العنصر الأساسي للمنزلة [لدى الرجال] هو اللاتناظر: فالناس ليسوا متشابهين؛ فهم يحتلون مراكز مختلفة في كيان هرمي». وتبين أن هذا يختلف عن تركيبة عقل المرأة، حيث «العنصر الأساسي في الاتصال هو التناظر: الناس متشابهون، يشعرون بالقرب من بعضهم بعضا على قدم المساواة»[7]. هذا الاختلاف في تركيبة العقل يفسر السبب الذي يجعل قيام الرجل بتأسيس علاقة حميمة لمجرد الفرحة في القيام بذلك أقل احتمالاً. إذا كانت المرأة لا تفهم ذلك، فإنها على

الأغلب سترى أن زوجها مليء بالعيوب المميتة، بدلاً من أن يكون بحاجة إلى مساعدتها ليتعلم كيف أن إقامة علاقة حميمة معها سيعود عليه بالفائدة.

تقول النساء: إن الرجال ليسوا عاطفيين مثل النساء

حتى هذه النقطة، لقد تحدثنا عن القشرة الدماغية - وهي ذلك الجزء من الدماغ المقترن بالتفكير والتصرف. لكن الكثير من الدماغ البشري يعمل تلقائياً. فالجزء الداخلي من الدماغ لا يختلف كثيراً من حيوان ثديّ إلى ثديّ؛ فهو يتضمن المراكز التي تتحكم بالتنفس والحرارة والتوازن وتلك الأنشطة التي ينظر إليها بوصفها «غريزية». وفي عمق هذا القسم المركزي من الدماغ يوجد جزء بحجم اللوزة من الدماغ يسمى اللوزة. هذه اللوزة تختص بإقامة روابط عاطفية بأحداث الحياة. ومع أنها أكبر حجماً لدى الرجال، فإن هذه حالة لا يكون فيها الأكبر هو الأفضل. فاللوزة تقوم بعملية مسح للإشارات التي تدخل إلى الدماغ وتتخذ موقف الحرس الذي يكون مستعداً للإضاءة عندما يتعرف على ابتسامة تنم عن الودّ، أو أنه يرسل رسالة تحذير إذا أدرك وجود أي أخطار. فعندما تعمل اللوزة فإنها تفرز فيضاً من هرمونات التوتر في مجرى الدم. وهذا الفيض يقوم بإغلاق الجزء «المفكر من الدماغ، ويجمّد الجسم استعداداً لمواجهة الهجوم، ويهيئ مراكز الذاكرة للاحتفاظ بأي معلومات لازمة يتم الرجوع إليها في المستقبل».

تذكر هذا

الدماغ هو العضو الجنسي الأكبر

لقد أظهرت الأبحاث أن لوزات الرجال أكثر تفاعلاً من لوزات النساء عندما تتعرض إلى المثيرات الجنسية. تذكر أنه عندما ينشط هذا المركز الدماغي، فإنه يقوم بإغلاق الإجراء العملي الاعتيادي للجزء المفكر من الدماغ، ألا وهو القشرة الدماغية!

حتى هذه النقطة لا تختلف العمليات الفيزيولوجية بين الرجال والنساء، لكن أدمغتنا تختلف من نواحٍ مهمة عدة. تدل الدراسات على أن الإناث أكثر حساسية واستجابة للمؤثرات الاجتماعية، بما في ذلك إشارات الخطر، من الذكور. وهذا هو السبب الذي يجعل استجابتهن أكثر عمقاً لإشارات الخطر، لا سيما إذا صدرت عن وجه الرجل الغاضب.

هذا الاختلاف بين رد فعل الرجال الأقل استجابة لإشارات الخطر ونظام الإنذار الأكثر حساسية لدى النساء قد يكون أحد الأسباب الذي يفسر اعتقاد النساء بأننا لسنا عاطفيين مثلهن.

ويتمثل سبب آخر في أنه حتى عندما تكون ردود أفعالنا العاطفية لا تقل قوة عن ردود أفعال النساء، فإننا أقدر على إغلاق لوزاتنا وإعادة توجيه أنشطتنا الدماغية إلى القشرة الدماغية - أي المكان الذي يجري فيه التفكير المنطقي. قد يبدو هذا للنساء أنه برود عاطفي، لكنه بالنسبة للرجال طريقة للتأكد من أن عواطفنا لا تقف عقبة في وجه إنجاز ما يتعين علينا إنجازه.

قد يكون لدى الرجال أيضاً آليات لتخفيف حدة الأفكار المخيفة. لقد أظهرت عمليات المسح بالرنين المغناطيسي (الميرنان) أنه عندما يعطى الرجال مجموعتين من الكلمات، واحدة حيادية والأخرى مصممة لإثارة عاطفة سلبية حادة، فإنهم يعتمدون على أدمغتهم اليسارية ولا يميزون بين مجموعتي الكلمات. وهذا بخلاف النساء، حيث ينشط النصفان الأيمن والأيسر من الدماغ في استدعاء المجموعتين كلتيهما من الكلمات، ويتم تنشيط المراكز العاطفية عندما يتم استدعاء الكلمات العاطفية الحادة. وعلاوة على ذلك، فقد حصل لدى النساء (لا الرجال) ازدياد في تدفق الدم إلى منطقة الدماغ التي يتم فيها تخزين الذكريات عندما تم إطلاق العواطف السلبية. ويبدو أن النساء لا

يشعرن بألم عميق فقط من الكلمات، لكنهن يزرعن الكلمات المثيرة آنفة الذكر في ذاكرتهن... ويعلم الله إلى متى؟

هذا لا يعني أن الرجال لا يستطيعون الشعور أو لا يشعرون بالعواطف السلبية. بل لقد أظهرت الدراسات في الواقع أن لوزاتهم أكثر استجابة بكثير للحزن من لوزات النساء. لكن الرجال، بخلاف النساء، يغلقون اللوز للمحافظة على سيطرة القشرة الدماغية وبذلك فإنهم يظهرون دائماً بمظهر الواثق من النفس والمستقر عاطفياً8.

تقول النساء: الرجال ليسوا ربات بيوت ناجحات

كثير من الرجال يتفوقون في كثير من الأشياء. وتستطيع الغالبية العظمى منهم العناية بأطفالهم. وكثيرون يقومون بغسل الثياب. وكثيرون منهم يستطيعون المحافظة على ترتيب مجموعتهم من الأقراص المدمجة (CD)، ويصدحون بأغاني «آبي رود» حسب تسلسلها. فلم ينهار الكثيرون منا عندما نترك وحدنا لتدبير شؤون المنزل والاعتناء بالأطفال في ذلك اليوم؟

إذا كنت واحداً من أولئك الرجال الذين يحرقون طعام العشاء بينما يصرخ الطفل الرضيع مطالباً بتغيير فوطه، ثم تنسى كل شيء عندما يقرع جرس الباب ويطلب جارك آخر أخبار المباراة الكبيرة، فسوف تشعر بالسرور حين تعلم مرة أخرى أن سبب هذا الوضع المتسم بالفوضى قد يكمن في طريقة تنظيم دماغك.

تذكر أن كل دماغ يختلف من شخص لآخر، ولكن كما أوضحنا آنفاً، يوجد لدى النساء عموماً مادة رمادية في دماغهن أكثر من الرجال. وتتكون المادة الرمادية من خلايا عصبية تصل بين الخلايا العصبية الأخرى في تحريك المعلومات وتنقلها في الدماغ. وقد وجد

العلماء أنه لدى النساء، إلى جانب العدد الأكبر من هذه الخلايا المهمة، عدد من الاتصالات أكبر مما لدى الرجال. لا، لا يوجد صلة مباشرة بين عدد الوصلات العصبية والسهولة التي يستطيع فيها الشخص تلبية الطلبات العديدة في وقت واحد، لكن العلماء يظنون أن أحد الأسباب التي تجعل المرأة أكثر قدرة على ذلك هو وجود مناطق أكثر في دماغها تقوم بمعالجة المعلومات على الفور. إن دماغ المرأة هو أشبه ما يكون ببندقية سريعة الطلقات، في حين أن دماغ الرجل يشبه البندقية العادية. فهي ترسل العديد من الرسائل العصبية في كل ومضة بحيث أنها تستطيع على الأغلب إصابة عدة أهداف في نفس الوقت.

وقد يتمثل سبب آخر لتدني قدرة الرجال على التعامل بمهام عديدة مثل زوجاتهم في جسر الدماغ الذي تحدثت عنه آنفاً: "الجسم الجاسئ" (كتلة الألياف العصبية التي تصل بين الجسمين نصف الكرويين للدماغ). فعندما يكون نصف الدماغ الأيمن لدى الرجل المجهز تجهيزاً حسنا - المنطقة البصرية - المكانية - في أوج نشاطه، فمن الملاحظ أنه لا يتكلم. ذلك لأن النصف الأيمن من الدماغ بطيء في نقل المعلومات إلى النصف الأيسر حيث تكمن مراكز الكلام. إن أحد الأسباب التي تجعل

تذكر هذا

لسنا عبيداً للبيولوجيا

إن وظيفة الدماغ وتركيبته تفسر جزئياً سبب اختلاف تفكيرك عن تفكير زوجتك بشأن الكثير من الأشياء. على أنه من الأهمية بمكان أن نتذكر سأن الأساس البيولوجي لاختلاف البشر لا يفسر إلا جزءاً من هويتنا وكيفية سلوكنا. فبوسع النساء تعويد أنفسهن على حب الرياضيات، ويستطيع الرجال التكيف في تفسير العاطفة. صحيح أننا نحن نتأثر ببيولوجيتنا، لكنا لسنا عبيداً لها.

الرجال يغلقون مذياع السيارة عندما يكونوا ضائعين هو تخفيف التداخل بين النصف (الأيمن) من الدماغ الذي يقول: «إذا انحرفت إلى اليسار هنا، فهل أستطيع الدوران حول المبنى؟» والجانب (الأيسر) من الدماغ الذي يحاول تفكيك شيفرة الأغاني التي تصدر من المذياع.

تقول النساء: إن كل ما يفكر به الرجال هو الجنس

مما لا شك فيه أن الرجال والنساء مختلفون بيولوجياً في مجال الجنس. هذه الاختلافات تنبثق عن الاختلافات التي تستند إلى النوع الاجتماعي gender-based التي هي عبارة عن اختلافات في مستويات الهرمونات، وهي المواد الكيميائية التي يتم إنتاجها في أحد أجزاء الجسم وتجري في دمائنا لتصل إلى أعضاء أخرى، مسببة تغييرات في التوازن الدقيق لسلوكنا – ورغبتنا في الجنس. فهرمون التيستوستيرون testosterone هو الذي يلهب الرغبة.

يتم إنتاج التيستوستيرون في الخصيتين ثم يجري في الدم ليؤثر على كل عمل جميع أنظمة الأعضاء الأخرى تقريباً، من مستويات التيستوستيرون إلى قوة العضلات إلى وظيفة الدماغ. هذا الهرمون هو أحد الأسباب التي تجعل زوجتك محقة في قولها: فأنت بالفعل تفكر بالجنس أكثر منها – ذلك لأن كمية التيستوستيرون التي تجري في أجهزتك هي من عشرة إلى عشرين ضعف ما لديها، الأمر الذي يجعلك تفكر بالجنس وترغب فيه (معظم الوقت) أكثر منها.

ومع أن التيستوستيرون يسهم أيضاً في زيادة الميل إلى المنافسة وحتى العدوانية، ويؤثر على مستويات الطاقة والدوافع والبواعث، إلا أن أخصائيي الغدد يرون أن أثره على الدافع الجنسي هو الأقوى. ويقولون بأن لهذا علاقة بالسبب الذي يجعل الرجال المتزوجين، وغيرهم من الرجال الملتزمين بعلاقات عاطفية، يعملون على خفض التيستوستيرون بنسبة 20 بالمائة – كي لا يضلوا الطريق[9].

ثمة طرق عديدة جداً يؤثر فيها الدماغ وبعض المواد الكيميائية في الجسم على الطريقة التي يتصرفون فيها وطريقة نظرتهم إلى العالم. سوف ترى في فصول لاحقة كيف أن مستويات التيستوستيرون العالية تجعل الرجال أكثر عدوانية من النساء وأقل قدرة على تثبيت نظرة العين إلى العين. وسوف تعلم أن مستويات من هرمونات أخرى هي المسؤولة عن حاجتنا القوية للمبادرة في الدفاع بشجاعة عن بيوتنا وزوجاتنا (إضافة إلى رغبتنا في الابتعاد من حين لآخر عن المنزل). وسوف تعلم عن الأوكسيتوسين وهو هرمون وصل قوي يجيش عند الرجال في مرحلة هزة الجماع (وهو ما يبدد الخرافة التي مفادها أن الرجال لا يبحثون عن الرابطة العاطفية في عالم الجنس). سوف تدرك أن الرجال يختلفون عن النساء لكن هذا لا يجعلهم أزواجاً أو عشاقاً خائبين.

صه! SecretsofMarriedMen.com

بعد اثني عشر شهراً من المشاورات مع عالم نفسي وبعد قراءات واسعة النطاق، بدأت اشك بأن الرجال يفكرون بالفعل ويشعرون ويتصرفون ويدركون كثيراً من الأشياء بشكل مختلف جداً عن النساء، لا سيما تلك المتصلة بالعواطف والتفاعلات الجنسية! ولعل هذا تفسير جزئي دقيق بشكل خاص لبعض «التحديات» التي أواجهها أنا وزوجي في السنتين المنصرمتين. أعتقد أنه من المؤكد أن تتعلم الإناث الشيء الكثير عن نصفهن الآخر عبر إيلاء الاهتمام إلى الفوارق البيولوجية. كما أني أعتقد أن الأزواج (لا سيما زوجي) يمكن لهم التعامل مع المشكلة على نحو أفضل في علاقاتهم من خلال إدراك هذه الفوارق.

- بربارة، 44 سنة، متزوجة منذ 20 عاماً.

حان الوقت للتغيير

لقد قدمت لكم وصفاً لجزء كبير من الكمية الكبيرة من الأبحاث التي توضح بجلاء أننا نحن الرجال نختلف عن النساء وأننا تعرضنا لأحكام غير منصفة في حياتنا الزوجية. هل أنت مستعد للتصدي لهذا

الموقف؟ حسناً. ذلك لأنه مع أن هذا الكتاب يطعن في بعض المعايير غير الواقعية وغير المنصفة التي أعتقد أنه لا يمكن بلوغها، فإن هذا لا يعني أنه لا يسعك سوى الوقوف مكتوف اليدين ولا تفعل شيئاً.

كلا، إن الرجال ليسوا أبرياء في هذا المجال. وأنا لا أقوم بمجرد «التماس الأعذار» عن السلوك السيء أو الخاطئ. وعندما أقول إن تعريف الرومانسية والزواج تعريف وحيد الجانب، فإني لا أقول بالضرورة بأن لدى الرجال مفهوماً أكثر عقلانية للموضوع. فالحقيقة هي أن الزوج العادي لا يفكر كثيراً في موضوع العلاقات، إلا إذا طلب منه الإجابة بإلحاح.

في كتابه «الدليل الكامل للرجال» يقارن الكاتب الظريف ديف باري Dave Barry ما يعرفه الرجال عن العلاقات بنظرة النحلة التي تقف على قمة عجلة شاحنة كبيرة. فالنحلة تعرف أنها تقف على عجلة، لكنها لا تفقه ذلك تماماً. «وإذا بدأت الشاحنة تتحرك وتبدأ العجلة بالدوران، فإن النحلة سوف تشعر بأن شيئاً هاماً يحدث، ولكن حتى هذه اللحظة التي تصل فيها إلى الأسفل وتسحق لتصبح نقطة سوداء صغيرة فإن الفكرة المميزة الوحيدة التي تتشكل في دماغها الصغير قد تكون "آه"»(10).

لقد نال باري شهرة واسعة لأنه يوجد منطق ضمن فكاهته. فهو يقول إن الرجال يتصرفون بهذه الطريقة لأن لديهم «أدمغة الرجال». ويقول إن أدمغة الرجال هي من حيث الأساس تحليلية وتقوم بحل المشكلات. هذا ليس من اختراع باري – قد تكون أفكاره صادرة عن كتاب عن علم النفس العصبي. فالرجال يحبون الأشياء الواضحة التي يمكن قياسها والمحددة. لذا فإنهم لا يفكرون تلقائياً بالرومانسية والعلاقات والزواج بقدر ما يفكرون بمتوسط الدخل وذاكرة الحاسوب وفوائد إعادة رهن البيوت وميزات استئجار سيارة بدلاً من شرائها. لكن لمجرد أنهم لا يفكرون بالرومانسية فإن هذا لا يعني أنهم لا يستطيعون أن يكونوا رومانسيين.

إن ما أقدمه في هذا الكتاب هو الإذن، إذ شئت، للأزواج والزوجات بالنظر في مزايا إعادة تحديد علاقتهم بطرق جديدة ومختلفة. إن ما اقترحه هو أن تحددوا الفوارق بينكم وبين نصفكم الآخر - وبعضها على ما أعتقد يحدده النوع الاجتماعي - وتتجاوزوا أفكار الأنوثة والمثالية المتعلقة بالزواج «المثالي». فإذا ما فعل الرجل ذلك فإنه لن يعود يشعر بأنه غير ملائم ويشغل «دماغ الرجال» الذي لديه ويبدأ بتحسين حياته الزوجية.

إليك بعض الكلمات الحكيمة، التي أنقلها وأنا أنهي هذا الفصل، عن أن يكون الإنسان ذكراً، وهي كلمات لم تتح لي الفرصة لأن أنقلها إلى صديقي سائق سيارة الأجرة: إنك غير مضطر لمضاهاة معايير الآخرين، لا سيما إذا كان من المتعذر بلوغها.

إن هوليوود والتلفاز ومجلات المرأة يضعون العارضة الخشبية التي يجب على الرجال القفز من فوقها على ارتفاع مفرط، فلا عجب أن نقتنع بالفكرة التي مفادها أن الرجال أشخاص فاشلون حين يتعلق الأمر بالزواج. ولكن خلافاً لهذه الصور التي تبثها وسائل الإعلام عن الأزواج، فإنهم يأتون بمزايا إيجابية خارقة في مجال الحياة الزوجية. ومع أن مزايا الرجال هذه قد يصعب العثور عليها في أفلام الفيديو، فإني أعرف أنها موجودة. فأنا أراها دائماً لدى الرجال الذين يأتون إلى عيادتي بحثاً عن سبل تحسين حياتهم الزوجية، وأسمع عنها من آلاف الرجال الذين أطلعوني على أفكارهم من خلال موقعي على الإنترنت: SecretsofMarriedMen.com.

من سوء الحظ أن إحدى الوسائل الدارجة لكسر الحواجز والتي تحول دون فهم الرجال والنساء لبعضهم بعضاً - أي معالجة الأزواج - تشجع في معظم الأحيان الرؤية السلبية للرجال على أنهم فاشلون. في الفصل التالي، سوف نلقي نظرة على السبب الذي يجعل علاج الأزواج في بعض الأحيان أسوأ شيء للحياة الزوجية.