

محادثات زوجك التي تشير لخصبك ..



كيفه تتعاملين معها ؟

تشكو سيدات كثيرات من بعض تصرفات أزواجهن التي ترتبط بالعادات التي نشأوا عليها والتي يصعب تغييرها بعد ذلك .

فنتسمع سيدات يتحدثن عن أزواجهن بكل فخر واعتزاز ومع ذلك يشتكين من بعض السلوكيات التي تثير غضبهن وغيظهن وتخلق توتراً يعكس صفو وهذوء العلاقة الأسرية فمثلاً هناك الزوج الذي يترك جواربه ملقاة على الأرض .

أو يلقي بغطاة المبللة على فرش السرير .

أو ينسى أن يبلغ زوجته بالمكالمات التلفزيونية التي وردت إليها وهي غائبة .

أو الذي يخرج من أي غرفة ويترك النور مضاء .

أو الذي يفتح أي درج أو دولا ب ويترك مفتوحاً .

أو الذي يهمل في إصلاح شيء بسيط في السباكة يجيدة تماماً ويفضل في نفس الوقت إحضار السباك لإصلاحه بحجة أنه سيفعل ذلك ..

ولكنه بالطبع لا يفعل ..

وهناك الزوج أيضاً الذي يدخل في الليل متأخراً ويوقظ زوجته ليسألها عن أين وضعت الشيء الفلاني ؟..

وهي كلها نماذج وإن كانت بسيطة ولا تعيب الزوج كرجل وزوج واب إلا أنها تخلق نوعاً من التوتر بين الزوجين لأنها تتكرر بصفة يومية .

فلا الزوجة تستطيع أن تتعاضى عنها ولا الزوج قادر على تغييرها .. فما هو الحل ؟

تقول د. مارثا مالوف استاذة علم النفس ومستشارة الأسرة في نيويورك .

إن هذه العادات المزجة للزوجة تكون عادة نتيجة النشأة الاجتماعية في بيت الأسرة

التي كثيراً ما تفرق بين معاملة الأولاد والبنات وهم أطفال صغار ..

فينشأ الولد على أنه مسموح له ببعض التجاوزات فلا يرتب سرير له ولا يرفع جواربه من على الأرض ولا يبالي كثيراً بخلق الأبواب أو الأدراج التي يفتحها لأن هناك دائماً والدته التي تقوم عنه بهذه الأشياء .

أما الفتاة فتتأثر عادة على فكرة خدمة أفراد الأسرة حتى يترسخ فيها هذا الإحساس بالواجب ويصبح جزءاً منها لا يتجزأ ..

ويكبر الفتى بعد ذلك ليصبح رجلاً مسؤولاً ، حنوناً ، ومثالياً في أشياء كثيرة ولكنه لا يشعر بأي باعث داخلي يدفعه إلى مراعاة حقوق ومشاعر الآخرين .. لذلك فلا يمكن أن نلومه كثيراً إذا إدركنا أنه لا يشعر بأهمية هذه الأشياء البسيطة التي تثير غيظ وغضب زوجة لائمه بالفعل لا يرى أنها ذات أهمية .

ويعتقد أن زوجته تعمل "من الحبة قبة" كما يقولون .

وتقول د. جيمس جريير مستشارة الزواج والأسرة في نيويورك .

إن المشاكل تظهر بين الزوجين عندما يتوقع أحدهما أن يكون للطرف الآخر نفس الإحساس تجاه أهمية الأشياء ..

فكثيراً ما تفاجأ الزوجة بزوجها يسارع بالقيام بأشياء لا تشعر هي بأهميتها في حين يماطل كثيراً في تلبية الأشياء المهمة - في نظرها .

فأهمية الأشياء هنا لا تقاس بمعيار واحد لدى كل الطرفين .

لذلك اتفقت معظم آراء المتخصصين على أنه ليس هناك حل سحري لعلاج هذه المشكلة .. فالرجل سوف يستمر في أداء ما تعود عليه طوال حياته لأنه لا يستطيع أن يفهم لماذا تثير هذه الأشياء أصلاً غيظ وغضب زوجة في حين أنها كانت لا تثير غضب والدته ؟ .. ولكن ليس معن ذلك أن تتقبل الزوجة هذه الأشياء في صمت وتحاول أن تكتم غيظها فهناك استراتيجية للتعامل مع هذه المواقف تتطلب بعض الصبر وتمالك الأعصاب .. فأول خطوة ينصح بها المتخصصون هي تخفيف حدة الانتقادات التي توجهها الزوجة إلى زوجها لأن الانفعال لن يفيد ..

ولكن يمكنها مثلاً أن تنتهز فرصة عيد ميلاده وتقدم له هدية جميلة مرفقا بها كارت تدون فيه كل الصفات الرائعة التي تجدها فيه وتضيف في النهاية ملحوظة صغيرة تعيد بأنه لو استطاع تغيير بعض العادات التي تذكرها له فانه سيكون الزوج الكامل في

نظرها ويمكن للزوجه ايضا أن تتفق مع زوجها علي أن تحاول هي ايضا - في المقابل - تغيير بعض العادات التي تضايقه - خاصة بعد أن اكدت الاخصائية (جين جرير) أن معظم الأزواج الذين تحدثت اليهم يشكون ايضا من عادات كثيرة في زوجاتهم كأن أهمها : ترك الاحواض مملوءة بالأطباق وأتوات المائدة المتسخة حتي اخر النهار فإذا احتاج الزوج الي طبق أو كوب لا يجد شيئا نظيفا .

هناك ايضا الزوجة التي تقول لزوجها إنها مستعدة للخروج فيهم هو بالوقوف عند الباب ويضطر الي الانتظار حوالي ١٠ دقائق اخري حتي تكون بالفعل مستعدة .. وهناك الزوجة التي تنتابها حالة عصبية في السيارة فلا تترك زوجها يقود في هدوء وتظل طوال الطريق تلقي عليه بالتوجيهات والتوبيخات .

أو الزوجة التي تظل بالساعات تحدث في التليفون ولا تراعي ميعاد تناول الطعام أو انتظار زوجها لمكالمة عمل ..

فهي كلها أشياء بسيطة ولكنها تضايق الزوج ..

لذلك يمكن للزوجين ان يتفقا علي ان يحاول كل منهما التغيير من عاداته حتي يمسود الهدوء والراحة منزلهما .

وتنصح د. جين كل زوجة أثبتت لها الأيام ان عادات زوجها التي تضايقها ان تتغير بان تحاول هي تغيير ردود فعلها تجاهها لانها في النهاية اشياء بسيطة بالفعل خاصة اذا كان الزوج فيه كل الصفات التي تتمناها الزوجة .

ويؤكد المتخصصون في النهاية ان عملية تغيير العادات المترسخة في النفس مثل اي عملية تجديد تحتاج الي الصبر والهدوء لان الانفعال والغضب لا يفيدان .

ولتحاول كل زوجة ان تتغاضي عن هذه الاشياء ولا تركز في نظرتها الي زوجها الا علي صفاته الجميلة وتقنع نفسها بأنها حاولت وفشلت فلنقبله انن بعيوبه وصفاته كما يقبلها هو بعيوبها وصفاتها فليس هناك إتسان كامل علي وجه الأرض .