

كيف يتصرف كل من الرجل و المرأة عندما يقعا تحت ضغط نفسي ؟



الأربعاء 16 مايو 2018 10:05 م

للرجل طبيعة سيكولوجية غير المرأة ، و تنشأ الاختلافات و تتطور بسبب عدم فهمنا لهذه النقطة فتنتظر المرأة من الرجل رد الفعل الذي كانت ستفعله هي لو في مكانه و كذلك الرجل ينتظر منها أن تفعل و تتصرف بنفس أسلوبه هو لو كانت هي مكانه و هذا لا يحدث أبدا لأنها فطرة الله التي فطرنا عليها و هي تختلف من الرجل للمرأة عندما يقع الرجل تحت ضغط ، كيف يكون سلوكه ؟ و كيف نتعامل معه ؟

يذهب الرجل (المريخي كما يسميه جون جراي مؤلف كتاب الرجال من المريخ و النساء من الزهرة المستوحى منه هذا المقال) إلى كهفه و يعتكف فيه ” صامتا” يفكر في حل لمشاكله و من طبع المريخي أنه لا يطلب العون و لا يفضي إلى احد مشاكله إلا اذا احتاج إلى اللوم او النصيحة و هنا يفضي لأحد كبير في السن أو ذو خبرة و ليس إلى زوجته ، فهو قادر على التعامل مع الامور بنفسه و شعوره بذلك يجعله يشعر بتحسن .

أما الزهريات و هن النساء عندما تقع إحداهن تحت ضغط نفسي أو في مشكلة فإنها تجتمع بصديقاتها لتفسي إلهن فهي تشعر بتحسن عندما يُنصت إليها أحد و يقدم لها الدعم هكذا يتصرف الرجل و المرأة اذا وقعا تحت ضغط .

بالتالي عندما يتزوج المريخي بالزهرية و يقعوا تحت ضغط يتصرف كل منه بالطريقة التي تشعره بتحسن و التي في الحقيقة لا تناسب الجنس الآخر اطلاقا بل تسبب له الإنزعاج فعندما يتعرض الرجل لضغوط يدخل كهفه (غرفته - الصمت و ان كان وسط جماعة) فتتبعه المرأة (لتقدم له الرفقة و العون من وجهة نظرها) فتسأله ما بك؟ لماذا انت صامت ؟ ألن تشاركني؟ ربما أساعدك؟

فينزعج الرجل من هذه الأسئلة المتكررة لأ نهبطريقة ما ا تشعره بأنه غير قادر على حل و تولي أموره بنفسه و أن زوجته لا تثق بقدرته على حلها فيعطي إجابات مختصرة مثل : لا شيء .. أنا بخير .. أريد أن أبقى وحدي فتعتقد المرأة انه لم يعد يحبها و لا يهتم بها و تبدأ الشكوى التي تزيد الرجل هما فوق همومه و هو أنه تسبب في تعاسة زوجته

ما هو التصرف الصحيح للزهرية عندما يقع المريخي تحت ضغط؟ تتركه بحريته في كهفه و لا تحاول أن تسأل مرار و تكرار و أن تعطيه الثقة بانه قادر على حل مشكلاته بنفسه و قادر على تولي أمور ما يزججه و تحاول ألا تبدي القلق أو الحزن .. لابد ان تبدوا مقدرة للموقف عندما تقع الزهرية تحت ضغط ؟

فانها تجتمع بصديقاتها كالعادة أو تحكي للزوج و لإحترامه (المريخي) لها (من وجهة نظره) فلا يسألها كثيرا وبالتالي لا يستمع لها فتعتقد انه غير مهتم و لا يبال و هذا يؤثر الشكوك عند الزوجة

التصرف المطلوب:

المرأة عندما تقع تحت ضغط و تحكي لزوجها هي فقط تريد من يسمعها ، تريد ان تفسي ، و لا تريد حلولا كمطلب اول ، فقط تريد من يشاركها و يشعر بها

مطلوب:

- 1- فقط الإنصات و الدعم و المشاركة و ليس اللوم و الإقتراحات
- 2- الرفقة العادية و ليست الرفقة الحميمة