



معاونت دانشجویی
مرکز مشاوره دانشگاه



وزارت علوم، تحقیقات و فناوری
دفتر مشاوره و سلامت

۱۴

خشت‌ها

شماره چهاردهم ■ سال دوم ■ اردیبهشت‌ماه ۱۴۰۱

خشت اول ماهنامه‌ای در
زمینه ازدواج و خانواده
است که در این شماره به
«کنار آمدن با اختلافات»
می‌پردازد و هر ماه با
موضوعاتی جدید در
دسترس شما خواهد بود.



کنار آمدن با اختلافات

یکی از دشوارترین کارها بعد از ازدواج، کنار آمدن با اختلافات و دیدگاه‌های متفاوت است. بهترین کار این است که میان این دو حالت موازنه برقرار کنیم. با شناخت تفاوت‌های پنهان یکدیگر می‌توانیم عشقی را که در قلبمان وجود دارد با توفیق بیشتر داد و ستد کنیم. با پذیرفتن و احترام گذاشتن به تفاوت‌هایمان می‌توانیم به نتایج و راه‌حلهایی دستیابی که به کمک آنها به آنچه می‌خواهیم برسیم و مهم‌تر از آن یاد بگیریم که چگونه عشق بورزیم و با کسی که دوستش داریم و مورد حمایت ماست چگونه رفتار کنیم.

عمده‌ترین این تفاوت‌ها را می‌توان در موارد زیر ذکر نمود:

- ۱- تفاوت در عواطف و احساسات
- ۲- تفاوت در حس زیبایی شناختی
- ۳- تفاوت‌های کلامی زن و مرد
- ۴- تفاوت در نحوه مقابله با استرس (فشار روانی)
- ۵- تفاوت در ارزشها
- ۶- تفاوت در نحوه کسب ارزشمندی
- ۷- تفاوت در کلی‌نگری و جزئی‌نگری
- ۸- تفاوت در توانایی تمرکز

تفاوت زن و مرد در عواطف و احساسات زیبایی شناختی

یکی از عواملی که باعث می‌شود زن و شوهر همدیگر را درک نکنند و منجر به بروز مسائلی در خانواده و زندگی مشترک بشود تفاوت زن و مرد در عواطف و احساسات می‌باشد. هر زنی و هر مردی با توجه به عواطف و احساساتش نسبت به محیط اطرافش عکس العمل نشان می‌دهد. پس بی دلیل نیست که مردان و زنان متفاوت عمل می‌کنند آنهم به گونه ای که رفتار هر یک از آنان برای دیگری قابل قبول نیست.

محور اصلی روحیات زن که او را از مرد متفاوت می‌کند، عاطفه و احساسات است. داشتن عواطف و احساسات، موجب لطافت روح زن است. به همین علت، اثر پذیری زن از عواطف و احساسات، بسیار بیشتر از مرد است؛ تا جایی که زن در بسیاری از موارد مسائل را از دریچه ی عاطفی می‌نگرد و بیشتر، احساس و عاطفه، نقش تعیین کننده ای در زندگی او دارد.

در مقابل، برخورداری مردان از نیرومندی و توانایی، شجاعت، قاطعیت، مدیریت و امثال آن از ویژگی‌های وجودی مرد است.

خانواده به همان اندازه که به احساسات و عواطف زن نیازمند است، به قدرت، قاطعیت، تدبیر، مدیریت و رهبری احتیاج دارد و چون این ویژگیها به طور طبیعی و فطری در مرد قوی‌تر است، اسلام مسئولیت اداره و مدیریت خانواده را بر عهده ی او نهاده است.

حال با توجه به این تفاوت، وظیفه مردان چیست؟

مردان بدانند که هر زنی به شدت نیازمند ابراز محبت و عشق و احساسات شوهرش است، هیچگاه از ابراز علاقه‌های او سیر نمی‌شود و برای دریافت آن بی‌تابی می‌کند. زن تحمل قهر و بی‌توجهی شوهرش را حتی به‌طور کوتاه مدت ندارد. بدین جهت لازمه زندگی شیرین آن است که مردان در این امر کوتاهی نکنند و بیشترین ابراز محبت را نسبت به همسر خود داشته باشند. با این کار آنان همسرانی با نشاط، سرشار از عشق و امید به زندگی خواهند داشت.

با توجه به این تفاوت، وظیفه زنان چیست؟

زن‌ها باید به این نکته آگاه باشند که مردان به دلیل ضعیف‌تر بودن احساسات و عواطف، نیازمند روح لطیف و احساسات قوی آنان هستند. هر مردی خواهان همسری مهربان و دوست‌داشتنی است که با عشق و محبت خویش، زندگی را سرشار از نشاط و سرزندگی کند، در تمام غم‌ها و شادی‌های زندگی در کنارش باشد و کام او را با مهربانی و ملایمت شیرین کند.

تفاوت‌های زن و مرد در حس زیبایی شناختی

حس زیبایی شناختی زنان قوی‌تر از مردان است؛ به این معنا که آنان برای زیبایی ظاهر خود اهمیت قائلند. با پوشیدن لباس‌های متنوع و زیبا، شانه زدن موها و آرایش کردن، به ظاهر خود می‌رسند و تلاش می‌کنند با این کارها مورد پسند شوهرشان قرار گیرند و او را مجذوب خود سازند. وجود این ویژگی در زنان، نه تنها بد نیست بلکه باعث قوی‌تر شدن پیوند میان زن و شوهر و استحکام و لذت بخش‌تر شدن رابطه زناشویی می‌شود.

با توجه به این تفاوت وظیفه مردان چیست؟

الف) به دلیل اهمیت زیبایی زن برای او، لازم است مرد به هنگام ورود به منزل، به همسرش که خود را به خاطر جلب توجه او آراسته است، توجه کند؛ از زیبایی او تعریف و خوشنودی خود را نسبت به زیبایی همسرش ابراز کند. به ویژه، لازم است مرد از خدشه دار کردن حس زیبایی شناختی زن و بدگویی از ظاهر او (مثلاً از چاق بودن یا ظاهر نازیبایش) اجتناب کند، چون این کار نه تنها دردی را دوا نمی‌کند، بلکه حس ارزشمندی و عزت نفس زن را به شدت جریحه دار می‌کند و این باعث برهم خوردن آرامش هر دو خواهد شد.

ب) لازم است مردان امکانات لازم جهت ارضای این حس را در حد معقول و متعارف و به دور از اسراف در اختیار همسر قرار دهند و او را در این امر یاری دهند. البته این مورد (آرایش و آراستگی زنان) باید فقط برای همسرانشان باشد و آرایش زن در پیش روی نامحرمان باعث فروپاشی کانون گرم خانواده خواهد شد، به همین علت اسلام آرایش زن در اجتماع و معرض دید نامحرمان را به شدت نهی نموده است.

شاید بتوان گفت که یکی از تفاوت‌های مهم زن و مرد که دائماً هم در محیط خانوادگی بین زن و شوهر مشکل ایجاد می‌کند بحث تفاوت‌های کلامی زن و مرد است. چقدر با مردانی برخورد کرده‌ایم که زنان را وراج و پر حرف می‌دانند و زنانی که مردان را گنگ و لال فرض می‌کنند!

الف) برای آقایان، حرف زدن و گفتگو برای تبادل اطلاعات است و تا این امر در میان نباشد حرف نمی‌زنند. اما برای خانمها، حرف زدن وسیله‌ای است برای تخلیه هیجانات و فشارهای درونی، برقراری ارتباط و ابراز علاقه؛ و گوش دادن، نشانه توجه و دلدادگی طرف مقابل است.

این تفاوت توضیح می‌دهد که چرا آقایان در خانه زیاد اهل حرف زدن نیستند و چرا زنها از کم حرف بودن شوهرشان ناراضی‌اند. همچنین توضیح می‌دهد که چرا زنها زیاد حرف می‌زنند و چرا مردها از پر حرفی همسرشان گلایه دارند.

البته این سخن به معنای آن نیست که زنها از صحبت کردن برای انتقال اطلاعات استفاده نمی‌کنند؛ چرا که یک زن برای انجام امور روزمره اش نیازمند به گرفتن و دادن اطلاعات است؛ مثلاً مگر می‌شود زنی به مغازه پارچه فروشی برود و با صاحب مغازه صرفاً به احوالپرسی بپردازد؟! بلکه نیاز به اطلاعاتی از قبیل جنس، رنگ، دوام و قیمت پارچه دارد.

مرد هم به صمیمیت، آرامش و عواطف انسانی نیاز دارد و مطمئناً هیچ وسیله‌ای بهتر از گفت و گو، او را به

این مقصد نمی‌رساند. بنابراین، نه در مورد آقایان و نه در مورد خانم‌ها، مسئله گفتگو برای تبادل اطلاعات یا صمیمیت، مطلق نیست.

ب) مردها غالباً بدون مقدمه و زمینه چینی قبلی، شروع به گفتگو و صحبت میکنند و به عبارتی دیگر، به طور مستقیم آنچه را باید بگویند میگویند، نه زیاد و نه کم؛ در حالی که خانم‌ها به خاطر آنکه صحبت‌های شان بار عاطفی و احساسی دارد، بیشتر مواقع، در هنگام شروع صحبت، لازم میبینند که ذهن شنونده خود را با یک مقدمه چینی آماده کنند.

برای مثال اگر قرار باشد لباسی برای عید یا مهمانی بخرند، احتمالاً خانم به جای آنکه مستقیم به شوهرش بگوید:

«برای لباس عید پول لازم دارم، لطفاً ۵ هزار تومان بدهید»، چنین خواهد گفت: «میدونی هفته دیگه عیده. منم خیلی وقته لباس نخریدم. البته لباسام دیگه تکراری شده و همه دیدن و... میتونی ۵ هزار تومان بدی لباس بخرم یا به نظرت با ۵ هزار تومان میشه لباس خوب خرید؟»

ج) زنها با توجه به ویژگی‌هایشان بیشتر سؤال میکنند. به اعتقاد بعضی از پژوهشگران، میل به سؤال کردن، نشانه علاقه آنها به صحبت با دیگران است. سؤال کردن آنها نشانه این است که دوست دارند با طرف مقابل به صحبت کردن ادامه دهند.

مردها در مقایسه با زنها کمتر سؤالات خصوصی مطرح میکنند و برای این رفتار خود منطقی هم دارند: «سؤال برای چه؟! اگر بخواهند، بدون سؤال هم حرف میزنند.» اما منطق زنها فرق میکند: «اگر سؤال نکنم، میگویند

آدم بی توجهی هستم.»!

در نظر مردها، پرسش، گاه به مفهوم دخالت در جنبه‌های خصوصی زندگی دیگران است، اما برای زنها، بیشتر نشانه محبت و ابراز علاقه است.

د) آقایان به دادن و گرفتن آمار و ارقام علاقه نشان می‌دهند و با دقت به آن توجه میکنند؛ در حالی که خانمها علاقه چندانی به آمار و ارقام ندارند؛ مگر در محیط‌های موظف کاری، چرا که آمار، وسیله انتقال اطلاعات است که این بیشتر مورد توجه آقایان است.

مثلاً اگر از یک آقا بپرسید: «در محیط کار شما چند نفر سیگار می‌کشند؟» احتمالاً جواب می‌دهد: «فلان درصد». ولی اگر همین سؤال از یک خانم بشود، احتمالاً جواب خواهد داد: «بیشتر مردم».

ه) زنها برای تشویق دیگران به صحبت، تلاش بیشتری میکنند ولی هنگام گوش دادن، بیشتر مردها؛ مثلاً از طریق سر تکان دادن، احساسات به خرج می‌دهند.

بیشتر مردها از این واکنش تنها در موافقت با گفته‌های همسرشان استفاده میکنند و هنگام گوش دادن (بدون ابراز موافقت یا مخالفت) فقط سکوت میکنند. برای زنها، سر تکان دادن و توجه کردن، تنها نشانه گوش دادن است. بنابراین، شوهر ممکن است این نشانه گوش دادن همسر را به حساب موافقت او با خودش بگذارد و اگر بعداً به این نتیجه رسید که زنش با نظرات او موافق نبوده، رنجیده خاطر شود. او متوجه نیست که سر تکان دادن و توجه فعال همسرش تنها نشانه گوش کردن بوده و این گوش کردن به معنای موافقت با نظرات او نیست. به همین شکل، زنی که

شوهرش با او موافق است و با این حال، به دلیل خصوصیت مردانه اش، هنگام گوش دادن حساسیت بروز نمیدهد، ممکن است خود را شتاب زده به نادانی متهم سازد.

و تفاوت دیگر، در طرز استفاده از استعاره‌ها و انواع صفات عالی و تعمیم‌های مبالغه آمیز است که آقایان به خاطر آنکه گفت و گو را بیشتر، یک وسیله انتقال پیام میدانند تا وسیله انتقال احساس، کمتر از صفات عالی استفاده میکنند. در حالی که خانمها برعکس آقایان هستند و این امر، باعث ایجاد سوءتفاهم میان زن و شوهر می‌شود.

به چند مثال توجه کنید:

● همه مرا نادیده میگیرند.

(پیام پنهان: من احساس می‌کنم مرا نادیده گرفته اند، پس نیاز به توجه بیشتری دارم.)
تفسیر آقایان: این طور نیست؛ حتما کسانی به تو توجه دارند. اشتباه می‌کنی تو همیشه اولویت زندگی من هستی.

● همیشه دیر به خانه می‌آیی.

(پیام پنهان: من تو رو دوست دارم، زود به خانه بیا.)
تفسیر آقایان: بعضی وقتها دیر می‌آیم، چرا همیشه؟! مگه وقتی دیر میام کجا هستم؟ دارم کار میکنم دنبال تفریح و گردش که نیستم.

● هیچ کس به حرف من گوش نمیدهد.

(پیام پنهان: من نیاز به توجه بیشتری از طرف تو دارم، ولی به من توجه نمیکنی، لطفاً توجه کن.)
تفسیر آقایان: ولی همین حالا من دارم به حرفهایت گوش میکنم.

ز خصوصیت کلامی دیگر آقایان این است که هر جا برای بیان اطلاعات، ضرورتی وجود نداشته باشد، خاموش و ساکت هستند و این باعث ناراحتی خانمها میشود، چرا که آقایان وقتی در خانه هستند بیشتر وقتها ساکت هستند و یا جوابهای کوتاه میدهند، در حالی که زنها با آغاز صحبت به دنبال گفتگوی صمیمانه و ابراز احساسات هستند.

مثال:

زن: خب چه خبر؟ (منظور خانم شروع گفتگو و ایجاد صمیمیت و همدلی است).

مرد: هیچی، کارهای همیشگی. (آقا جمله خانم را از دید خودش تفسیر می‌کند؛ یعنی می‌بیند اتفاقی که گزارش آن به درد خانم بخورد، وجود ندارد).

زن: خب. سرکار چه خبر؟ (خانم که می‌بیند گفتگویی که میخواست با آن به صمیمیت بیشتر برسد، با این جواب ناتمام مانده، بیشتر اصرار می‌ورزد).

مرد: سلامتی، خبر خاصی نبود. (آقا که اصرار خانم را می‌بیند، باز نگاهی به اطلاعات آن روز می‌اندازد، ولی باز هم چیز به درد بخوری نمی‌یابد).

زن: چیکارا کردی امروز. چه کسانی رو دیدی؟ آقای فلانی هم اومده بود؟ راستی ناهار چی خوردی؟ (خانم دیگر احساس می‌کند شوهرش با او صمیمی نیست و گرنه به این همه اصرار او برای ایجاد صمیمیت، جواب مثبت میداد. او ناامیدانه با این گفته‌هاش، تلاش دیگری را شروع میکند).

مرد: چقدر حرف میزنی؟! (آقا هم که از این همه اصرار برای صحبت کردن که از نظر او همان ارائه اطلاعات است، خسته شده ناراحتی خود را با گفتن این جمله ابراز میکند).

زن: وای! مگه من چی گفتم حالا اگه فلانی (یکی

از همکاران آقا) زنگ بزنه دوساعت باهاتش حرف میزنی ولی واسه من حرف نداری. (خانم که حالا از برقراری ارتباط صمیمانه با شریک زندگیش ناامید شده، خشمگین میشود و شروع به انتقاد میکند).

مرد: میذاری راحت باشم؟! (آقا که هم از سوالات و هم از برخورد خانمش گیج و کلافه شده است، به دنبال خلاصی از این مخمصه میگردد).

میبینید چه راحت یک گفتگوی ساده میتواند منشأ یک اختلاف و سوء تفاهم شود؟! در حالی که نه مرد و نه زن هیچکدام نیت بدی ندارند و فقط هر کدام مسائل را از دیدگاه خودشان نگاه کرده اند. مرد در جستجوی اطلاعات برای ارائه به خانمش و زن در جستجوی راهی برای ایجاد رابطه و صمیمیت است.



ح وقتی آقایان مشکلی را مطرح میکنند صرفاً به دنبال جواب آن هستند و از همکاران و دوستان یا همسر خود انتظار ارائه کمک دارند. ولی در مورد خانمها قضیه این گونه نیست.

هنگامی که زن مسئله ای را مطرح میکند، قبل از آنکه راه حل بخواهد خواستار همدلی و احساس همدردی است. شوهر به دنبال ارائه راه حل های عملی است. بدین جهت مرد، برداشت اشتباه زنش را از موضوع به میان میکشد و برای برطرف شدن مشکل همسر، پیشنهادهایی میدهد. در این شرایط، احتمالاً زن دلگیر میشود. او پیش خود میگوید: «چرا شوهرم نمیفهمه که خودم خوب میتونم مشکلم رو حل کنم؟ چرا متوجه نیست که منظور من، همدردی و تأیید اوست؟!».

در این شرایط، اگر شوهر در مقام انتقاد از رفتار زن حرفی بزند و اشتباه او را به رخش بکشد، همسرش را بیش از پیش ناراحت کرده است. زن در این مواقع، بیش از هر چیز انتظار دارد که شوهرش رفتار او را در قبال وضعیت پیش آمده، تأیید و با او همدلی کند.

ط ویژگی دیگر کلامی مردان، آن است که وقتی بخواهند مطلبی یا خواسته ای را به صورت جدی و قاطع مطرح کنند، لحن گفتارشان تا حدی حالت پرخاشگرانه به خود میگیرد.

در این حالت، مرد قصد بد اخلاقی و تنیدی ندارد؛ در حالی که زن از این طرز سخن گفتن شوهرش به شدت میرنجد. در نظر زنها، صحبت پرخاشگرانه، به مناسبات موجود لطمه میزند. در حالی که برای مردها، صحبت پر حرارت، نوعی از گفتگوست.

تفاوت در نحوه مقابله با استرس یا فشار روانی

زن و مرد در نحوه مقابله با استرس یا فشار روانی واکنش‌های متفاوتی نشان می‌دهند. این اختلاف در مواجهه با استرس بسیار بیشتر از آن چیزی است که ما تصور می‌کنیم. نتیجه هم ایجاد اختلال و تعارض در زندگی مشترک می‌شود. وقتی مردی، در زندگی یا کارش دچار مشکل می‌شود هرگز درباره مشکل با هیچکس صحبت نمی‌کند و مشکل خود را با فرد دیگر در میان نمی‌گذارد؛ مگر آنکه احساس کند کمک او برای حل مشکلش ضرورت دارد. در این حالت، او حرفی نمی‌زند فقط فکر میکند تا سرانجام راه حلی بیابد. وقتی به راه حلی دست پیدا کرد، از احساس خوبی برخوردار می‌شود و اگر هم نتواند راه حلی بیابد خودش را مشغول کاری مثل روزنامه خواندن، تماشای تلویزیون و... می‌کند تا مشکل را فراموش کند.

در این حالت، زن که از این ویژگی مرد اطلاعی ندارد، از بی‌اعتنایی و سکوت همسرش آزرده خاطر شده، با غر زدن، بهانه گرفتن و شکایت کردن، در صدد جلب توجه و حمایت شوهر بر می‌آید. از طرف دیگر، مردها معمولاً از این امر آگاهی ندارند که در این حالت تا چه اندازه از همسرشان دور میشوند. برای زنها، در میان گذاشتن مشکلات با دیگران، در واقع نشانه عشق و محبت و اعتماد تلقی می‌شود. وقتی زن درباره مشکلاتش صحبت میکند، مرد که از این ویژگی همسر اطلاع ندارد، به جای توجه به همسر و گوش دادن به درد دل‌هایش، شروع به ارائه راه حل میکند تا مشکلات همسرش را برطرف کند. اما این کار مرد، همسرش را بیشتر آزرده خاطر می‌سازد. او فقط به دنبال بیان مشکل است تا احساس خوبی بیابد و آرامش پیدا کند، نه به دنبال راه حل. مرد با دانستن اینکه زن نیاز به توجه و درک شدن دارد، میتواند با گوش دادن و همدردی با همسر، هم از مشکلات همسر بکاهد و هم با اجتناب از دادن راه حل، از دلخوری و رنجش زن جلوگیری کند.

تفاوت در ارزشها از نگاه زن و مرد

برای مردان قدرت، شایستگی و توانایی، ارزش دارد. مردان دوست دارند تا قدرت و مهارت خویش را افزایش دهند. موفقیت و پیشرفت، بیش از هر چیزی موجب خرسندی و رضایت خاطر آنها میشود. مردان وقتی احساس خوب در مورد خود دارند که به اهدافشان رسیده باشند. برای مردان افتخار است که خودشان به تنهایی کارهایشان را انجام می‌دهند. از نظر آنها، استقلال، نشانه توانایی، قدرت و شایستگی است. شناخت این ویژگی مردان، به زنان کمک میکند تا بفهمند چرا «مردان در قبال اصلاح رفتارشان یا انجام آنچه به آنها توصیه میشود، تا آن اندازه مقاومت می‌کنند». ارائه راه حل به مردان توسط همسرانشان، این تصور را در ذهن آنها ایجاد می‌کند که به عقیده همسرانشان آنها خودشان از پس کارهایشان بر نمی‌آیند. مسأله شایستگی برای مردان بسیار اهمیت دارد. زنان ارزشهای متفاوتی دارند. آنها برای عشق و محبت و برقراری ارتباط، ارزش قائلند. خویشتن وجود آنان از طریق احساسات و چگونگی روابطشان معنا پیدا میکند. یک زن، پیشنهاد کمک به او را اهانت تلقی نمی‌کند و نیاز به کمک از سوی دیگران را نشانه ضعف و ناتوانی آنان نمیداند. مردان از اینکه خود را کارشناس بینند احساس غرور می‌کنند؛ به ویژه وقتی موضوع، مربوط به تعمیر وسائل فنی، مکانیکی یا حل مشکلی باشد. در چنین مواقعی است که زن به جای توصیه یا انتقاد، بهتر است به گونه ای محبت آمیز موافق شوهرش باشد.

تفاوت در نحوه کسب ارزشمندی

مرد، احساس ارزشمندی خود را بیشتر به خاطر کار و حرفه اش تأمین میکند. احساس ارزشمند بودن در مردان به میزان موفقیتها و پیشرفتهای آنان بستگی دارد و اگر این مقوله به هر دلیلی مخدوش شود در آن صورت باید گفت: بهداشت روانی او به شدت دچار اختلال شده است.

در حالی که این مسئله برای زن نمیتواند با چنین ابعادی همراه باشد، چون زنان احساس ارزشمندی خود را بیشتر از طریق رابطه جویی و مهرورزی کسب میکنند. احساس ارزش شخصی زنان به این بستگی دارد که چقدر از عشق ورزیدن و ارتباط با همسر، احساس رضایت داشته اند.

زنها همواره نسبت به زندگی و عشق خود هشیار و خود آگاه اند و بسیار تلاش میکنند تا مطمئن شوند همه چیز رو به راه است و همسرشان همچنان به او علاقه مند است. بنابراین هنگامی که همه چیز در روابط زناشویی خوب و عادی است، حال آنها هم خوب است و احساس خوبی نسبت به خودشان دارند، اما هنگامی که وضعیت غیر عادی باشد احساس ناامنی میکنند. صرف نظر از اوضاع کاری یا وضعیت مالی خانواده، یا عدم تحقق علائق و خواسته های زن، چنانچه مشکلی در رابطه صمیمی او با شوهرش به وجود آمده باشد، احساس بدبختی میکند. ممکن است در محیط کار (اگر شاغل باشد) روز خوبی را پشت سر گذاشته باشد، اما اگر اوضاع خانه یا روابط عاطفی اش خیلی مساعد نباشد، آن روز برای او و همچنین برای شوهرش روز بدی است. لازم نیست مشکل بزرگی در خانه میان زن و شوهر

ایجاد شده باشد؛ بلکه ممکن است شب پیش بگو
مگویی جزئی با هم داشته باشند؛ همین کافی است
تا به رغم تمامی موفقیت‌های آن روز، قلبشان به درد آید
و ناراحت باشند. اما تجربه بیشتر مردها دقیقاً نقطه
مقابل تجربه زن هاست. چنانچه زندگی زناشویی آنان
عالی و بی عیب و نقص باشد، اما روز بدی را در سر
کار گذرانده باشند به سختی می‌توانند احساس خوبی
داشته باشند.



تفاوت در کلی نگری و جزئی نگری زن و مرد

تفاوت در کلی نگری و جزئی نگری به تنهایی عامل بسیاری از بگو مگوها، کلنجار رفتن‌ها، ناراحتی‌ها و جر و بحث‌های میان زن و مرد در خانه و خانواده است به گونه ای که کمتر کسی شاهدهی دال بر صحت این مسائل در خانواده خویش پیدا نمی کند. از آثار و نتایج این تفاوت میان خانمها و آقایان این است که:

الف) زنان به دلیل جزئی نگری و در کنار آن برخورداری از حافظه ای قوی، همواره حرف‌های بسیاری برای گفتن دارند، در حالی که مردان که توجه چندانی به جزئیات حوادث نمیکنند حرف زیادی برای گفتن ندارند. یکی از دلایل پر حرفی خانمها و کم حرفی آقایان در خانه، همین است.

در اینجا، به خانمها توصیه میشود با به خاطر داشتن این ویژگی خود و نیز در نظر گرفتن این خصوصیت آقایان که به جزئیات حوادث بی توجه اند، قدری از پرگویی کم کنند و نیز بی توجهی مرد به سخنان طولانی‌شان را بر او خرده نگیرند و به آقایان نیز توصیه میشود در مقابل پرگویی‌ها و سخن گفتن‌های طولانی همسر، شکیباشند و سعی کنند با توجه به سخنان او گوش فرا دهند، چون او به این سخن گفتن نیاز دارد. همچنین به آنان توصیه میشود قدری به جزئیات توجه کنند تا آنان نیز حرفی برای گفتن به همسر داشته باشند.

ب) در کنار جزئی نگر بودن زنان، لازم است برخورداری آنان از حافظه قدیمی قوی را نیز مورد توجه قرار داد. خانمها در زندگی چنان هستند که گویی تمام

رخدادهای بیشمار زندگی در برابر آنها میدرخشد. آنها تمام و کمال جزئیات حوادث سالهای گذشته زندگی خود را به خوبی به یاد میآورند. در مقابل، آقایان از حافظه قدیمی روشنی برخوردار نیستند. بسیاری از آنها قادر به یادآوری جزئیات حوادث قدیمی نیستند. برخی از آقایان، نه تنها حوادث قدیمی را به بوته فراموشی میسپارند، بلکه وقایع نزدیک را نیز به درستی به خاطر نمیآورند یا از یاد میبرند. یک خانم همیشه به خاطر دارد که همسرش ساعت دو بعد از ظهر سال گذشته در چنین روزی چه گفته است (البته به شرط آنکه مطلب، کمی مهم بوده باشد)، تا ده سال دیگر نیز این خاطره را با همین وضوح و روشنی در ذهن دارد. اما آقایان، در بیشتر موارد، وقایع ۲۴ ساعت گذشته را نیز فراموش میکنند؛ چه رسد به وقایع ده سال قبل. حافظه دقیق و سریع خانمها که ده برابر قویتر از حافظه کند و غیر دقیق آقایان است، تضادی را ایجاد میکند که به طور معمول باعث اختلاف و مناقشه میشود. به همین خاطر توصیه میشود:

اول: آقایان در گفتن هر کلمه به خانمها، باید نهایت دقت را به عمل آورند تا چیزی نگویند که اسباب خجالت طولانی مدت آنها را فراهم آورد؛ زیرا خانمها یک کلام نادرست یا قضاوت نادرست را هیچگاه به فراموشی نمی سپارند.

دوم: باید در نظر داشت که در بسیاری از مواقع، زنان، مثلاً سفارش خرید چیزهایی را به شوهر میدهند، اما آقایان این سفارشها را فراموش میکنند و خانمها زبان به اعتراض میکشایند و این فراموشی را بی توجهی به حساب میآورند؛ در حالی که یکی از دلایل این وضع، عدم تشابه زن و مرد در یاد سپاری موضوعات است.

آیا شوهر شما هم گوش هایش نمی شنود؟ تا به حال چند دفعه شده شوهرتان را صدا بزنید و انگار نه انگار... البته بقیه داستان رو بارها و بارها خودتان به چشم دیده اید، داد زدن و جر و بحث و ... مشکل کجاست؟ چرا آقایان اصلاً به حرفهای زنشون جواب نمی دن!

زنان از این توانایی برخوردارند که می‌توانند چند کار را با هم انجام دهند. به عنوان مثال، ممکن است زنی، در هنگام شستن ظروف، با همسرش نیز صحبت کند، به برنامه تلویزیون هم توجه کند، در عین حال سخن شوهرش را هم گوش کند.

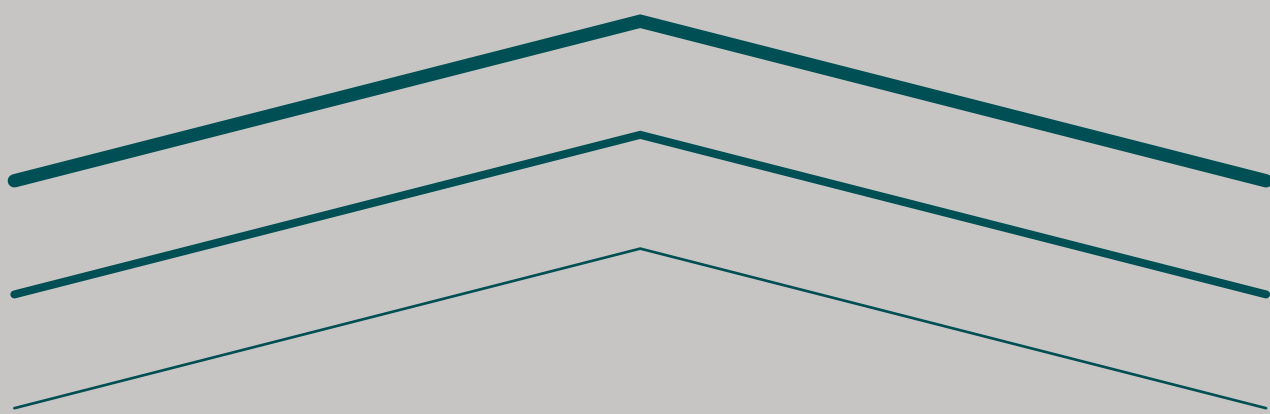
در مقابل، مردان معمولاً تنها می‌توانند فقط به یک کار پردازند و در هنگام تمرکز بر آن، از سایر امور غافل می‌شوند. به همین دلیل اگر مردی به برنامه ی تلویزیون توجه کند، به طور کلی از صداهای اطرافش غافل می‌شود، به گونه ای که گویا هیچ صدایی را نمی شنود. عدم آگاهی از این تفاوت میان زنان و مردان، می‌تواند باعث رنجش زنان از شوهرشان شود.

بر اساس این تفاوت وظیفه زنان چیست؟

اول اینکه از این گونه توجه نکردن‌های مرد به آنها ناراحت نمی شوند؛ دوم اینکه می‌توانند پیش از شروع صحبت با شوهر، توجه او را به سوی خود برگردانند، سپس حرف خود را بزنند تا مرد به سخن آنان توجه کند. پس خانوم‌ها باید بدانند که در چنین مواردی (مثل توجه مرد به تلویزیون و ...) اگر مردها حرف آنان را گوش نمی دهند یا توجه ای به حرفهای زنان ندارند، دلیل بی توجهی و بی‌اعتنایی به آنان نیست.

سخن آخر

بحث درباره تفاوت بین زن و مرد را می‌توان ساعت‌ها ادامه داد که قطعاً از حوصله مطلب ما خارج است اما دانستن این تفاوت‌ها چه کمکی به ما می‌کند؟ آیا می‌توان با این مطالب نتیجه گرفت خانم‌ها برتر از آقایان یا آقایان برتر از خانم‌ها هستند؟ قطعاً خیر، دانستن این تفاوت‌ها به شناخت بیشتر هر دو جنس و در نتیجه درک بیشتر یکدیگر کمک می‌کند. وقتی بدانیم آقایان دیرتر از خانم‌ها احساسات را تحلیل می‌کنند شاید دیگر به آنها بی‌احساس نگوییم یا وقتی بدانیم خانم‌ها محیط اطرافشان را به واسطه قدرت کلامی متفاوت درک می‌کنند شاید برچسب پرحرفی به آنها نزنیم. به هر حال جدا از زن بودن و مرد بودن، هر فرد نیاز دارد توسط اطرافیان، خانواده و همسرش با وجود تفاوت‌های فردی‌اش مورد پذیرش و حمایت قرار گیرد.





معاونت دانشجویی
مرکز مشاوره دانشگاه



وزارت علوم، تحقیقات و فناوری
دفتر مشاوره و سلامت

خشت:اول

ماهنامه خشت اول شماره چهاردهم Khesht-Aval
ویژه مطالعه دانشجویان e-magazine

مدیر مسئول: دکتر ابراهیم نعیمی

سر دبیر: حمید پیروی

نویسندگان: دکتر معصومه زیبایی نژاد

دکتر مریم معادی اصفهان

اعضای شورای سیاست گذاری: دکتر ابراهیم نعیمی

حمید پیروی

دکتر مریم معادی اصفهان

دکتر زهره عزیزی

دکتر معصومه زیبایی نژاد

امور اجرایی: علی صیدی

طراحی گرافیک: حمیدرضا منتظری

سال انتشار: بهار ۱۴۰۱

تیراژ: الکترونیکی