

ما هي الحاجات العاطفية للرجل والمرأة؟



لابدّ أن يعرف الرجل والمرأة أنّ الحاجات العاطفية لكلٍّ منهما تختلف عن الآخر، فمن الخطأ أن يقدم الرجل الحب والعاطفة للمرأة على الطريقة التي يفضلها هو لا على الطريقة التي تفضلها هي أو العكس. فلكلٍّ منهما طريقته الخاصة، فالرجل مثلاً يحتاج إلى الحب الذي يحمل معه الثقة به وقبوله كما هو، والحب الذي يعبر عن تقدير جهوده وما يقدمه، بينما تحتاج المرأة إلى الحب يحمل معه رعايتها وأنّه يستمع إليها، وأنّ مشاعرها تفهم وتقدر وتحترم.

إنّ للرجل والمرأة عدة حاجات عاطفية أساسية، تتحقق عادة من خلال الحب والعلاقة التي تربطهما ببعضهما، ومن هذه الحاجات:

1- ثقتها به / رعايته لها:

أن يشعر الرجل بأنّ زوجته تثق به وبإمكاناته، وتثق بقدرته على القيام بالأعمال المطلوبة منه. وهو يريد أن يشعر بهذا من خلال العمل والمواقف وليس فقط من خلال الكلام. وتتجلّى هذه الثقة أيضاً من خلال اعتقاد المرأة بأنّ زوجها يبذل جهده مخلصاً في سبيل راحتها وسعادتها.

بينما تحتاج المرأة أن تشعر بأنّ زوجها يقوم برعايتها من خلال إظهار الاهتمام بمشاعرها وأحاسيسها. وهي تحتاج أن تشعر حقيقة أنّ لها مكانة خاصة عند زوجها.

إنّ تلبية إحدى هاتين الحاجتين المختلفتين عند أحد الزوجين من شأنه أن يلبي الحاجة الأخرى عند الطرف الآخر. فعندما تثق المرأة في قدرة زوجها، فإنّه يصبح أكثر رغبة في رعايتها وخدمتها. وكذلك عندما يقوم الرجل برعاية زوجته فإنّها تصبح أكثر قدرة على الثقة العميقة به وبإمكاناته.

2- قبولها له / تفهمه لها :

أن يشعر الرجل بأنّ زوجته تتقبله كما هو، من دون أن تحاول تغييره أو تغيير صفاته. وهذا لا يعني طبعاً أن تعتقد المرأة أنّ زوجها خالٍ من العيوب، وإنما يشير إلى أنها تترك له أمر تحسين نفسه إذا احتاج الأمر.

بينما تحتاج المرأة أن تشعر بأنّ زوجها يستمع إليها ويفهمها ويفهم عنها، وذلك برؤيته يصغي إليها وإلى مشاعرها وعواطفها، من غير أن يصدر أحكامه عليها بالانتقاد أو العتاب.

وهكذا لما تقبلت المرأة من زوجها، كلما تمكن هو من الاستماع إليها وتفهمها. وكلما استمع إليها أكثر، كلما زاد تقبلها له، وهكذا..

3- تقديرها له / احترامه لها :

وذلك بأن يشعر الرجل بأنّ زوجته تقدّر ما يبذله من أجلها، وأنها تلاحظ ما يقدمه لإسعادها، فتخبره كم هي مرتاحة لما يحقق لها، فعندها يشعر بتقديرها له. ويدرك عندها أنّ جهوده لا تذهب سدىً، ولذلك فإنّه يتحمس ويسعى لتقديم المزيد.

بينما تحتاج المرأة أن تدرك أنّ زوجها يعطي أهمية أولى لمشاعرها وحاجاتها ورغباتها وأمانيتها، فعندها تشعر باحترامه لها. ويحقق الرجل هذا من خلال إظهار إهتمامه الحقيقي بها، ومن خلال تذكر المناسبات الخاصة التي تتعلق بها، كذكرى زواجهما، ومن خلال القيام بالأعمال المادية التي تظهر إهتمامه بها كالهدية أو باقة من الورد.

4- إعجابها به / تفانيه لها :

يحتاج الرجل إلى الشعور بأنّ زوجته معجبة به، وذلك من خلال إظهار سعادتها وبهجتها به، ورضاها عنه، أو من خلال إظهار إعجابها بصفاته المختلفة من مهارات ودعابة وتصميم ولطف وتفهم وكرم وشجاعة. وعندما يشعر الرجل بإعجاب زوجته به، فإنّ هذا يدفعه للتفاني أكثر في خدمتها ورعايتها.

بينما تحتاج المرأة للشعور بأنّ زوجها يتفانى في خدمتها ويسخّر نفسه لرعايتها وحمايتها. ويحقق الرجل هذا بأن تكون زوجته أهمّ عنده من الأمور الأخرى في حياته كالعمل أو الدراسة أو الهوايات أو العلاقات الاجتماعية، وبأنّه لا يتردد في بذل نفسه من أجل سعادتها وراحتها. فمثل هذه المشاعر تُسعد المرأة كثيراً. وسيزداد إعجاب المرأة بزوجها عندما تشعر بأنها الرقم واحد في حياته.

5- استحسانها له / إقرار لها :

من الحاجات العاطفية للرجل أن يشعر أن موافق زوجته تنم عن استحسانها لما يقوم به من أعمال، وأنّه فارس أحلامها، ويمكن للمرأة أن تلبّي هذه الحاجة من خلال إبداء رضاها عما يفعله، أو من خلال البحث عن دوافع جيدة حسنة لهذه الأعمال.

وتحتاج المرأة للشعور بأن زوجها يقدرّها على مشاعرها وأحاسيسها، وأنّ معها كلّ الحقّ في أن تنتابها هذه المشاعر والأحاسيس. ويلبي الرجل هذه الحاجة بأن يمسك نفسه عن الاعتراض أو النقد لما شعرت به، أو الامتناع عن محاولة إظهارها بأنها مخطئة لانزعاجها أو تحسّسها من الأمر، وأنّ الأمر لا يستحقّ كلّ إظهارها بأنها مخطئة لانزعاجها أو تحسّسها من الأمر، وأنّ الأمر لا يستحقّ كلّ هذا. وتحتاج المرأة أن ترى في موافق زوجها ما يشير إلى أنّ من حقّها أن تشعر بما شعرت به، بالرغم من أنّّه قد تختلف مشاعره عن مشاعرها، أو تختلف رؤيته للأمر.

وستتمكن المرأة التي تشعر بإقرار زوجها لمشاعرها من استحسان أعماله ومواقفه بشكل أفضل. وكذلك الرجل الذي يرى أنّ زوجته تستحسن تصرفاته، فإنّه سيمصّب أقدر على موافقتها على مشاعرها، وأنّه من حقها أن تمتلك المشاعر التي تشاء.

6- تشجيعها له / تطمينه لها :

إنّ من شأن تشجيع المرأة لزوجها أن يعطيه الدافع القوي للبذل والعطاء أكثر، فهو يحتاج لمثل هذا التشجيع من أجل الاستمرار. وتحقق المرأة هذا من خلال استمرار تعبيرها عن ثقتها به وبصفاته وبأعماله.

بينما تحتاج المرأة إلى استمرار تطمين الرجل لها. والخطأ الذي يقع فيه الرجل عندما يظن بعد أن يخبر زوجته بحبه لها بأنها لا تعود بحاجة للمزيد من التأكيد أو التطمين. والصحيح أنّ المرأة تحتاج إلى دوام تطمين الرجل لها مرة بعد مرة، وإلى أنّّه مستمر في حبها وتقديرها. ويقدم الرجل هذا التطمين من خلال إظهار رعايته وتفهمه واحترامه لها، وإقراره لمشاعرها، وتفانيه في حبها ورعايتها.

وعندما نقول إنّ مما يحتاجه الرجل هو الثقة والقبول والتقدير والإعجاب والاستحسان والتشجيع، أو عندما نقول إنّ المرأة تحتاج إلى الرعاية والتفهم والتقدير والتفاني والإقرار والتطمين، فإننا لا نقصد أنّ هذه الحاجات مختصة بطرف منهما ولا يحتاجها الآخر. فكلاهما يحتاج لكلّ هذه المشاعر العاطفية، إلّا أنّ كلّاً منهما له خصوصيته وتميزه.

المصدر: كتاب دليل الزوجين نحو النجاح