هل تلعبين «شد الحبل» مع زوجكِ!؟

يحب أحدكما السفر والرحلات، والثاني يفضل عليه المكوث بالبيت والاسترخاء، زوجة ترحب بالناس والكلام معهم، وزوج بيتوتي يفضل الصمت والانفراد، هي تستقبل الأمور بصخب وانفعال، وهو عاقل لا يحب الشكوى ويكره الصياح! والنتيجة، خلافات تعكر المزاج، وكلٌّ يحاول التشبث برأيه وجذب الحبل ناحيته ليفوز!

ولأنّ "لعبة شد الحبل" مصطلح نفسي؛ فقد وضع العلماء مجموعة من الأفكار ترشدنا كيف نكسب الجولة، ونحتفظ بالود من دون أن ينقطع حبل الوصال الزوجي.

علاماتك ستحدد قناعاتك ومساحة الخلاف بينك وبين زوجك، وتشير أيضاً إلى عدد المرات التي تحاولين – يحاول – شد الحبل ناحيتك، هل هي كثيرة، قليلة، أحياناً، أم نادراً ما تلعبينها؟!

1- هل المطلوب التوافق والتشابه في الطباع لتسيير دفة مركب الزواج من دون عواصف أو شد حبال؟

أ) غالباً

ب) نعم

ت) لا

ث) أحياناً

2- "تؤكد الأرقام أنّ 60% من أسباب المشاحنات الزوجية، ترجع إلى عملية الشد والجذب – شد الحبل – فلا حياة زوجية دون مشاكل"... ما رأيك؟

أ) غالباً

ب) نعم

ت) نادراً

ث) أحياناً

3- "لكلّ إنسان مزاجه، أفكاره، أساليبه في النظر للأمور.. إضافة لتأثير ضغوط العصر عليه، والنتيجة: كلٌّ يستخدم الآخر كمتنفس؛ فيعاند ويكابر. ولا يتفقان"!

أ) غالباً

ب) نعم

ت) لا

ث) أحياناً

4- "لكلّ إنسان طريقته في تقبل الأشياء ورفضها قبل التعارف الزوجي، وقبل أن يتعلم كلّ منهما كيف يضبط مشاعره وسلوكه ليتماشى مع الطرف الآخر"؟

أ) غالباً

ب) قبل وبعد

ت) تبعاً للشخص

ث) أحياناً

5- "هناك حقيقة تقول: لا يوجد شخصان متطابقان 100%؛ بل هناك نوع من شبه الاتفاق على التغاضي عن الهفوات وتقديم التنازلات... عندما يحاول أحد الطرفين جذب الحبل نحوه" ما رأيك؟

أ) غالباً

ب) أوافق

ت) الغلبة للزوج

ث) تبعاً للموقف

6- هل تعلمين أنك وحدك المسؤولة عن سعادتك ومفتاحها بداخلك، وأنّ الاختلاف لا يعني الخلاف والتغاضي..

وأنّ التنازل من شيم العقلاء؟

أ) أحياناً

ب) ليس دائماً

ت) الغلبة للزوج

ث) تبعاً للموقف

7- هل توصلت إلى معرفة ما يفرح شريكك وما يضايقه، وقمت بعمل نوع من الموازنة الحياتية النفسية بهدف التقارب؟

أ) أسعى لهذا

ب) حاولت

ت) غالباً

ث) أحياناً

8- طباع زوجك هي التي جذبتك إليه.. فتزوجته؛ فهل تركزين الآن على سلبياته وحدها، وتنسين إيجابياته؟!

أ) غالباً

ب) تضايقني

ت) لا

ث) أحياناً

9- هل تعلمين أنّ الشد والجذب أحياناً كثيرة، يكون عَرَضاً لنقص في التواصل الفكري، أو نوع من الانتقام النفسي لجرح قديم؟

أ) غالباً

ب) نعم

ت) أرفض الفكرة

ث) أحياناً

10- هل تتوقعين أن يقوم شريك حياتك بكلّ شيء بنفس طريقتك، أو أن تكون ردود أفعاله مثلما تريدينها؟

أ) غالباً

ب) نعم

ت) لا

ث) إلى حد ما.

والآن اجمعي النتائج..

(أ) 4 فأكثر.. على وشك الوقوع بالحبل!

نعم! أنتِ تمارسين لعبة شد الحبل؛ بل إنك غالباً ما تحاولين جذبه ناحيتك لإثبات صواب رأيك، وأنك الأحق، والنتيجة خلافات ومشادات تهدد صرح حياتك الزوجية، وهذا الأسلوب في التفكير يعني رفضك لوجود مفهوم الاختلاف الشخصي، وتأييدك لفكرة المماثلة والتشابه. وكأنّها إحدى علامات الحب والانسجام الزوجي.

كلمة: أخاف عليك من كثرة شد الحبل بينك وبين زوجك، أخشى عليك الوقوع وخسارة شريك حياتك وتذبذب حالة أطفالك النفسية معاً.

(ب) 5 فأكثر.. تلعبينها بخشونة!

هل تتشابه الأختان، تتطابق طباعهما واختياراتهما؟! العلم يؤكد عدم وجود إنسان يشبه الآخر، أو يفكر مثل ما يفكر الآخر، أو أن تكون ردود أفعال اثنين متشابهةً، ومن هنا تأتي لعبة "شد الحبل" التي يلعبها الأخوات والأصدقاء، والأزواج تحديداً مع بعضهم البعض بهدف كسب الآخر: لصفه، تفاصيله، لرأيه، لمزاجه، لعاداته وأسلوب حياته. وأنتِ تشاركين في هذه اللعبة، ولكن بخشونة؛ لأنك تلعبينها لصالحك فقط ودوماً.

كلمة: كلّ الحياة تسير على منوال الشد والجذب، القوة واللين، التسلط والتسامح، الأخذ والعطاء. ولا تسير باتجاه واحد.

(ت) 3 فأكثر... لكلّ إنسان قناعاته!

لكلٍّ بيئته ومجتمعه الذي نشأ وسطه، وشرب عاداته وتعلم خصاله وشب عليها حتى أصبح شاباً أو شابة يافعة مقبلة على الزواج، وعلى استعداد لمشاركة الآخر رحلة تكوين أسرة، والسؤال: كيف ترفضين الاختلافات وهي من طبائع البشر، كيف تعترضين على أنها تسبب مناوشات زوجية؟ "لولا اختلاف الأذواق؛ لبارت السلع". فما بالك بالإنسان؟

كلمة: أفكارك وميولك وردود أفعالك، واختياراتك الخاصة، هي التي ترسم ملامح شخصيتك في عيون الناس، وبصفاتك الإيجابية، من مرونة وتقبل وتسامح وتنازل، تزداد جاذبيتك. كيف تنكرين؟

(ث) 5 فأكثر... بارعة في شد الحبل!

نعم تجيدين اللعبة؛ فأنت إن تأكدت من صواب رأيك، تمسكت به تعارضت من دونه وشددت الحبل نحوك، وإن ظهر رأيٌ أكثر صواباً منك، أرخيت الحبل وتركته للطرف الآخر وأنتِ مقتنعة بحسن ما تفعلين، "أحياناً" هنا تشير إلى إيجابيات، مرونتك، توازنك النفسي والانفعالي، وعدم تشبثك برأيك وحدك، أو بشد الحبل تجاهك على طول الخط.

كلمة: أنتِ إنسانة عاقلة، قانعة بسيادة الصواب وترك الخطأ والباطل، ولكن احذري، لا تسلمي بسهولة، وفكري جيداً قبل الانسحاب وإعلان موقفك.