

למה היא לא מבינה אותי???

הרב אוהד תירוש



"היא לא מבינה אותי... " אני מדבר בעברית ובכל זאת לא מצליח לתקשר בצורה טובה. אני מנסה להסביר, משתמש בכל הכלים שבידי ועדיין נתקל בקצרים ואי-הבנות בתקשורת הזוגית. בדרך כלל ההרגשה היא ש"היא לא מבינה אותי..." , במובלע אני אומר – "היא אשמה". "אני מסביר לה והיא לא מבינה. אני מסביר את עצמי בצורה ברורה, באתי בגישה חיובית, עם הרבה רצון טוב, באמת שאני לא אשם, היא פשוט לא מבינה אותי" - 'כדור האשמה' נמצא במגרש שלה. המשפט "היא לא מבינה אותי" לא מתרגם אצל רובנו ל"איני מסביר טוב", "איני מתקשר איתה בערוץ הנכון", אלא הוא בדרך כלל מתרגם כך שיש לבת הזוג בעיה, היא לא מבינה, משהו אצלה לא בסדר, הקצר התקשורתי נמצא אצלה.

"היא לא מבינה אותי..". בחן את עצמך- האם אתה מבין אותה?

יש יחס ישיר בין מידת ההבנה שלך את אשתך, למידת ההבנה שלה אותך. ככל שתבין אותה טוב יותר, כך תהיה מובן יותר.

אי-ההבנה אינה נובעת מקושי אינטלקטואלי, הבעיה אינה טמונה במערך הסברה טוב יותר. יש להניח ששני בני הזוג יודעים לתקשר היטב ולהבין את שנאמר להם.

הקושי התקשורתי נובע מבעיה במישור הנפשי. את השותף בעבודה – אין בעיה להבין, את החברה – מבינים מצוין, ואילו עם בן הזוג, נראה כאילו מפריד בנינו קיר אטום.

הכלי הפרקטי הראשון לשבירת קיר-אי-ההבנה הוא להפנות כלפי עצמך את השאלה: "האם אתה מבין אותה"? כשאתה נתקל במצב שבו אתה מרגיש שאשתך לא מבינה אותך, אתה מסביר, ונתקל בקיר אטום, תשאל את עצמך – ואתה, האם אתה מבין אותה? כי אם אתה לא מבין אותה, ואם מהצד שלך יש חומה בצורה, אז סביר מאוד להניח שהחומה שלך היא בת-הזוג של החומה שלה. באותה מידה שאתה חסום כלפיה, גם היא נחסמת.

נלך צעד אחורה ונסה להבין קצת יותר לעומק את אי-ההבנות והפערים הנפשיים בין בני-הזוג. אי-ההבנה בין איש לאשתו אינה מקרית, שורשי אי-ההבנה נטועים בהבדלים הנפשיים העמוקים שבין גברים לנשים.

גברים מנגה נשים ממאדים – השונות הנפשית שבין גברים לנשים

אחד ההבדלים הבולטים בין גברים לנשים הוא במרכז הכובד הרגשי לעומת השכלי **בנפש**. מרכז הכובד של האישה הוא בצד הנפשי והרגשי, האישה חווה את העולם באמצעות הרגש, היא יכולה להיות משכילה ואינטליגנטית ועדיין מרכז הכובד האישיותי שלה יהיה הלב, הרגש, החום, השיחה והמגע.

מרכז הכובד האישיותי של הגבר הוא השכל, אין הכוונה שגברים משכילים וחכמים יותר מנשים, אלא שמרכז הכובד האישיותי של הגבר הוא השכל, במובן הפרקטי, הענייני, התוחם והמארגן. לגברים יש כמובן רגשות ולנשים ללא ספק יש שכל, ההבדל הוא במרכזי הכובד. האיש נפגש עם המציאות בצורה עניינית פונקציונאלית, טכנית ורק אחר-כך הוא מתחבר רגשית.

אישה נפגשת עם המציאות באמצעות הרגש, קודם כל היא מרגישה את הדבר, היא חייבת מגע חי ועל גביו בא הצד השכלי המילולי. אצל האישה החיבור הנפשי קריטי, ועל גביו מגיע הליבון השכלי.

החוש האסתטי ותשומת הלב לפרטים מאפיינים נשים. עבור נשים פרטי הפרטים משמעותיים, האישה תרגיש בשינויים קלים בהתנהגות ובמצב הרוח של הילדים, עבורה, שרשרת חדשה מעוררת שמחה. האווירה, מוסיקת הרקע, הצלחת עליה מוגשת ארוחת הערב- כל אלה משמעותיים. פרטים שגבר ממוצע בכלל לא רואה יזעקו לעיניה של אישה. גבר יכול לנהל שיחה מלב אל לב גם בסלון הפוך, לבוש בבגדים מיוזעים. האיש אומר "נתמקד בתוכן, אנחנו צריכים לדבר על נושא מאוד בוער, בואי נהיה ענייניים, נו דברי!" תכיר במבנה הנפש השונה של אישתך- רגע לפני שיושבים לדבר, מסדרים את הסלון, חותכים סלט, מוציאים קערה יפה ושוקולד ועכשיו אפשר לדבר, אם לא תתחשב בייחוד הנפש הנשית- אתה כורת את הענף עליו אתה יושב.

הגבר נוטה להיות פונקציונאלי, ענייני, תכלסי. אישה נוטה לחוויה, למגע, לרגש.

אישה פונה לבעלה ואומרת: "אני יודעת שאתה מאוד לחוץ הערב אבל אני חייבת לדבר איתך",

האיש מתיישב מותש על הכיסא. האישה מספרת על הילדים ועל העבודה, מה קרה לאימא שלה... בסופו של דבר הוא פולט "אז מה הבעיה?" זאת טעות פטאלית של האיש. האישה נבונה וחכמה, גם אצלה במשרד התואר השני תלוי מעל השולחן, היא יכולה למצוא פתרונות בכוחות עצמה, היא לא חיפשה עצה מחוכמת, היא רצתה לדבר, לשתף, להתחבר, להתקרב. והגבר לא מצליח לצאת מתפיסתו השכלית- תכליתית ולהבין שעבור אשתו השיחה והשיתוף הם עצם העניין. הדבר הנכון הוא להשתתף בשיחה לנהל דיאלוג תוך כדי השיחה. השיחה תסתיים והאישה תאמר "באמת עזרת לי", מה אמרת? בסך הכול הקשבת הקשבה פעילה. אבל זה כל מה שאשתך רצתה, קשר, להיות ביחד במובן האינטימי של לדבר זה עם זה,

ולהבין אחד את השני. לגבר התכליתי לא ברור הצורך בשיתוף נטו – עבורו שיתוף יהיה לרוב במטרה להשיג משהו.

לאישה יש תפיסה ישירה ואינטואיטיבית, היא ניחנה בטביעת עין בריאה בהרבה עניינים. יש לאישה יכולת לקלוט את מה שמעבר למילים. כשמשהו לא בסדר עם אחד הילדים היא הראשונה שתקלוט את זה. היא אומרת: "תשמע, משהו לא בסדר עם משה". הוא אומר לה: "מה לא בסדר? תראי, הוא צוחק, מחייך, קניתי לו כדורגל". שים לב, אתה שוב מדבר איתה פונקציונאלית, טכנית, הילד מחייך אבל אשתך מרגישה שהלב שלו בוכה.

אצל אישה הגוף והנפש רקומים זה בזה, אחד הביטויים לקשר הזה בין הגוף והנפש אצל האישה הוא המקום המרכזי שהלבוש תופס, הארון יכול להיות מלא בגדים ובכל זאת האישה תרגיש שאין לה מה ללבוש, הנפש הנשית מתחדשת ובגד שהיה יפה לפני חודש, היום כבר לא מתאים. גבר יכול לצאת מדעתו כשהוא יושב בסלון ומחכה שסוף סוף אשתו תצא מהחדר והם יוכלו לצאת לחתונה. "מה הסיפור? קחי את זה, קחי את זה ויאללה בואי נצא, כבר מאוחר".

אם קשה לך להיות שם- חכה באוטו, ובמקביל נסה להיכנס לראש שלה, לאט לאט יהיה לך יותר קל להיות בבית במצבים קשים, בסופו של דבר תבין שזאת היא, אלו תכונותיה ותקבל אותם.

תקשור קשר חזק

בעולם השיווק מקובל ללמוד אודות הלקוח, אם אתה מגיע לפגישה עם נציג "תנו לחיות לחיות"- אל תקבע לשבת איתו בסטיקיה, אם הלקוח שוויצרי- תגיע בזמן לבוש בחליפה ועניבה. עבור לקוח אנחנו יודעים כיצד להתאים את עצמנו, קל וחומר שעבור השותפה הקרובה והיחידה שלנו בחיים, איתה אנחנו חיים עשרים וארבע שעות ביממה, עלינו ללמוד היטב מהו מבנה הנפש הייחודי שלה ולהתאים את עצמנו אליה. תלמד מה מאפיין אותה, מה חשוב לה ובאלו נקודות כדאי שאתה תשמור מרחק. אם תלמד להכיר את אשתך לעומק, תצליח ליהנות מהאינפנטים המיוחדים שרק היא יכולה לתת לבית ותוכל גם אתה להבין אותה וממילא להיות מובן יותר. בהצלחה!