دماغ المرأة ودماغ الرجل

د. محمد المهدى
رئيس قسم الطب النفسى
جامعة الأزهر - فرع دمياط

وقف أحد المحاضرين فى المؤتمر مزهوا بما توصلت إليه نتائج الأبحاث من أن مخ الرجل أكثر وزنا بنسبة ١٠ - ٢٠ ٪ من مخ المرأة، وهنا وقفت امرأة من الصفوف الخلفية لتعاجله بتفسيرها الأنثوى : «طبعا علشان مخكوا تخين» .

وهذا يفتح الباب أمام معرفة الفروق بين مخ المرأة ومخ الرجل، على الرغم من أن البحوث مازالت مستمرة للوصول إلى مزيد من الأسرار والفروق، ولكن بقدر كبير من التبسيط يظهر أن هناك اختلافات نوعية فى طريقة عمل كل من مخ المرأة ومخ الرجل تتجاوز الاختلافات الكمية، فمثلا:

● يعمل مخ المرأة كشبكة متصلة وبشكل كلى، بينما يعمل مخ الرجل كغرف مغلقة ومتخصصة، ولهذا تستطيع المرأة أن تتعامل مع أكثر من مهمة فى وقت واحد فهى تراقب طهى الطعام فى المطبخ، وتجهّز «الرضعة لطفلها» وتتابع مسلسلا فى التليفزيون، وتتحدث إلى والدتها فى التليفون، بينما الرجل يحتاج لأن يستغرق فى مهمة واحدة ويركز فيها ويستبعد ماعداها، ولهذا نلاحظ أن الرجل حين يريد أن يعمل يفضل أن يكون فى غرفة مغلقة وهادئة بعيدا عن تشويش من حوله، وينزعج جدا لوتعرض لما يشتّت له انتباهه، ولا يستطيع الانتقال من مهمة لأخرى بسرعة كما تفعل المرأة، بل يحتاج لبعض الوقت ليخرج من غرفة إلى غرفة أخرى، ويحتاج لأن يغلق الغرفة الأولى قبل أن يفتح الغرفة الثانية، وربما هذا هو السر فى وصف بعض الرجال بأن مخهم مقفول أو أنه هو نفسه «قفل» حين يعجز عن الانتقال من موضوع لآخر بسلاسة وبسرعة . والانتقال من غرفة لأخرى يحتاج لوقت عند الرجل، وهذا ما لا تدركه المرأة، فهى تتلقاه على باب الشقة وتعاجله بالحديث فى مشكلة خاصة بها أو بالأولاد أو بالعائلة وهو لايكون جاهزا لاستقبال حديثها حيث إنه لايزال فى غرفة هموم العمل والمواصلات والمشكلات الحياتية فينفعل عليها بينما تغضب هى وتعتبر أنه «مكبر دماغه»، و«حاطط إيده فى المياه الباردة» ولا يريد أن يتحمل بعض مشاكلها ومشاكل البيت أو أنه لا يهتم بها ويعتبرها تافهة .

● والرجل يستطيع أن يأوى من وقت لآخر إلى غرفة فارغة فى عقله فيسترخى ويعيش لحظات يتوقف فيها عقله عن العمل الواعى وهو مستلقٍ على سرير أو كنبة أو جالس أمام البحر، وفى هذه اللحظات لا يلتقط عقله الواعى أو يخزّن معلومات أو أى شىء يشغله، لهذا ربما تخبره المرأة بشىء فى هذه اللحظات فينساه تماما ويقسم بأنه لم يحدث، أما المرأة فمخها يعمل بصفة مستمرة، ولا تهدأ بسهولة، وتكون منتبهة لكل التفاصيل من حولها ومستعدة دائما للاستجابة لمطالب الآخرين من حولها (أطفالها، زوجها، والدها المريض، والدتها المسنة، صديقاتها) . وبمعنى آخر فإن الرجل يمتلك فى مخه خاصية التشغيل والفصل ON/OF بحيث يستطيع أن يفصل فى بعض الأوقات عما يحيط به، فيستمتع بقراءة الجريدة أو مشاهدة المباريات الرياضية أو الجلوس مع أصحابه على المقهى أو الاسترخاء على شاطئ البحر، أما المرأة فليست لديها هذه الخاصية ولهذا يعمل عقلها وتعمل مشاعرها ليل نهار، ولهذا تجد نفسها مجهدة ومرهقة أغلب الوقت. والرجل بسبب هذه الخاصية ينام بعمق أكثر من المرأة ولهذا نجد نسبة الشخير لديه أكثر من نسبتها لدى المرأة، فهى تقوم مرات أكثر لدخول الحمام (خاصة لو كانت حاملا) أو للاطمئنان على أطفالها وتلبية احتياجاتهم ليلا، أو لعمل شىء فى البيت لا يتسع له النهار، أو تجد نفسها فى حالة أرق بدون سبب واضح، فى حين أن زوجها قد راح فى نوم عميق وعلا شخيره (ووصل للجيران) بمجرد أن وضع رأسه على الوسادة .

● والرجل حين يتعرض لضغوط نفسية يحب أن يأوى إلى كهفه صامتا ويعيش فى غرفة «اللاشىء»، وفى هذه الأثناء لا يحتمل أن تحدثه المرأة فى أى شىء، بل يريدها أن تتركه، أما هى فحين تتعرض للضغوط يحتاج مخها إلى أن يعمل أكثر ولسانها أن يتحدث أكثر وتريد من الرجل أن يسمعها وأن يحاورها حتى لو تشاجر معها، فهى لا تحتمل صمته

وتعتبره نوعا من العدوان عليها والمكايدة لها، وتنكّد عليه (وعلى أهله) إذا أغلق باب التواصل معها فى هذه اللحظات.

● والجهاز الطرفى فى المخ Limbic system عند المرأة أكثر نشاطا منه عند الرجل، وهو الجهاز المختص بالمشاعر والأحاسيس والانفعالات، ولهذا نجد المرأة أكثر اهتماما بالعلاقات والعواطف، وهى تستشعرها وتستجيب لها وتعبّر عنها بسهولة وسرعة أكثر من الرجل. وهذه ميزة فى المرأة تناسب قيامها بوظائفها فهى تحتاج إلى أن تشعر بمن حولها من أطفال وكبار لتقوم بواجب الرعاية نحوهم، وتحتاج لأن تعبّر عن مشاعرها حتى تتلقى المعونة فى أوقات ضعفها (وهى كثيرة).

●وفى المقابل نرى مراكز التحليل ومعرفة الاتجاهات والمهارات الفراغية والحركية والعضلية أكثر عند الرجل لتناسب المهام المنوطة به فى التعامل مع الأشياء فى البيئة المحيطة به، ولهذا يفخر الرجل بنجاحه فى الإنجاز فى عالم الأشياء بينما تفخر المرأة بنجاحها فى العلاقات مع البشر.

● واللوزة Amygdala هى جزء من الجهاز الطرفى، وهى مختصة باستشعار الخطر والدفع نحو الهروب أو المواجهة، وهى أيضا أكثر نشاطا عند المرأة ولذلك نرى المرأة أكثر قلقا من الرجل وأكثر استشعارا للمخاطر والأزمات، وبالتالى أكثر هما وخوفا من الأحداث والمستقبل.

● وبما أن المرأة أكثر اهتماما بالعلاقات (بينما الرجل أكثر اهتماما بالإنجاز) فإنها تبذل جهدا ووقتا كبيرين فى الحديث وتريد أن يستمع إليها أحد وهى تسرد تفاصيل علاقاتها بمن حولها أو خلافاتها معهم، والرجل يستمع إلى ذلك على مضض ويشعر بالملل سريعا لأنه يرى أن هذه الأشياء ليست مهمة إلى هذه الدرجة، وأحيانا يراها تافهة، وهذا ما يجعل المرأة تثور وتغضب عليه أكثر وربما تجعل حياته جحيما عقابا على تسفيهه لها ولعقلها، وانتقاما منه لأنه أغلق فمها عن الكلام وسد نفسها وخنق مشاعرها.

● ومراكز الكلام أسرع نموا وأكثر نشاطا عند المرأة، وهى ترغب فى التعبير عن نفسها بكل اللغات الممكنة، وحين تكون تحت ضغط نفسى أو حتى فى حالة فرح ترغب فى الحديث باستفاضة وتريد من يسمعها، ويخطئ الرجل حين يظن أنها تريد منه حلا لمشكلة أو حسما لموقف، هى تريده فقط أن يسمعها وأن يهتم بتفاصيل حياتها وبها، ولا تريده أن يغلق الموضوع مبكرا،وهنا تحدث الخلافات والاشتباكات.

● ومخ المرأة أكثر قدرة على ملاحظة وإدراك التفاصيل الدقيقة أكثر من الرجل، ولديها القدرة على ربط تلك التفاصيل وتذكُّرها، والذاكرة القصيرة عند المرأة أقوى من الرجل خاصة فيما يخص مسائل الكلام والعلاقات، أما الرجل فيتمتع بذاكرة طويلة الأمد أقوى فيما يخص الأحداث ومجمل الأشياء.

● ومراكز التحليل المنطقى والرياضى أقوى عند الرجل، وهذا يجعله أكثر قدرة من المرأة فى هذه المجالات التحليلية والرياضية والحسابية، بينما تتفوق هى عليه لغويا وكلاميا وعلاقاتيا.

وبالطبع هناك اختلافات فردية هنا وهناك ربما تخرج عن هذه القواعد العامة، وهذه الاختلافات والاستثناءات تؤكد القاعدة ولا تنفيها.

وكما نرى فإن ثمة اختلافات جوهرية بين دماغ المرأة ودماغ الرجل فنرى ميزة هنا يقابلها أخرى هناك، وزيادة هنا يقابلها نقص هناك، وهذه حكمة الله ليكون التكامل بين الجنسين كتكامل الليل والنهار، واحتياج كل منهما للآخر دون وصم أو استعلاء أو تفرقة قائمة على النوع، ولا ننسى أن آدم عاش فى الجنة سنوات، وفى وقت من الأوقات استوحش ولم يعد يشعر بنعيم الجنة فخلق الله له حواء لتعيد له الإحساس بالأشياء ولتجعل للحياة لونا وطعما ومعنى ولتكون معه سببا فى عمارة الحياة.

مركز التدريب وتنمية المهارات
ATC

بمستشفى

د. جمال ماضى أبو العزائم

دورات تدريبية

1 - مدرسة الإدمان

2 - الأخصائى النفسى الأكلينيكى

3 - فن التعامل مع الأطفال

4 - فن التعامل مع المراهقين

5 - فن العلاقات الزوجية الناجحة

6 - السمنة والعلاج النفسى

7 - كيف تحدد مستقبلك وتختار كُليّتك

8 - كيف تقلع عن التدخين

9 - أخصائى علم النفس العصبى

للحجز والاستعلام: 01111660232

د. هبة أبو العزائم

01113377766