

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

سلام

غیر لران مایه

کتاب ارزشمندترین هدیه ای است

که می توان به نگاه بلندمان پیوسته کرد.

تقدیم با احترام

امضا



بَرَنْدِه٩ بَا زَنْدِه٩

مهارت‌های حل تعارض همسران



اینجا خانه
شماست



دکتر مسعود نورعلیزاده
عبداله رحیمی

سخن آغازین	۶
پیشگفتار	۸
فصل اول: درآمدی بر عوامل تعارضات زناشویی	۱۳
مقدمه	۱۵
عوامل زیربنایی ایجاد تعارض	۱۶
عوامل روبنایی ایجاد تعارض	۲۲
دستان پشت پرده	۲۷
پلی به فصل آینده	۳۳
چکیده فصل	۳۴
فصل دوم: هفت سنگ زندگی	۳۵
(زمینه‌های تعارضات زناشویی در دوره‌های رشد خانواده)	
مقدمه	۳۷
دوره پیش از ازدواج	۳۹
دوره شکل‌گیری خانواده	۴۰
دوره فرزندآوری	۴۲
دوره فرزندپروری	۴۳
دوره بالندگی فرزندان	۴۴
دوره کوچک‌شدن خانواده	۴۷
دوران بازنشستگی و پیری	۴۸
پلی به فصل آینده	۴۹
چکیده فصل	۵۰
فصل سوم: رویارویی با تعارض	۵۱

مقدمه	۵۳
سبک شما کدام است؟؛ سبک‌های مواجهه با تعارض	۵۴
رویکردهای سازنده و مخرب تعارضات زناشویی	۶۴
واکاوی زوایای تعارض و واکنش‌مان به آن	۷۷
این‌ها یادت باشد؛ پیش‌فرض‌های حل تعارض	۸۱
پلی به فصل آینده	۹۱
چکیده فصل	۹۲
فصل چهارم: فوت و فن‌های ترمیم ترک‌های زندگی (مراحل و گام‌های حل تعارض)	۹۳
مقدمه	۹۵
نقشه راه	۹۷
قدم به قدم تا ترمیم تعارض	۹۸
پلی به فصل آینده	۱۷۳
چکیده فصل	۱۷۴
فصل پنجم: همه فن حریف (نکات کاربردی و حل تعارض در عمل)	۱۷۵
مقدمه	۱۷۷
نمونه کامل حل تعارض همسران	۱۷۷
نمونه‌ای کامل از مشکل‌گشایی و حل تعارض همسران	۱۷۸
جدول حل تعارضات زناشویی (سینا و صبا)	۱۸۸
ملاحظات اساسی در فرایند حل مسئله	۱۹۵
نکات مهم در اثربخشی راه حل‌ها	۱۹۸
فوت‌های کوزه‌گری	۱۹۹
بحث ویژه در مقابله با بحران	۲۰۴
و اما سخن آخر	۲۰۸
خلاصه فصل	۲۰۹
کتابنامه	۲۱۰
پیوست	۲۱۲
فرم تمرین حل تعارضات زناشویی	۲۱۲

سخن آغازین

با همهٔ دشواری‌ها و ظرافت‌هایش، شیرین‌ترین کار عالم «تربیت» است و مهم‌ترین بستر تربیت، «خانواده». خانواده اگر «خانواده» باشد، تربیت شیرین می‌شود و طبیعی. همانطور که ما نفس می‌کشیم، در خانواده هم تربیت می‌شویم؛ بی‌آنکه به آن فکر کنیم و بدانیم چه می‌شود.

تمرکز ما بر تربیت و تعلیم است، آن هم با رویکرد اسلامی و عقلانی و با محوریت مهارت‌آموزی به خانواده‌ها. از این رو طرح «مهرستان» را پایه‌ریزی کردیم تا در پیمودن این مسیر مقدس، بتوانیم منظم و هدفمند و برنامه‌دار پیش برویم. «مهرستان» فقط مخفف «محصولات هنری رسانه‌ای» نیست؛ بلکه اسم مکانی است برای آموختن مهرورزی در خانه و گرمابخشی به کانون خانواده.

از بین همهٔ راه‌های ممکن، با «یار مهربان» به یاری خانواده‌ها آمده‌ایم؛ با همان آشنای پرسخاوتی که صدها نسل بشر را معلم و ارپرورده و فروتنانه با ذهن و ضمیرشان در هم تنیده است.

بله، با کتاب آمده‌ایم و براین باوریم که با همه تنوع ابزارهای دیجیتال و گرایش جنون‌آمیز انسان امروز به آن‌ها، هیچ چیز جای کتاب را نمی‌گیرد! خوشبختانه این یار مهربان، همچنان گنجینه سرشاری به شمار می‌رود که پاسخ‌گوی نیازهای رنگارنگ مخاطبانش است.

به دنبال کار خیرزمین مانده‌ای بوده‌ایم که حضورمان در این عرصه را معنا ببخشد و جریانی پویا و اثری مانا به جای گذارد. سرانجام صدها نفر ساعت پایش و پویش، به معماری طرح خانواده‌محور «مهرستان» انجامید که یکی از میوه‌هایش اکنون در دستان شماست.

مشتاقانه منتظریم تا با دریافت دیدگاه‌های شما سروران عزیز به آدرس mehr@mehrestan.ir بیش از پیش مرهون مهربانی‌هایتان گردیم.

بر آستان جانانی سرسپاس فرود می‌آوریم که توفیق، رفیق طریقمان کرد تا دوره امانت داده شده در مزرعه دنیا را به خوشه چینی از خرمن ارباب و اصحاب فرهنگ و اندیشه بگذرانیم و آنگاه با لطفی دوچندان، ما را و امدار فضل بی‌کرانش کرد تا در طرح پربرکت «مهرستان» بتوانیم بابت تولید و ترویج محصولات فرهنگی و تربیتی، مدال افتخار بر گردن بیاویزیم. از تک به تک سروران ارجمندی که ذره‌پروری کردند و گام به گام مسیر را هم‌شانه ما شدند، به رسم ادب، خاضعانه سپاسگزاریم.

مهرستان

اینجا خانه شماست

پیشگفتار

در پهنه گیتی، اموری گران قدر و با اهمیت ویژه هستند که از نشانه‌های خدای مهربان شمرده می‌شوند. اموری مانند خلقت نخستین آدم از خاک، خلقت آسمان‌ها و زمین، گستردگی و تفاوت زبان‌های مردم، اختلاف رنگ پوست انسان‌ها، افت و خیز روزانه آدمیان در روز و شب برای به دست آوردن روزی، استراحت شبانه، رعد و برق و باران، حیات دوباره زمین پس از مرگ زمستانه، به پابودن آسمان و زمین به امر خدای توانا، همه از امور بااهمیتی‌اند که لایق نشانه بودن برای خداوند هستند. یکی از همین نشانه‌ها که در کنار نمونه‌های یادشده در قرآن ذکر شده اما ما انسان‌ها بدان بی‌توجهیم، همسراست. این نعمت بی‌بدیل را خدای مهربان برای انسان قرار داد تا در کنار او به آرامش و مهربانی و رفع نیاز دست یابد:

﴿وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ

مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ﴾^۱ (و از نشانه‌های او اینکه

همسرانی از جنس خودتان برای شما آفرید تا در کنار آنان آرامش یابید

و در میانتان مودت و رحمت قرار داد. در این نشانه‌هایی است برای گروهی که تفکر می‌کنند.)

حالا که وجود همسر و رسیدن به آرامش و مهر، یکی از نشانه‌های اوست، سوآلی ذهن انسان را به خود مشغول می‌کند: پس چرا بسیاری از ما بعد از ازدواج، به این نعمت یا دست نمی‌یابیم یا طعم کاملش را نمی‌چشیم؟ ایراد کار کجاست؟ پاسخ این است: چون مهارت‌های لازم برای حل تعارضات را نیاموخته‌ایم. هیچ زندگی و حتی هیچ در کنار هم بودنی، خالی از تضاد و تراحم فکرها و سلیقه‌ها و عملکردها نیست. این طبیعی است که رفتارهای دو شخص مستقل، متفاوت باشد و در نتیجه همیشه با هم هم نظر نباشند. آنچه مهم است، آموختن مهارت حل تعارضات زناشویی و مدیریت مشکلات است تا از بروز اختلافات شدید جلوگیری شود و سدی باشد در برابر فاصله‌ها و جدایی‌ها.

پس ممکن است اختلاف و تعارض بخشی از تمامی روابط حتی روابط عاشقانه باشد. تعارض مفهومی است در مقابل همکاری و سازگاری، فرایندی که هنگام تداخل فعالیت‌ها، علایق، منافع و اهداف یا دیگر امور وابسته به شما، با فعالیت‌ها، علایق، منافع و اهداف و دیگر امور وابسته به شخص دیگر، از جمله همسران اتفاق می‌افتد. تعارض با دو نشانه مشخص می‌شود: اول آشفتگی در روابط که با نشانه‌هایی مانند رقابت، تحقیر و ناکام‌سازی طرف مقابل بروز می‌کند؛ دوم دائمی بودن این آشفتگی. رقابت شدید و اخلاف در

۱. رابرت بارون و دیگران، روان‌شناسی اجتماعی، ترجمه یوسف کریمی، ص ۷۰۸.

زندگی وقتی معنا پیدا می‌کند که مداوم باشد و به مرور زمان از بین نرود.^۱ همین دو نشانه است که بین مفهوم تعارض و اختلاف فرق می‌گذارد. اصل وجود اختلافات امری طبیعی است؛ اما این اختلاف بر اثر مهارت نداشتن در کنترل و حل آن، به درگیری و ستیز تبدیل می‌شود.

هر انسانی با انسان دیگر متفاوت است، در شخصیت، منش، عادات، روحیات و رفتار و... اختلاف چون لازمه متفاوت بودن انسان‌هاست، به خودی خود جنبه منفی و تاریک ندارد. آنچه اجتناب‌پذیر است و جنبه منفی دارد، دامن زدن به این اختلاف و حل نکردن آن به صورت صحیح و تبدیلی به آشوب، آشفتگی، جنگ و تعارض است. اختلاف بد نیست؛ بلکه نحوه مواجهه شما با اختلاف ممکن است بد و خطرناک باشد.

مشکلات زندگی از سطوح پایین تنش شروع می‌شود و به تدریج با انباشت آن‌ها روی هم، به رشد خود ادامه می‌دهد و به مشکلات پیچیده تبدیل می‌شود. مشکلات زناشویی بر اساس ترتیب پیچیدگی و استرس‌زایی، به سه محور اساسی طبقه‌بندی می‌شود: مسئله، تعارض و بحران. ابتدا با مسائل روبه‌رو می‌شوید، بعد با تعارض و سپس در مواقع حاد با بحران. حل مشکلات در سطوح پایین به مراتب راحت‌تر و ساده‌تر از سطوح بالاست.

• مسئله: به مسائل روزمره زندگی اطلاق می‌شود که معمولاً پیچیدگی،

۱. کیم هالفورد، زوج‌درمانی کوتاه‌مدت، ترجمه مصطفی نبریزی و دیگران، ص ۲۰؛ الیوت اسمیت و دیان مکی، روان‌شناسی اجتماعی، ترجمه اردشیر اسدی و دیگران، ص ۵۶۶؛ دیوید مایرز، روان‌شناسی اجتماعی، ترجمه حمید شمسی‌پور و دیگران، ص ۲۸۱.

ابهام و تنش زیاد ندارد.

• **تعارض:** تعارضات زناشویی که نوعی توافق نداشتن مداوم و معنادار بین همسرهاست.

• **بحران:** موقعیتی تصورنشده‌نی و پیش‌بینی‌ناپذیر و چالشی فوق‌العاده استرس‌زا که در زندگی خانوادگی اتفاق می‌افتد.

تعارض چون دو ویژگی آشفتگی و ستیز دارد، در بهترین حالت مایهٔ اختلال و در بدترین حالت مخرب زندگی شماست. زمانی که تعارض پیش می‌آید، مهار آن دشوار شده، غالباً از علل اولیهٔ پیدایشش جدا می‌شود و حتی پس از اینکه علل بروزش، موضوعیتشان را از دست می‌دهند یا به فراموشی سپرده می‌شوند، همچنان ادامه می‌یابد و آن قدر شدت می‌گیرد که تمامی افراد و اشیایی را که در تماس با آن قرار دارند، از پا درمی‌آورد.^۱

بنابراین تنها راه اصلاح روابط و ایجاد سازگاری بیشتر، حل تعارض به شکلی صحیح و منطقی است. پس آموزش مهارت‌های غلبه بر مشکلات زندگی و حل تعارضات زناشویی اهمیت فوق‌العاده‌ای در حل مسائل زندگی و افزایش سازگاری و رضایت دارد. راهبردهای مشکل‌گشایی در تسکین پریشانی زناشویی، کاهش تعامل‌های منفی و ایجاد دگرگونی‌های مثبت در محیط خانواده، کارایی زیادی دارند.^۲

۱. رابرت بولتون و دیگران، روان‌شناسی روابط انسانی، ترجمهٔ حمیدرضا سهرابی، ص ۲۸۹.

۲. فیلیپ ایچ برنشتاین و مارسسی تی برنشتاین، زناشویی درمانی از دیدگاه رفتاری (رتباطی)، ترجمهٔ حسن پورعابدینی نائینی و غلامرضا منشی، ص ۱۸۰.

در این کتاب، مهارت مدیریت و حل تعارضات زناشویی را با طعم اسلامی و روان‌شناختی تقدیم شما می‌کنیم تا با برنده شدن هر دوی شما در مقابل مشکلات زندگی، سهمی در گرمی بخشیدن به خانه پرمهرتان داشته باشیم. ابتدا گزیده‌ای از عوامل گوناگون ایجادکننده تعارض بین همسران بیان می‌شود. در فصل دوم به نحوه رویارویی با تعارضات و سبک‌های کارآمد و ناکارآمد مواجهه و حل تعارضات پرداخته می‌شود. در فصل سوم فوت و فن‌های ترمیم ترک‌های زندگی تقدیم شما می‌شود و در آن، به صورت عملیاتی و گام‌به‌گام، راهبردها و راهکارهای حل تعارضات و مسائل زندگی زناشویی ارائه خواهد شد. همه فن حریف عنوان فصل چهارم است که با ذکر نمونه‌ای کامل و عملی از نحوه حل تعارض همسران و بیان نکات کاربردی و فوت‌های کوزه‌گری و در نهایت مقابله مؤثر با بحران، پایان بخش این کتاب خواهد بود.





فصل اول: درآمدی بر عوامل تعارضات زناشویی



دریچه‌ای به مباحث این فصل:

- چه چیزهایی به تعارض میان همسران دامن می‌زنند؟
- عوامل زیربنایی و بنیادی تعارضات زناشویی کدام‌اند؟
- عوامل روبنایی و سطحی تعارضات زناشویی کدام‌اند؟
- آیا مشکلات و تعارضات ما همانی هستند که می‌بینیم و متوجهشان می‌شویم؟
- مسائل پنهانی در پشت پرده تعارضات کدام‌اند؟
- شناخت عوامل و زمینه‌های تعارضات زناشویی ابزار مدیریت آن‌هاست. در این فصل، این عوامل به صورت فشرده ارائه می‌شود. البته هر عامل به فن مقابله‌ای خاص نیاز دارد که یک مهارت محسوب می‌شود و هر مهارتی را باید یاد گرفت.

مقدمه

محبت، عشق و رزی، صمیمیت، همراهی و حمایت یکدیگر، نیروهایی هستند که همسران را در کنار هم نگه می‌دارد. با وجود این نیروها که موجب تقویت این ارتباط هستند، در بین زوج‌های متعارض چه چیزی نادرست است که نمی‌توانند یکدیگر را تحمل کنند؟ و چرا عشق به تنهایی برای حفظ ارتباط کافی نیست و مقاومتش را از دست می‌دهد؟ چه نیروهای تفرقه‌افکنی وجود دارند که سبب قطع ارتباط می‌شوند؟^۱

گاهی منشأ تعارضات زناشویی، مسائلی بنیادی هستند که آثاری عمیق در پی دارند. گاهی پای عواملی سطحی و کم‌ضررتر در میان است. علاوه بر این در برخی اوقات، مسائلی پنهان در روابط همسران وجود دارند که چون پنهان‌اند، به چشم نمی‌آیند و خیال می‌کنیم مشکل چیز دیگری است. اکنون در سه بخش به بازخوانی کوتاه این مسائل می‌پردازیم.

۱. نک: آرون تی بک، عشق هرگز کافی نیست، ترجمهٔ محبوبه رمضان زاده، ص ۱۱.

◀ عوامل زیربنایی ایجاد تعارض

عواملی که تأثیرات عمیق و مشکلات جدی در پی دارند، چهار دسته‌اند:

۱. جهان بینی و طرز نگاه و تفکر ما درباره ازدواج؛
۲. تفاوت‌های شخصیتی؛
۳. تفاوت‌های جنسیتی و نیازهای متفاوت؛
۴. ضربه‌های تکان دهنده در طول زندگی زناشویی.

جهان بینی ازدواج

از چه زاویه‌ای به ازدواج و زندگی مشترک نگاه می‌کنید؟ آیا جام جهان بینتان با جام جهان بین همسران یکی است یا متفاوت؟ نگرش‌ها و ارزش‌ها و اهداف ازدواج، جام جهان بین شما را تشکیل می‌دهند. روابط شما در زندگی زناشویی با «معنا» و «درک» ذهنی‌تان از ازدواج گره خورده است. باورها و طرز فکران درباره ازدواج و نقش‌ها و وظایفی که هریک از همسران بر عهده می‌گیرند، طرز رفتارشان در طول زندگی مشترک را تعیین می‌کنند.^۱

شوهر از کار به خانه برگشته. ساعت ۱۵ است و حسابی گرسنه و خسته.

در خانه را که باز می‌کند، خبری از بوی غذا نیست!

- مگه من زن نگرفتم تا برام آشپزی کنه؟! پس کو غذا؟! الان به

حسابش می‌رسم! مثل اینکه وظیفه‌ش یادش رفته!

۱. فلیپ گه‌رن و دیگران، ارزیابی و درمان تعارض زناشویی، ترجمه فرشاد بهاری، ص ۲۸؛ محمدرضا سالاری فر، زوج‌درمانی با روی آورد اسلامی، ص ۱۶۷.

زن خانه هم از آن ور بلند می‌گوید:
 - توی دلت بدوبیراه نگو. کُلفت که نگرفتی! وظیفه من بساب و بشور
 و بپز نیست!

همان طور که می‌بینید، با هر فکر و ذهنیتی، رفتاری خاص از هر کدام از همسران
 بروز می‌کند.^۱ برعکس نمونه بالا، اگر آقا وقتی وارد خانه شد و دید غذا آماده
 نیست، این طور فکر کرد که «خانمم می‌داند باید چه کار کند و هیچ وقت از
 کارهای خانه کم نمی‌گذارد»، «عصبانی نمی‌شود و با خودش می‌گوید: «حتماً
 حالش مساعد نبوده یا کار خاصی برایش پیش آمده که غذا نپخته.»

تفاوت‌های شخصیتی

خانم: شوهر من همیشه روزگار خسته و بی‌حاله. بی‌حوصله و زورگوست.
 وای! از شلختگی و تنبلی و بدسلیقگی‌ش دیگه نگو! تا حالا یک بار هم
 نشده که مثل بچه آدم بدون اینکه من بگم، خودش آشغال‌ها رو برداره
 بذاره بیرون.

آقا: زن من سخت‌گیره و رفتار سردی داره. انگاریه پلیس استخدام کردم
 توی خونه که همه‌ش گیربده و نق بزنه. اصلاً به حرفم نیست و مدام
 دعوا و لج و قهر....

دومین عامل بنیادی، تفاوت‌های شخصیتی است. ما انسان‌ها به یک کوزه
 می‌مانیم که با بعضی ویژگی‌ها پر شده است. بخشی از رفتاری که از ما سر

۱. جودیت بک، شناخت‌درمانی: اصول و مفاهیم ماورای آن، ترجمه لادن فتی و فرهاد فریدحسینی، ص ۳۰.

می زند، مطابق آن درون مایه اصلی است: «كُلُّ يَغْمَلٍ عَلَى شَاكِلَتِهِ»^۱ (هرکس طبق حال و هوا و ساختار نفسانی خود عمل می کند.) وجود خصلت و صفتی خاص در شما یا تفاوت شما و همسران در برخی ویژگی های شخصیتی (تیپ های مختلف شخصیت)، از جمله سبب های بنیادین بروز نارضایتی و اختلاف ها و تعارض هاست. برخی از روان شناسان رضایت یا نارضایتی زناشویی را بیش از هر عاملی، متأثر از ویژگی های شخصیتی همسران می دانند. هر یک از ویژگی های افراد، الگوهای خاصی را در رفتارها و تعاملات به آن ها تحمیل می کند که در صورت متفاوت بودن ممکن است عامل تنش و تعارض آن ها شود.^۲

در روند طبیعی زندگی، تب عشق و احساسات کم کم فروکش می کند و شما می مانید و تفاوت های شخصیتی با همسران. بر اثر این تفاوت ها، در موقعیت ها متفاوت عمل می کنید. به همین دلیل رفتارهای همسران را منفی تلقی می کنید، غافل از اینکه بیشتر این رفتارها بر اثر تیپ شخصیتی اوست و نه عمدی، و با این تلقی منفی، چرخه معیوب زندگی آغاز می شود. چون منفی تلقی می کنید، لازم می دانید واکنش نشان دهید و می دهید؛ اما کارها خراب تر می شود؛ چون همسران نیز به این واکنش شما واکنش نشان می دهد. برای مثال، وقتی یکی از همسران برون گرا و دیگری درون گرا باشد، اینکه همسر

۱. اسراء، ۸۴.

۲. دیوید اولسون و دیگران، بازیابی روابط همسران، ترجمه شکوه نوابی نژاد و مهرنوش دارینی، ص ۲۳۱؛ منصوره سادات صادقی و دیگران، «رابطه تشابه ویژگی های شخصیتی زوجین و رضایت زناشویی»، ص ۶۸.

درون‌گرا همه‌اش ترجیح دهد در خانه بماند و به مهمانی‌ها نرود، بی‌احترامی به بستگان تلقی می‌شود و طرف مقابل را عصبانی می‌کند.

دنیای متفاوت زن و مرد

دنیای مرد با دنیای زن تفاوت‌های بسیاری دارد. تفاوتشان به لحاظ زن یا مرد بودن آن قدر به چشم می‌خورد که گویا آن‌ها از دو جهان متفاوت آمده‌اند. این نوع تفاوت‌های جنسیتی منشأ بروز آسیب‌هایی می‌شود که بر زندگی زناشویی آن‌ها سایه می‌اندازد و گاه آن‌ها را دچار اختلاف و تعارض می‌کند. در کنار تفاوت‌های مهم فیزیولوژیکی و ذهنی و شناختی و احساسی و عاطفی زن و مرد، ارتباط‌گرایی در مقابل هدف‌گرایی آنان سبب پدیدار شدن تفاوت‌های زیادی در عملکرد و رفتارهای این دو در موقعیت‌های گوناگون می‌شود.

زنان ارتباط‌گرا هستند و هویتی ارتباطی دارند؛ اما مردان هدف‌گرا هستند و خود همسر و زندگی زناشویی برایشان موضوعیت دارد. این نوع گرایش‌ها نیازهای متفاوتی را در آن‌ها پدید می‌آورد. به همین دلیل، زنان دوست دارند به ارتباط و پیوند جویی عاطفی بپردازند؛ اما مردان دنبال سرعت در به نتیجه رسیدن و انجام دادن کارها بدون کمترین تشریفات و هزینه و سریع‌ترین راه ممکن اند.^۳ این تفاوت در بسیاری از مسائل زندگی بدین شکل خودنمایی می‌کند:

• ازدواج: زن به فرایند ازدواج و رسوم خیلی اهمیت می‌دهد؛ ولی مرد

۳. استون ای رودز، تفاوت‌های جنسیتی را جدی بگیریم، ترجمه مسعود جان بزرگی و معصومه محمدی، ص ۱۰؛ مرتضی منطقی، زن شرقی مرد غربی، ص ۱۴۵.

به نتیجه و هدف آن یعنی اینکه سریع زیر یک سقف بروند، چشم می‌دوزد. یکی از شکایت‌هایی که معمولاً خانم‌ها دارند، این است: «مگه من چند بار قراره عروسی بگیرم؟! تو باید برام فلان... کنی.» آقایان هم معنای آن را نمی‌فهمند: «آخه چه لزومی داره این همه خرج کنیم و این همه مهمون دعوت کنیم?!»

● روابط عاطفی: مردها در برخورد با مشکلات، بر راه‌حل‌ها تمرکز می‌کنند؛ در حالی که زنان بر مشارکت در احساسی که درباره مشکلات دارند، تمرکز می‌کنند. زن حرف می‌زند تا احساسش را به شوهرش بفهماند و شوهر با او همدلی کند؛ اما مرد کلی فکر می‌کند که راه حل پیدا کند. زن چون برای احساسش پاسخی نمی‌یابد، به حرف‌های مرد گوش نمی‌دهد و برخلاف آن عمل می‌کند.

● روابط جنسی: زنان با هدف عشق و عواطف، درگیر روابط جنسی می‌شوند؛ اما دلایل مردان کاملاً فیزیکی و لذت‌جویانه است. مرد چون پاسخ مطلوبی برای نیازهای جنسی‌اش نمی‌یابد، کج خلقی و بی‌محلی می‌کند. زن نیز چون بی‌محلی و بدرفتاری می‌بیند، نمی‌تواند شوهرش را غرق در لذت جنسی کند. دامنه این امر به تدریج به کل روند زندگی کشیده می‌شود.

● مسائل حاشیه‌ای دیگر؛ مانند خرید لوازم منزل: زن عاشق خرید و بازارگردی است و مرد کلافه از این کار.