عزيزة الشيبة
Aziza Al Shaibah

لم تكن المشكلة في غياب التقدير...
بل في اختلاف لغاته.

عزيزة الشيبة
كوتش محترف معتمد
ICF - PCC

لغات التقدير المنسية

By Aziza Alshaibah

دخلت روان مكتب الكوتش نادية
بخطوات مثقلة، تحمل في حقيبتها أوراق
عملها وفي قلبها قرارًا تظن أنه النهائي.
جلست على الكرسي الجلدي المقابل
لنادية، وبدأت تسرد قصة تعبها المستمر
كأم عاملة، وكيف أن فكرة الطلاق
أصبحت الملاذ الوحيد من شعور
التهميش الذي يطاردها في بيتها.

بدأت روان تتحدث عن "زيد"، زوجها
الذي تراه لا يشعر بحجم تضحياتها.
قالت بنبرة حزينة: "أعود من العمل
منهكة، أعتني بالأطفال، وأدير المنزل،
وبدلًا من كلمة شكر، يطلب مني أن
أكون في كامل أناقتي لحظة دخوله
المنزل. ألا يرى تعبي؟ هل أنا مجرد
لوحة جمالية في حياته؟ أين التقدير؟".

ظلت نادية صامتة، تنصت بقلبها قبل أذنيها. لم تقدم نصيحة ولم تحكم على زيد، بل كانت تدوّن كلمات روان المفتاحية. كانت روان تتوقع أن تسمع كلمات تعاطف أو تأييد لقرارها، لكن نادية حافظت على هدوء الكوتش المحترف، منتظرة اللحظة المناسبة لطرح السؤال الأول.

سألت نادية بهدوء: "روان، لقد ذكرتِ كلمة 'التقدير' عدة مرات. ماذا يعني التقدير بالنسبة لكِ أنتِ؟ كيف تشعرين أنكِ مقدرة؟". صمتت روان قليلًا، ثم أجابت: "التقدير هو أن يحترم جهدي، أن يساعدني في مهامي، أن يرى العرق على جبيني ويقول لي شكرًا لأنكِ تحملين معنا عبء الحياة".

تابعت نادية بابتسامة خفيفة: "إذًا التقدير عندكِ هو لغة الفعل والمشاركة في الجهد. والآن يا روان، دعينا ننظر من زاوية أخرى.. ماذا يعني التقدير بالنسبة لزيد؟ كيف يرى هو التقدير من وجهة نظره كزوج؟". بدت روان مباغتة بالسؤال، فلم تفكر يومًا في مفهوم زيد للتقدير.

بدأت روان تسترجع المواقف في ذهنها. تذكرت كيف يعمل زيد لساعات طويلة ليوفر لهم حياة كريمة، وكيف يحرص على أن لا ينقص البيت أي من المتطلبات المادية. قالت بتردد: "ربما يرى التقدير في توفير الأمان المادي لنا.. هو يرى أن عمله الشاق هو أقصى درجات حبه وتقديره".

طرحت نادية السؤال التالي: "وماذا عن طلبه الدائم بأن تكوني في كامل أناقتكِ عند استقباله؟ لو وضعنا هذا الطلب في سياق 'التقدير' الذي يفهمه هو، كيف يمكننا تفسيره؟". بدأت ملامح روان تتغير، وكأن غشاوة بدأت تزول عن عينيها.

همست روان وكأنها تكتشف سرًا: "ربما أناقته بالنسبة له هي لغة استقبال.. ربما يشعر بالتقدير عندما يرى أنني أخصص وقتًا لنفسي ولأجله رغم تعبي، وكأن جمالي في استقباله هو المكافأة التي ينتظرها بعد يومه الطويل. هو لا يريد إرهاقي، بل يريد أن يشعر أن البيت مكان للجمال والراحة وليس لضغوط العمل فقط".

لم تقرر روان الطلاق، بل قررت أن تفتح باب الحوار. ودعت نادية بامتنان، وعادت إلى منزلها وهي تخطط لجلسة هادئة مع زيد، ليس لتعاتبه، بل لتعلمه لغتها وتتعلم لغته، لكي لا يضيع التقدير بين ترجمات خاطئة.

عزيزة الشيبة
Aziza Al Shaibah

عزيزة الشيبة
كوتش محترف معتمد
ICF - PCC

خرجت روان من الجلسة وهي لا تحمل
قرارًا حاسمًا،
بل فهمًا أعمق.
لم تعد ترى زيدًا من زاوية الألم فقط،
بل من زاوية إنسانيته وطريقته
الخاصة في التعبير.
الكوتشنج لم يغيّر الآخر،
بل وسّع وعيها لترى ما خلف السلوك.
وهنا بدأ التحول الحقيقي:
من صراع على التقدير، إلى حوار قائم
على الفهم.
في نبض الكوتشيز، نُنمّي هذا الوعي،
لأن الحضور العميق يفتح أبواب
الفهم... ويُحدث الأثر.

مجتمع نبض الكوتشيز