علامات تساعدك على التعرف على العلاقة السامة منذ البداية

إذا وقعت على الفور في حالة حب دون أن تعرف الطرف الثاني حقًا، إذا كنت لا تستطيع التوقف عن التفكير في شخص ما، إذا كان مزاجك يعتمد كليًا على ما إذا كان اهتمامك بالحب يدعوك اليوم، فإنك تكون عرضة للاعتماد العاطفي غير الصحي. إنها عادة صفة من الناس الذين ليس لديهم ما يكفي من الحب لأنفسهم ويشعرون بالحاجة إلى البحث عنه من الخارج.

الأشخاص الذين يعتمدون عاطفيًا، يضعون شريكهم على قاعدة ، ويبنون حياتهم كلها حوله. يحاولون إما السيطرة الكاملة على شريكهم، أو أنهم يلعبون دور الضحية بينما يستمدون المتعة من معاناتهم.

لذا، نقدم لك علامات تساعدك على التعرف على العلاقة السامة منذ البداية :

1- تعتقد على الفور أنك وجدت حب حياتك

هناك أشخاص شديدو العشق، وبعد أول موعد يعودون الى المنزل مع مشاعرهم، "هذا هو الشخص المثالي الذي كنت أنتظره طوال حياتي!" للأسف، غالباً ما يتبين أن الأمر ليس كذلك. إذا وجدت نفسك في مثل هذا الموقف، خذ استراحة كل بضعة أيام لتكون لوحدك وقم بعمل شيء يصرفك عن التفكير بهذا الشخص.

2- ترى شريكك مثالي أكثر من اللازم

في بداية العلاقة، من المهم أن تستمع أكثر مما تتحدث، والمفتاح هو الإصغاء بعناية. إذا قال شخص ما بشكل عرضي ، "أنا لست الشخص الأسهل …" فعلى الأغلب ، فهم يعطونك بعض الرؤى حول شيء يعرفونه عن أنفسهم ولا تعرفونه بعد. إذا تم ذكر شيء حتى بطريقة غير رسمية، لا تغفله.

عندما يرمي شخص ما في" تحذيرات"، فإنه في الواقع يعني أنهم لا يعتقد أنك الشخص المناسب له وأنه لا يريدك أو أنه مستعدون لمواصلة العلاقة فقط بشروط.

3- تهمل أصدقائك لإرضاء شريكك

لا تهمل أصدقائك عندما تدخل علاقة. عندما نبدأ في مواعدة شخص ما، من الطبيعي أن نركز على هذا الشخص ونريد مشاركة كل شيء مع أصدقائك. لكن يجب أن تضع في اعتبارك أن أصدقائك يريدون قضاء بعض الوقت معك، وأنهم لا يريدون بالضرورة قضاء الوقت كله في الاستماع إلى قصص حول الشخص الذي تتواعد معه.

لذلك من الأفضل أن تقدم شريكك لأصدقائك في وقت مبكر. ربما سيلاحظون شيئًا لم تفعله وتبقيك من غمر نفسك في علاقة سامة.

4- تنسى هوايتك

لا تنسى أنشطتك المفضلة وهواياتك. يجب على شخص جديد أن يجعل حياتك أكثر إثارة للاهتمام ويجب أن تضيف إلى حياتك. إن الشخص المتحمس والنشط المهتم بالعديد من الأشياء المختلفة يعد جذاب كشريك. لا تجعل من حبيبك مركز كونك. من المهم أن تفهم أنه ليس عادلاً أن تعتمد على شريكك بالكامل.

5- تغض النظر عن إشارات تنذر بالخطر

انتبه إلى أي مشاعر أو شكوك قد تكون لديك. إذا كان شيئًا ما عن سلوك شريكك مزعجًا لك، فلا تتردد في معالجة المشكلة على الفور. لا تأمل أن يتغير شريكك بنفسه. يجب أن يكون ذلك كافياً لقول ذلك مرة واحدة لشخص يقدرك لكي يبدأ هذا الشخص في بذل جهد لتحسين الوضع.

لا تشعر بالحاجة لتبرير تصرفات شريكك بسبب صدمات طفولته أو وضعه بالعمل أو المشكلات التي يواجهها. ليس هناك حاجة لتكون منقذ شريك حياتك.

6- تشعر بالغيرة بشكل لا يصدق بسبب كل شيء

لا ينبغي أن تؤثر تجارب مؤسفة في الماضي أو الخوف أو الشعور بالوحدة على حاضرك. هل توجد أسباب الغيرة الخاصة بك بالفعل أم أنها فقط في خيالك؟ من الممكن أن تؤدي مشاعر الغيرة المفرطة إلى تعرضك لخطر فقد شريك حياتك ليس بسبب شخص آخر، بل بسببك. لا أحد يستطيع تحمل عدم الثقة المستمر ولا أحد يريد أن يطمئنك على حبهم.