

لماذا يصعب على بعض الأشخاص العثور على الحب؟

بالرغم من تطور وسائل التواصل الاجتماعي وكثرة الأصدقاء والمعارف على الشبكات، أصبحت الوحدة منتشرة وشائعة في الوقت الحالي.

تعاني نسبة كبيرة من الأشخاص البالغين من صعوبة في العثور على الحب وشريك الحياة. هناك أسباب شائعة تمنع الأفراد من العثور على الحب.

لماذا يصعب على بعض الأشخاص العثور على الحب؟

1- أنت تفكر بالعلاقة على نحو مثالي

لكل شخص فكرة خاصة حول العلاقة المثالية ، قد يستوحي شخص هذه العلاقة من فيلم رومانسي وآخر من كتاب. لكن يحلم أغلبية الأشخاص بتحقيق هذه القصة وجعلها حقيقة.



يتم أحيانًا سحق الأحلام بالواقع. في الحقيقة، لا يوجد العلاقة المثالية، ولا يوجد أزواج مثاليين .

يجب عليك أن تفهم أن شريكك هو شخص واقعي ، وليس شخصية من فيلم أو كتاب . لذلك، عند رؤية ومقارنة شريكك في العلاقة عليك أن تدرك انه لديه أخطاء تمامًا مثل أي شخص آخر.

2- لا تتمتع باحترام الذات

احترام النفس والأشخاص الآخرين هو أساس نجاح واستمرار أي علاقة ، بما في ذلك النوع الرومانسي. هل يمكن أن تقع في حب شخص لا يحترم ذاته ؟ فهذا التواصل من المرجح أن يستند على الشعور بالذنب فقط ولن تكون العلاقة جيدة بالنسبة لأي طرف منها .



ما يجب عليك القيام به في هذه الحالة، هو في البداية ، تحتاج لإيجاد دعم داخلي لمساعدة نفسك لدى الشعور بالحزن والإكتئاب.. هذا يمكن أن يتم من خلال معرفة إنجازاتك، هواياتك، الأمور المهمة بالنسبة لك أو مبادئك الإرشادية. لا تدع أي شخص يجعلك تشك بأهميتك.

3- تنتهك مساحة الطرف الثاني الخاصة

يوجد رأي أن تقنيات التلاعب يمكن أن تساعد على إصلاح أي علاقة عاطفية . لكن لا يجب اي فرد التلاعب به أو حتى الأسوأ عندما يحاول هذا الشخص تغييره .

ففي أي علاقة عاطفية ، يجب التصرف ضمن حدود معينة مع الشريك لضمان احترامه وحبه وعدم خسارته وخسار مشاعره تجاهك . إن العلاقة تنتهي حيث تبدأ حدود الأشخاص الآخرين . في حال كنت لا تحب سلوك الشريك وهو يعرف ذلك ، ولكنه لا تريد تغيير أي شيء ، فعليك اذا أن تختار بين البقاء معه أو انهاء هذه العلاقة. تغيير الشخص أمر مستحيل.



4- لا يمكنك أن تسامح

يقترف كل شخص الأخطاء وحتى أنت. لكن ببعض الأحيان، عندما ترتكب خطأ ما، لا يمكنك استعادة الثقة من قبل شريكك. بالكثير من الأحيان، تكون صارم للغاية لدى الحكم على الطرف الثاني ولكن غير صارم لدى تقييم نفسك.

ما عليك فعله في هذه الحالة، هو عدم إجبار نفسك على تحمل الأمور التي لا توافق عليها وتتقبلها وفي الوقت نفسه عليك حجب الأحكام على الشريك. امنح الشريك فرصة أخرى وكن مستثمرًا في العلاقة.



5- أنت غير مستعد لعلاقة عاطفية جديدة

كل فرد معتاد على معالجة الحب على إنه الفرح والسعادة القصوى .

لكن من المهم أن يتعامل الثنائي مع مخاوف أكثر إلحاحًا قبل الدخول في علاقة جدية والعمل على بنائها.



قد تحتاج بعض الأحيان لأن تكون أعزب لتتمكن من إصلاح ما هو خاطئ والعثور على سعادتك الحقيقية ، خاصة قبل الدخول في علاقة جديدة.

6- أنت أناني

يعتقد أن الأشخاص الأنانيين والذين يحبون أنفسهم هم من بين الأسباب الرئيسية لإنهيار العلاقة والإنفصال . إذا كان الشخص ضمن علاقة يفكر بنفسه واحتياجاته الخاصة فقط، دون التفكير بالطرف الثاني، فيمكن لهذه الطريقة أن تقضي على الحب بين الشريكين.



في هذه الحالة ، يجب على الشخص الأناني أن يفهم العالم لا يدور حوله ، خاصة إن كان يرغب بخوض علاقة عاطفية ناجحة.