

به این افراد هرگز نباید فرصت دوباره بدهید

روانشناسی به ما می‌گوید که انواع خاصی از افراد وجود دارند که اغلب لیاقت فرصت دوم را ندارند. این به این دلیل نیست که آنها ذاتاً شرور هستند، بلکه صرفاً به دلیل الگوهای رفتاری و نگرش‌هایشان است. اگر تابه‌حال به کسی فرصتی دوباره داده‌اید و از آن پشیمان شده‌اید، می‌دانید افرادی هستند که ظاهراً تغییری نمی‌کنند.

به گزارش سایت خبری پرسون به نقل از hack spirit، این افراد ممکن است با دستکاری عاطفی و بی‌صداقی به طور مداوم شما را ناامید کنند و به شما احساس ناراحتی یا حتی خیانت بدهند.

هرچند این یک قانون یکسان نیست، با این حال، با توجه به بینش‌های روان‌شناختی، هفت نوع افراد هستند که معمولاً شایستگی یک شانس مجدد را ندارند.

(۱) کسانی که همیشه دروغ می‌گویند

برای همه ما پیش آمده که در موقعیتی یک دروغ سفید گفته باشیم. اما بین یک دروغگوی گاه به گاه و یک دروغگوی همیشگی تفاوت قابل توجهی وجود دارد.

دروغگوهای همیشگی در هر لحظه حقیقت را تحریف می‌کنند، اغلب بدون دلیل.

در روابط، اعتماد حرف اول را می‌زند. وقتی کسی به طور مداوم با دروغ این اعتماد را نقض می‌کند، بازسازی آن دشوار است. ممکن است دائماً خود را در معرض این دروغ‌ها ببینید و مطمئن نباشید که چه چیزی واقعی است و چه چیزی ساخته شده است.

طبق روانشناسی، کسانی که همیشه دروغ می‌گویند، اغلب فاقد ظرفیت یا تمایل برای تغییر رفتار خود هستند. این آنها را به یکی از هفت نوع افرادی تبدیل می‌کند که معمولاً سزاوار شانس دوم نیستند.

به یاد داشته باشید، با امتناع از دادن یک شانس دیگر به این افراد، خشن رفتار نمی‌کنید. شما به سادگی از سلامت روانی و عاطفی خود در برابر آسیب بیشتر محافظت می‌کنید.

(۲) افرادی که بیش از حد موافق هستند

ممکن است عجیب به نظر برسد که افراد بسیار موافق در این لیست قرار گیرند. از این گذشته، آیا اینها از آن دسته افرادی نیستند که زندگی را آسان تر می‌کنند، همیشه آماده اند تا با ایده های شما همراهی کنند و به ندرت باعث درگیری می شوند؟

با این حال، در واقعیت، توافق مداوم می‌تواند نشانه‌ای از یک موضوع عمیق تر باشد. این افراد ممکن است ترس از رویارویی داشته باشند، یا بیش از حد تلاش کنند تا دیگران را راضی کنند - همه اینها به قیمت نیازها و خواسته‌های خودشان است.

چنین افرادی ممکن است نتوانند ارتباط متعادلی برقرار کنند تا زمانی که یاد نگیرند خود را ابراز کنند و هویت خود را پرورش دهند. بنابراین، اگرچه ممکن است خشن به نظر برسد، اما دادن فرصتی دوباره به یک فرد بیش از حد موافق قبل از اینکه مسائل خود را حل کند ممکن است به نفع کسی نباشد.

(۳) خون‌آشام‌های عاطفی

خون‌آشام‌های عاطفی افرادی هستند که انرژی شما را تخلیه می‌کنند و پس از گذراندن وقت با آنها احساس خستگی، اضطراب یا افسردگی می‌کنید. آنها در ایجاد هرج و مرج و درام، اغلب به بهای هزینه اطرافیان‌شان، پیشرفت می‌کنند.

این افراد می‌توانند کنترل‌کننده یا بیش از حد نیازمند باشند. آنها ممکن است به طور مداوم مکالمات را به خودشان برگردانند، احساسات شما را نادیده بگیرند، یا نیاز به توجه و تایید دائمی داشته باشند.

جالب اینجاست که خون‌آشام‌های عاطفی اغلب فاقد خودآگاهی برای تشخیص رفتار خود هستند. آنها ممکن است واقعاً باور کنند که در بیشتر موقعیت‌ها قربانی هستند و تأثیر منفی که بر دیگران می‌گذارند را نمی‌بینند.

اگر بعد از برقراری ارتباط با کسی احساس خستگی می‌کنید، ممکن است نشانه آن باشد که او یک خون آشام عاطفی است. به خاطر داشته باشید که رفاه شما نیز مهم است. محافظت از خود در برابر چنین افرادی کاملاً موجه است.

۴) کسانی که درگیر عشق‌های گذشته هستند

مهم است به یاد داشته باشید که روابط گذشته به دلیلی پایان یافته است. اگر کسی با شما خوب رفتار نکرد یا اگر رابطه به هر نحوی ناسالم بود، بازگشت به آن سناریو بدون هیچ تغییر اساسی معمولاً به همان نتیجه منجر می‌شود.

مردم می‌توانند تغییر کنند، و وقتی این کار را می‌کنند زیباست. اما به زمان، تلاش و تعهد صادقانه نیاز دارد. اگر یک عاشق قدیمی بدون نشان دادن شواهدی از رشد یا تغییر در رفتار شخصیت برگردد، دادن فرصتی دوباره به آنها ممکن است منجر به درد مکرر شود.

به هر حال، شما لایق رابطه‌ای هستید که برای شما شادی، احترام و آرامش به ارمغان می‌آورد. فقط به خاطر احساسات آشنا یا ارتباطات گذشته به کمتر راضی نشوید.

۵) افرادی که همیشه کارهای خود را به تعویق می‌اندازند

کمی تعلل گاه به گاه بخشی از انسان بودن است. اما زمانی که شخصی همیشه کارهایش را به تعویق می‌اندازد، می‌تواند به موضوعی تبدیل شود که بیش از حد وظایف او را تحت تأثیر قرار دهد. این می‌تواند روابط را تحت فشار قرار دهد و تنش‌های غیرضروری ایجاد کند زیرا برنامه‌ها دائماً به تأخیر می‌افتند یا لغو می‌شوند.

تعلل‌کنندگان مزمن اغلب با مدیریت زمان دست و پنجه نرم می‌کنند و ممکن است در انجام تعهدات مشکل داشته باشند. این رفتار می‌تواند باعث شود شما احساس نادیده گرفته شدن، بی‌اهمیت بودن یا دائماً در حالت انتظار داشته باشید.

در حالی که وسوسه انگیز است که به آنها فرصت دیگری بدهیم به امید اینکه تغییر کنند، حقیقت این است که شکستن چرخه اهمال کاری مزمن نیازمند تلاش و تعهد اساسی است. تا زمانی که آنها آماده انجام این تغییرات نباشند، ممکن است دائماً در یک چرخه ناامیدی گرفتار شوید.

۶) دوستان لحظات خوشی

همه ما کسی را می‌شناسیم که برای لحظات خوب هست، اما وقتی شرایط سخت می‌شود ناپدید می‌شود. این دوستان وقتی همه چیز خوب پیش می‌رود سرشار از تشویق و حمایت هستند، اما در طوفان‌های زندگی پیدا نمی‌شوند.

چنین دوستانی می‌توانند در زمان نیاز احساس عدم حمایت و تنهایی در شما ایجاد کنند. در حالی که این کار همیشه عمدی از جانب آنها نیست - برخی افراد به سادگی نمی‌دانند چگونه با درد یا سختی دیگران کنار بیایند - اما این تجربه را کمتر آسیب‌زا نمی‌کند.

در دوستی‌ها، مانند همه روابط، قابلیت اطمینان و حمایت عاطفی کلیدی است. اگر کسی به طور مداوم نشان می‌دهد که در شرایط سخت نمی‌توان به او اعتماد کرد، بهتر است در دادن یک فرصت دوباره به او تجدید نظر کنید.

۷) کسانی که فقط دست بگیر دارند

در هر رابطه‌ای، تعادل بسیار مهم است. این یک خیابان دو طرفه است - دادن و گرفتن. اما کسی که به طور مداوم برای حمایت عاطفی، لطف یا منابع به شما تکیه کند، اما به ندرت چیزی در ازای آن ارائه دهد، می‌تواند پویایی ناعادلانه‌ای ایجاد کند که باعث می‌شود شما احساس سوءاستفاده کنید.

آنها ممکن است جذاب و دوست داشتنی باشند، که تشخیص این الگو را سخت‌تر می‌کند.

اما نکته اینجاست: شما شایستگی این را دارید در روابطی باشید که برای شما ارزش قائل هستند، نه فقط برای آنچه می‌توانید ارائه دهید، بلکه برای آنچه که هستید. تعیین مرزها و دفاع از نیازهای خود بسیار مهم است.

اگر کسی بدون پس دادن به گرفتن ادامه دهد، بی‌محبی نیست که در جایگاه او در زندگی خود تجدید نظر کنید. شما کاملاً حق دارید که اطراف خود را با افرادی احاطه کنید که قدر شما را می‌دانند و به شما احترام می‌گذارند.