

با این رفتارها فریاد می‌زنید که آدم خوبی نیستید

حتما شما هم دیده‌اید افرادی هستند که رفتارهای بی‌ادبانه یا ناپسندی دارند و ترجیح داده‌اید کمترین تماس را با آن‌ها داشته باشید.



حتما شما هم دیده‌اید افرادی هستند که رفتارهای بی‌ادبانه یا ناپسندی دارند و ترجیح داده‌اید کمترین تماس را با آن‌ها داشته باشید. چیزی که این افراد ممکن است ندانند این است که رفتارهای ناپسند، تاثیر ماندگار بر اطرافیان دارند.

به گزارش پایگاه خبری تیک (Tik.ir)؛ آیا می‌دانستید که خصوصیات و رفتارهایی وجود دارند که باعث می‌شوند آدم‌ها از شما کناره بگیرند؟

حتما شما هم دیده‌اید افرادی هستند که رفتارهای بی‌ادبانه یا ناپسندی دارند و ترجیح داده‌اید کمترین تماس را با آن‌ها داشته باشید. چیزی که این افراد ممکن است ندانند این است که رفتارهای ناپسند، تاثیر ماندگار بر اطرافیان دارند.

اجتناب از مسئولیت پذیری

سرباز زدن از مسئولیت و شانه خالی کردن از زیر بار مسئولیت یکی از ویژگی‌های بسیار بدی است که تاثیر منفی و ماندگار بر دیگران می‌گذارد. ترس از مسئولیت پذیری نیز می‌تواند سبب اختلال روانی شود. مثلا فرد ممکن است با قرار گرفتن در وضعیت الزام و تعهد دچار حمله پانیک شود که این اتفاق به چند دلیل می‌تواند روی بدهد:

عدم تحمل نسبت به هیجانات منفی
نداشتن انگیزه
ضعف اعتماد بنفس
ترس از خطا کردن و شکست خوردن

عدم تحمل انتقاد

با این رفتارها فریاد می‌زنید که آدم خوبی نیستید

البته هیچکس دوست ندارد مورد انتقاد قرار بگیرد، چون به هر حال انتقاد ناراحت کننده است، اما گاهی بعضی از آدم‌ها تحمل شنیدن ساده‌ترین و بارزترین حقیقت‌ها را نیز ندارند. در این میان آن‌هایی که نسبت به نظرات و اطلاعات جدید، باز و پذیرا هستند این توانایی را دارند که به سمت بهتر شدن بروند و تغییر کنند. اینکه هر نظر و نقدی را با تندی جواب بدهید و به فرد منتقد حمله کنید اصلا خوشایند نیست. کسی که تحمل شنیدن نظرات دیگران را دارد می‌تواند رشد و پیشرفت کند، اما اینکه چرا بعضی از افراد نسبت به نظرات دیگران بیش از اندازه موضع‌گیری می‌کنند دلایلی دارد:

منطقی نیستند

اهل عذرخواهی کردن نیستند و دوست ندارند به اشتباه شان اعتراف کنند

اهل فاجعه‌سازی هستند

از بحث و گفتگو زیاد خوش شان نمی‌آید

مسخره کردن ظاهر دیگران

خیلی از آدم‌ها آگاهانه دیگران را مسخره می‌کنند و زخم‌های به جا مانده از این ضربه روحی تا مدت‌ها و گاهی برای همیشه باقی می‌ماند. همه‌ی انسان‌ها دوست دارند احساس خوبی نسبت به خود داشته باشند و دیگران هم آن‌ها را خوب و زیبا ببینند، اما تحقیر و تمسخر آسیب‌جویی به این گرایش ذاتی انسان می‌زند. مسخره کردن کسی بابت ویژگی‌های ظاهری اش یا عقاید و طرز فکرش برای هر دو طرف مسئله‌ساز خواهد بود. وقتی مورد تمسخر قرار می‌گیرید به سختی می‌توانید خشم‌تان را کنترل کنید، اما به هر حال بهتر است:

تماس چشمی با فرد مقابل برقرار کرده و سکوت کنید
واکنشی نشان ندهید و از او دور شوید
تماس های بعدی تان را با این فرد به حداقل برسانید

عذرخواهی نکردن

«خوب کاری کردم و عذرخواهی هم نمی کنم!» یا «اگر ناراحتت کردم حقت بوده!»؛ جملاتی مانند این می توانند نابود کننده باشند و طرف مقابل را به شدت عصبانی و دلخور کنند. کسی که قادر به عذرخواهی کردن نیست به دو علت این ضعف را دارد:

از قبول مسئولیت می ترسد
غرورش اجازه نمی دهد بابت اشتباهی که کرده احساس شرمندگی کند

بنابراین چنین کسی حتی اگر سعی کند موقعیتی را بهتر کند، بدترش خواهد کرد، چون هر چیزی می گوید غیر از اینکه عذرخواهی کند.

بی احترامی به دیگران

بی احترامی کردن به دیگران و کارهای شان به نفع هیچکس نیست. آن هایی که معمولا به دیگران بی احترامی می کنند معمولا دلایل زیر را دارند:

نوعی دفاع از خود در برابر احساس ناکافی بودن
شیوه ی متفاوتی از ارتباط برقرار کردن که به راحتی باعث سوء تفاهم می شود

دو چهره بودن

ممکن است با کسی برخورد کنید که بسیار خوش برخورد است و از مصاحبت با او لذت می برید، اما بعدا متوجه شوید پشت سرتان حرف های بدی زده است. پشت سر دیگران حرف زدن تحت هیچ شرایطی وجهه خوبی ندارد. اگر با چنین آدمی برخورد کرده اید بهتر است:

اول مطمئن شوید که پشت سرتان بدگویی کرده و اطلاعات نادرست به شما نرسیده است
از آن فرد فاصله بگیرید
به دنبال انتقامجویی نباشید
اگر موقعیت مناسبی به وجود آمد رک و راست با این آدم حرف بزنید

فقط برای دیگران باید و نباید گذاشتن

کسی که فقط برای دیگران استاندارد و قانون می گذارد و خودش به آن ها عمل نمی کند، از جهاتی دو چهره به نظر می رسد. دلیل چنین رفتار هایی می تواند این باشد:

بهترین تبلیغ برای یک رفتار خوب این است که خودتان به آن عمل کنید، ولی چون به حرف ساده است و در عمل سخت، ما اغلب انتخاب می کنیم که بیشتر شعار بدهیم تا اینکه عمل کنیم.

بیشتر آدم ها ضعف ها و نارسایی های خودشان را نمی بینند
دانشمندان می گویند بیشتر آدم ها درک و دریافت شان از اشتباهات دیگران بسیار دقیق تر و پُررنگ تر است تا درک شان از خطا های خودشان

حسادت کردن، حتی به چیز های کوچک

گاهی آدم ها نسبت به دست آورد های دیگران حسادت می کنند، که حتی شامل بهترین دوست شان هم می شود.

تفوری تکامل داروین می گوید انسان ها حسادت می کنند و از حسادت به عنوان شیوه ای برای بقای خود استفاده می کنند. شیوه های گوناگونی برای غلبه بر حس حسادت وجود دارد از جمله:

همیشه خوبی های خودتان را به خاطر داشته باشید و به خودتان یادآوری کنید
حواس تان را معطوف چیز دیگری کنید

برترین ها: به نظر شما چه رفتار های یا ویژگی های دیگری وجود دارد که می تواند باعث شود در نظر دیگران آدم خوبی نباشید؟ با ما در میان بگذارید.
منبع: brightside