

[این روابط را زودتر تمام کنید](#)

اتمام رابطه کار راحتی نیست...



اتمام رابطه کار راحتی نیست. اما وقتی پای خوشبختی یا بدبختی شما در میان باشد، وقتی احتمال بدهید که ادامه این رابطه منجر به طلاق یا یک عمر عذاب شما خواهد شد، بهتر نیست به محض مشاهده هشدارها تصمیم بگیرید؟

به گزارش سلامت نیوز به نقل از البرز؛ بسیاری از ما نه بلد هستیم درست وارد رابطه بشویم و نه بلد هستیم درست از رابطه خارج بشویم. اولین سوال این است که از کدام روابط خارج بشویم، نامزدی هایی که قطعاً به طلاق می رسند کدامند؟

شخصیت های خطرناک

زندگی کردن با فردی که مشکلات شخصیتی دارد بدون شک به جدایی یا بدبختی شما منجر می شود. چنین اشخاصی الزاماً بیمار نیستند و اختلال شخصیت ندارند اما از مشکلات و نواقصی در شخصیت شان رنج می برند که می تواند زندگی شما را تحت تاثیر قرار دهد. زندگی سالم حق شماست و برای داشتن چنین زندگی ای نیازمند همسر سالم هستید.

اگر در فرد مورد نظر شما این ویژگی ها وجود دارد، همین امروز رابطه تان را با او تمام کنید:

1. خیلی خود کم بین است و دائم فکر می کند شما از او خوشتران نمی آید یا تقلای زیاد می کند طوری دیگر باشد تا مطلوب شما واقع شود. اساساً وقتی کسی خیلی تقلا می کند که مطلوب ما بشود احتمالاً به دردسر خواهد افتاد و ما را نیز گرفتار خواهد کرد.

این فرد مرتباً در حال رنگ عوض کردن است، به شما وابستگی دارد و روی کوچکترین واکنش شما حساس است. به طوری که هر نوع اظهار نظر کردن یا نکردن را از سوی شما معنادار می داند. چنین فردی نظر دیگران هم برایش خیلی مهم است و به احتمال زیاد با شما و خانواده تان به مشکل برخورد خواهد خورد. اگر هم در ظاهر مشکلی وجود نداشته باشد بعد از مدتی رویه ای که در پیش گرفته شما را کلافه خواهد کرد و از او سیر می شوید.

2. شکاک است. فکر می کند شما مساله ای دارید که هنوز نتوانسته است مچتان را بگیرد. شکاک ها هوش خوبی دارند و از انواع شیوه ها استفاده می کنند تا یک وقت فریب نخورند. خیلی اوقات یک آدم شکاک در اجتماع مرد یا زن موفقی است و هیچ کس باور

نمی کند که اینقدر بدبین باشد.

خیلی ها رفتار نامزد شکاک شان را به حساب دوست داشتنش می گذارند در حالی که اینطور نیست. شکاک اشتغال ذهنی شدیدی دارد که همه چیز را کنترل کند و کم کم شما را نیز بیمار می کند. او می خواهد همه چیز را شخصا انجام دهد مبادا در غیاب او شما کاری را انجام دهید که او از آن بی خبر بماند.

همه جا با شما می آید، همه کارها را به دوش می کشد، سعی می کند از روابط تان سر در آورد. تلفن همراه و ایمیل های شما را چک می کند و هیچ حریم شخصی ای برایتان باقی نمی گذارد.

اتمام نامزدی با فرد شکاک ساده نیست و پیشنهاد می کنیم یا خانواده تان یا خودتان صریحا به او اعلام کنید که ادامه رابطه برایتان مقدر نیست. قبل از این اعلام قاطع حتما عکس ها و... که نزد او دارید پس بگیرید تا خدای نکرده امنیت اجتماعی شما بعد از پایان رابطه به خطر نیفتد.

نامزد کنترل کننده خطرناک است. او کسی است که از همه چیز باید خبر داشته باشد تا احساس امنیت کند. معمولا افرادی دقیق هستند و موفق و در خانواده ای بزرگ شده اند که کنترلر های قدرتمندی اطرافشان بوده است

3. نامزد کنترل کننده خطرناک است. او کسی است که از همه چیز باید خبر داشته باشد تا احساس امنیت کند. معمولا افرادی دقیق هستند و موفق و در خانواده ای بزرگ شده اند که کنترلر های قدرتمندی اطرافشان بوده است.

خیلی سخت است که به شیوه ای غیر از شیوه خودشان قانع شوند. معمولا وقتی دست از کنترل بر می دارند هم خودشان هم نامزدشان نفس راحتی می کشد. این افراد اگر کمی سبک زندگی خود را تغییر دهند لازم نیست ارتباطات تان را با آنها قطع کنید.

4. نامزد توجه طلب/خیلی وابسته به خانواده: کسی است که فردیت خودش را هنوز پیدا نکرده است. بین احترام به خانواده و اطاعت بدون فکر از آنها هنوز نتوانسته است تمایزی قائل شود. در عبارت عامیانه به آنها می گوئیم بچه ننه که حتی توانایی آب خوردن بدون نظر خانواده را ندارند.

چنین فردی شما را کلافه می کند و حتی کم کم منتظر دارد شما هم چنین رفتاری با خانواده او داشته باشید. توصیه ما این است که خودتان را به دردمرست نیندازید و با کسی که بند نافش را از خانواده اش نبریده وصلت نکنید و حتی ادامه ارتباط ندهید. مرد یا زنی که جنبه های مستقل در زندگیش ندارد، شریک عاطفی پر دردمرستی است و مادر یا پدر خوبی نیز برای فرزندان شما نمی شود. زیرا آنها را نیز وابسته به خودش بار می آورد.

5. نامزد خودشیفته خطرناک است. او از نظر تحصیلی، شغلی یا مالی موقعیت خوبی در اجتماع دارد و واقعا چیزی در زندگی اش

هست که خیلی به او حس قدرت بدهد اما اشکالش این است که فقط خودش را قبول دارد و در مسائل ارتباطی هم این اعتماد به نفس کاذب را دخیل می کند و شما را آزار می دهد. بدی چنین فردی این است که همیشه در برابر او چیزی کم دارید و به اندازه او ایده آل نیستید.

6. نامزدی که برای شما جذاب نیست: گاهی به ما می گویند برو توی رابطه بعدا از نامزدت خوشت می آید. معملا این حرف غلط است. خوش آمدن فیزیکی یعنی در مجموع من از تیپ و قایفه و رفتار این فرد خوشم بیاید و به او کشش جنسی نیز احساس بکنم. چنین رخدادی نیازی به فکر کردن و رابطه طولانی داشتن ندارد زیرا بخشی از قضیه ناشی از ترشحات مغز و عملکرد هورمون ها است. ممکن است شما برای او جذاب باشید اما او برای شما مطلوبیت ندارد. ازدواج با این آدم خیانت به اوست زیرا او با این توقع همسر شما می شود که برای شما نیز در بالای لیست جذابیت قرار گرفته باشد.

7. نامزدی دارید که معتاد به کار است. او اگر کار کمتر کند احساس بی ارزشی دارد. بخشی از این اعتیاد به کار به خاطر لذت خود کار مردن و پیشرفت و درآمد است. بخشی از آن به خاطر رقابت با هم طرازان است و احساس رشد و مقایسه و بخشی هم شلاقی است که از کودکی در این خانواده ها به بچه ها اصابت می کند که «موفق شو...»، «بتاز...»، «قوی باش...» و چنین افراطی (که خیلی از پدر و مادرها هرگز نمی دانند چقدر ناخودآگاه افراط در این زمینه کرده اند!)

باعث می شود فرد نتواند لذت ببرد از رشدهای خودش و هر چیزی که بدست می آورد، هنوز نفس تازه نکرده بجنبد برای چیز جدید. فرقی هم ندارد می تواند در دانشگاه و درس و مدرک لیسانس و فوق لیسانس و دکترا و... باشد؛ می تواند در کار و تجارت و... باشد. از نظر روانشناختی همه اینها باعث می شود که فرد نتواند از داشته های خودش لذت ببرد و همیشه از رسیدن ها و بدست آوردن ها فقط لذت می برد نه از نگه داشتن ها.