في سيكولوجية الحب
" علامات ودلالات "

أ.د/ عادل كمال خضر
وكيل كلية الآداب ـ جامعة بنـــها
لشئون خدمة المجتمع وتنمية البيئة

- **الشـكوى :**

- أحب أن أستشيرك في موضوع يخصني ومحتارة فيه وأتمنى أن أجد الإجابة الشافية لديك ؟؟
- أنا أحب شخص وهو يحبني منذ أشهر عديدة لكن يـا دكتـور عنـدما أحـس بأنـه متضـايق أحـاول أن أخفف عنـه وأطلـب منـه أن يبـوح لـي بهمـه لكنـه يرفض ويقول بأنه لا يريد ممن حولـه أن يحملوا همومه ؟؟؟ ولا أعرف السبب ، ولكنـه يقـول بـأن هذا طبعه...
- وإذا انشغلت عنه تكون ردت فعله عندما اتصل به بأنه مشغول ، رغم أنه غير مشغول ، لأننـي فقط انشـغلت عنـه ويعـاملني بجفـاء لعدة أيـام ، رغـم أنني عند انشغالي أرسل له المسجات وأوضح لـه الأسباب وأشعره بمشاعري وحبي لـه ... لكن لا تشـفع لـي عنـده بـل يظـل علـى حالتـه لدرجـة أحيانا أريد أن انفصل ، لأن نفسيتي تعبت منـه ، ولا أستطيع أن أفهم ما الذي يريده ؟؟
- وإذا ناقشـته بالموضـوع وعـن سـبب جفائـه يـرد بأنـه غيـر متضـايق ولا يوجـد شـيء .. وأحيانـا ونتيجة تصرفات يقوم بها أحس بأنه لا يحبني .
- وعنـدما أتركـه لأيـام وأرجـع لـه فإنـه يـزداد جفـاء ويلومني على تقصيري معه وتركي له .
- وعندما يقوم بتصرف يغضبني يتضايق مني وبدل أن يراضيني أجد نفسي أراضيه بكل ما أقدر رغم أنـه لا يبـادلني نفس الطريقـة عنـدما أتضـايق من تصرفاته.
- دكتور أي نوع من الرجال هذا الإنسان وما العقدة التـي لديـه وكيـف لـي أن أفسـر تصـرفاته المبـالغ فيهـا أحيانـا ؟؟ وكيـف أتعامـل معـه لأن نفسـيتي يا دكتور تعبت منه ومن صبري وأخاف أن أتخذ قرار أندم عليه لاحقًا ...
- انصحني يا دكتور لأني حاولت أن أقرأ مـا يخص نفسيات الرجل وطبيعتـه وحاولـت أن أتعامـل معـه برقـة وحنـان لكـن بـلا فائـدة لا أرى أي تغيـر فـي تصرفاته معي ... ما العمل ؟؟

- **التوصـية :**

- أود أن أوضـح بدايـة أن مـا قمتـي بعرضـه فـي رسالتك هو من وجهة نظرك فقط ، وهناك طرف آخر هو الحبيب الذي ربما يكون لـه رؤيـة أخرى للموضـوع ، ومـن ثـم فهنـاك احتمـال لأن تكـون وجهـة نظـرك مشـبعة بالذاتيـة ولا تعكـس الواقـع الفعلي ... ومع ذلك وحتى في حالـة افتراضنا أن ما قمتي بذكره في رسالتك لا يعكس الواقع الفعلي فإنه يعبر عن واقع نفسي لا يقل أهمية عن الواقع الفعلـي بـل يزيـد ، فهـو الموجـه للسـلوك والمعبـر عن الشخصية والمحقق لمفهومك عن ذاتك ... ومـن ثـم فـإن تحليلـي لحالـة الحـب التـي تعيشـينها يكون على الوجه التالي :
- أن حبك من طرف واحد .. منك أنت إليـه هـو .. وليس العكس .. أو هو لـم يصـل بعد إلـى مقدار حبك له .
- حتى لو كان طبعه أنه لا يبوح بما في داخله لأي أحـد .. فأنـت لـيس أي أحـد .. ومـن الطبيعـي أن يشـركك فـي بعـض أمـوره علـى الأقـل .. ولكـن الرفض التام يعني أنه يعتبرك شيئًا غريبًا عنـه .. فمازلت في الخارج .. ولست بداخلـه (لـم يعتبرك بعد حبيبته) ...
- هذا الشـخص أنـاني فـي حبـه ، متعطش للأخذ .. فقير في عطائه .. يريد أن يأخذ الحب ولا يعطيه ، وهو يلعب بحبك لصالحه حتى يحصل منك على أكثر قدر من الحب .. إنه كالمتسول يحرص على الحصول على المال . ولكنه لا ينفقه . بل يكتنزه.
- واضح أنك لعبت دورًا كبيرًا ـ دون قصد ـ في أن يـزداد أنانيـة .. بتنازلـك عـن كرامتـك وكبريائـك لاستمرار الحب الذي تحتاجينه وتحرصي عليه حتى تستمري في حالة حب .. وهو يستغل ذلك

لصالحه .. ولذا فهو دائمًا يعتبرك المقصرة في حقه .. وهو وإن كان مكتنزًا للحب .. فإنك أنت باحثة عن الحب .. وترغبين دائمًا في أن تعيشين في حالة حب ...

- أما عن العقدة التي يعاني منها حبيبك .. فهذا ما لا نستطيع معرفته إلا من خلاله هو وفحصه نفسيًا .. وتحليل شخصيته هو .. وليس من خلالك أنت وحديثك عنه .. ولكن مع ذلك ووفقًا لكلامك ، فإنه ربما أن المحرك لسلوك حبيبك هو أن بداخله طفل كبير يحتاج إلى الحب .. وكما نعلم فإن الطفل دائمًا ما يرغب في تلقي الحب من الآخرين ، وخاصة الأم .. ونادراً ما يعطيه للغير (وربما اعتبرك بديل للأم) .
- لا تتنازلي عن كرامتك وكبريائك وكينونتك من أجل استمرار الحب ، لأن ذلك في النهاية سيكون معول هدم لهذا الحب ...
- لا تتركي لعواطفك الجماح بذاتك ، واجعلي من عقلك لجامًا لمشاعرك ، واقمعي عواطفك المنسابة تجاه حبيبك ، حتى يتضح لك أمره وموقفه الغير واضح منك ، وربما يكون مازال مترددًا في علاقته معك ، لكونه يفكر بعقله في الاستمرار في حبك من عدمه .. فهو ليس منساقًا تجاهك بمشاعره .. ومن ثم ربما يكون ما زال مترددًا هل يقابلك حبًا بحب أم أنك لست فتاته التي يبحث عنها ، وأنك أنثى متاحة له إلى حين.
- واجهي نفسك بصراحة ، وأجيبي عن تساؤلات تهربين منها لعل أهمها :
- هل أنت حقًا تحبيه لذاته ؟ أم أنه يحقق لك حاجة نفسية تسعين إليها وهي أنك تكونين دومًا في حالة حب ؟ أو محبوبة من شخص من الجنس الآخر ... أي مرغوبة !!
- هل هو يحتاج إليك كما تحتاجين إليه ؟
- هل هو فعلًا الرجل الذي يعتمد عليه كزوج ؟
- إذا كان هناك تباعد قبل الزواج فما هو حالكما معًا بعد الزواج ؟
- لماذا علاقتكما معًا مستمرة حتى الآن ؟
- هل استمرار العلاقة يحقق مكاسب لك أم له ؟
- وهل الانفصال سيعود عليك بالشقاء أم لا ؟
- هل أنتما معًا تفكران بجدية في الزواج من بعضكما ؟
- خذي وقتك في التفكير واطرحي على نفسك تساؤلات أخرى لم أتطرق إليها ..
- كوني شجاعة في مواجهة ذاتك .. ولا تضحكين على نفسك .. ولا تتسرعي في اتخاذ قراراتك ..
- لا تنتظري من يقرر لك ماذا تفعلين لتتهربي من تحمل المسئولية ، ولتجدي شماعة لفشلك سواء بالانفصال عنه أو لاستمرار في علاقة حب فاشلة .
- وهل أنت في انتظار من يتحمل قرار انفصالك عن المدعو حبيبك .. القرار قرارك فكوني شجاعة أمام نفسك على الأقل !!
- لماذا لم تسألي نفسك عن تأخره في خطبتك . وما الهدف من شهور الحب إن لم تمم بالخطبة والزواج !!!
- أنت تريدين حبًا أو أن تشعري بأن هناك شاب يحبك ، وهذه نقطة ضعفك ، وتدل على عدم ثقتك في نفسك ، وضعفك يتمثل في شعورك بأنك لو تركتيه ربما لا تجدين من تحبيه ، أو يتقدم لك!!!
- يا عزيزتي الثقة بالنفس والاعتزاز بها هي أهم ما يملكه الشخص ، وهي ما يسعى إليه الطرف الآخر ...
- إذا كان هذا الشاب يحبك فعلًا فعليه أن يتقدم رسميًا لخطبتك ، فليس من معنى أن يظل الحب في إطار الحب ، فهذا لا يصلح مع مجتمعاتنا العربية ..
- وأنا أرى ألا تقومين بالاتصال بهذا الشاب مرة أخرى ، وإذا ما اتصل بك كوني حازمة معه بأن هذه العلاقة بينكما لا يمكن أن تستمر دون أن تكون في إطار رسمي ، وبموافقة أهلك وأهله ، وأنه عليه أن يحزم أمره ويتخذ قراره ، إما الانفصال أو أن يتقدم رسميًا لخطبتك .. عندئذ يتضح إذا ما كان يحبك ويرغب حقًا في الزواج بك ، أم فقط يقضي وقتًا ممتعًا معك ..

- القرار قرارك .. تحملي مسئولياتك .. سدد الله خطاك ..

خالص تحياتي
أ.د. عادل كمال خضر
E. mail : adelkhedr@fart.bu.edu.eg