



كيف تعرف من يكرهك؟

عزيز ملا هذال 2022-11-05 -

مهما وتفعل لن يرضى عنك الجميع ولن يحبك الجميع، والامر طبيعي جداً وليس فيه غرابة، فقد تجد من يحبك لمعروف عملته له، وقد تجد من يحبك بدون سبب، وقد تجد من يكرهك لمشكلة ما، ومن الغرابة ان تجد شخص يكرهك بدون وجود خلاف بينكما ولعل السبب في تفوقك عليه او إنك تحظى بقبول مجتمعي وتقدير في البيئة التي تجمعك به.

عموماً تتكون علاقتنا بالأشخاص من حولنا بفعل قطبي الحياة (الحب، الكره) فأما ان نحب او نكره وقليل من يبقون في المنطقة الوسطية وهم الذي يحملون صفات الجانيين، لكن نحتاج التعاطي مع الاثنين بذكاء وبدوق لتجنب المشكلات التي قد تنتج ذلك سيما اذا ما اتفقنا اننا قد نخطئ في تقييم بعض الاشخاص فقد يحصل اننا نكره اشخاص للوهلة الاولى لكننا نجدهم محبوبين والعكس ممكن فقد نحب اناس في الوهلة فيتبين لنا لاحقاً انهم مختبئين حول صورتهم الحالية وان صورتهم الحقيقية مختلفة، لذا يجب توخي الحذر في الحكم على الاشخاص وتقسيطهم او تقريبيهم الى بعد تجريبيهم.

مشاعر الكره بين البشر يبدو انها تحدث بصورة لا ارادية، وفي هذا السياق تقول الخبيرة النفسية اميرة حبر "اكتشف العلماء أن هناك مناطق في الدماغ مسؤولة عن هذه المشاعر، وتبدأ في الظهور هناك قبل أن تظهر على شكل تصرفات وأفعال، وتنشط هذه المراكز في الدماغ بحسب درجة مشاعر الكراهية وبحسب الصفات الموجودة في البشر الذي نتعامل معه وحسب الموقف الذي يولد الكراهية.

على الرغم من أنه يمكننا في بعض الأحيان الابتعاد عن بعض الأشخاص، لأنهم ليسوا من محبيننا كما نعتقد لكن ثمة تردد يراود الانسان في الحكم على هذا الفرد او ذلك بكونه يكرهنا فعلا او انه مجرد شعور منا تجاهه، ولفض النزاع الذي يتعب الانسان ويبقيه في حيرة من امره اليك سيدي القارئ الكريم العلامات الرئيسة التي تجزم على كون الانسان الاخر يكرهك وهي لفظية واخرى جسدية وهي:

اولى علامات كره اي انسان وعدم تقبله لك هو نقص او غياب الاتصال البصري بينكم كإشارة منه على عدم احترامه لك وهذه احدي العلامات التي تؤكد لها لغة الجسد، وهو ما قد يعني أنهم ليسوا على اتصال نفسي بك، ثاني العلامات التي تشير بالضرورة الى كرهك هي محاولة الشخص الكاره عدم الانصات الى كلامك إذا جمعكم مكان ما في مناسبة ما ويحاول صرف انتباه الحضور عن كلامك وبالتأكيد بفعل الغيرة منك والتي تحولت الى حسد عليك وكره.



ثالث العلامات هي التقليل من منجزك سواء كان علمي او اجتماعي او اي منجز تقوم به، ومحاولة ذكر اناس قاموا بفعل من جنس فعلك بجودة أكثر وبوقت اقل، ولا يقف الى هذا الحد بل يتعدى الامر محاولة السخرية مما تقوم به، والمضحك انه يغلف بعض الانتقاد بغلاف النصح لكن الحقيقة ان نار الحقد تحرق ضلوعه.

رابع العلامات ان المسافة بين الطرفين تكون بعيداً نسبياً، اذ ان الشخص الذي يشعر بالراحة تجاه شخص آخر فإنه سيحاول خرق مساحته الشخصية والاقتراب منه أكثر بتقليل المسافة بين الجسدين، ولكن الشخص الكاره يحاول الابتعاد قدر المستطاع وخلق مساحة آمنة له لمنع الاقتراب منه ولعل جميعنا يلحظ مثل هذا الامر باستمرار.

العلامة الخامسة للكره هو برود السلام بين الطرفين ومسك الايدي من اطرافها ويكون الكلام اثناء السلام بارد جداً ومختصر فلا عناق او مسك بقوة لليد ولا غيرها من العلامات التي نقوم بها عند سلامنا على شخص نحبه او نرتاح له على اقل تقدير، وسادساً والابتسامة المزيفة هي الاخرى علامة دالة على عدم وجود قرب نفسي بين الطرفين ويقول خبراء لغة الجسد ان الابتسامة الحقيقية تحرك العديد من عضلات الوجه وتعبر عن الفرح والانبساط، أما الابتسامة الزائفة فتحرك العضلات حول الفم مما يعبر عن التصنع والمجاملة الكاذبة.

هذه هي أبرز العلامات الدالة كره الاخر لك فلا تتردد حين تتوفر كلها او يتوفر بعضها في الحكم، لكن عليك التعامل معها بحذر وهدوء واتزان وعدم اعطاء صاحبها مجال لجرك الى المستنقع الذي يعيش فيه ويفقدك صوابك.