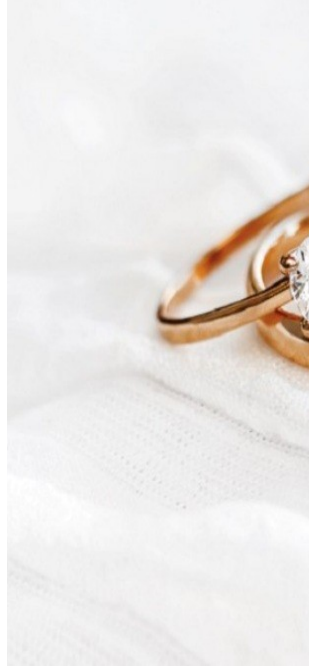


## هل يمكن للإنسان أن يقع في الحب من أول نظرة... طبيبة توضح



تحدث موقع "MailOnline" مع اثنين من علماء النفس لكشف ما إذا كانت أحلام "الحب من النظرة الأولى" ممكنة حقا أم أنها مجرد مثل خيالية.

ليس سرا أن الزواج من أمير وسيم هو نقطة حبكة رئيسية لعدد لا يحصى من القصص الخيالية.

وعلى الرغم من كونها مثالية، قالت الدكتورة لويز جودارد كراولي، إن: "العثور على توأم روحك قد يكون ممكنا حقا".

وقالت: "يجب أن يعتمد السعي وراء علاقة مرضية ودائمة على القيم والاحتياجات والخبرات الفردية بدلا من الالتزام الصارم بالمثل الرومانسية. ومن المهم أن نعتزف بأن وسائل الإعلام، بما في ذلك الأفلام والروايات الرومانسية، غالبا ما تقدم نسخا مثالية ورومانسية عن الحب والعلاقات".

وتزعم جودارد كراولي أن "العلاقات القوية تتمحور حول أربعة عناصر رئيسية تشمل التوافق والجهد

والقيم المشتركة والتواصل".

وأضافت: "إن اكتشاف الشريك الذي تتقاسم معه التوافق وتعزيز العلاقة بشكل تعاوني له الأهمية على فكرة العثور على "الشخص المناسب" .

ووافقت الدكتورة جوربريت كور على ذلك، مضيفة أيضا: "كل هذا سيتأثر بالعوامل الثقافية والاجتماعية والدينية والروحية والاقتصادية".

هل يمكنك حقا أن تقع في الحب من النظرة الأولى؟

في الواقع، تعتقد كور أن هذا غير واقعي، حيث يخطئ العديد من العزاب في الخلط بين الانجذاب الأولي وظاهرة الحب.

وقالت لـ MailOnline: "في البداية، يمكن أن يكون هناك شعور قوي بالانجذاب يمكن الخلط بسهولة بينه وبين الحب. ويمكن الخلط بين الجذب الجسدي وبين مشاعر عاطفية شديدة وتفسيره على أنه علامة على شيء أعمق بكثير".

وخلال المراحل الأولى من العلاقة، توضح كور أن "معظم الأشخاص غالبا ما يكونون في أفضل حالاتهم وربما يكونون أكثر انتباها من المعتاد".

وأضافت: "ومع ذلك، فإن تحديد التوافق في القيم والأهداف والشخصيات غالبا ما يستغرق وقتا، ويحدث من خلال تجارب مشتركة متنوعة".

ووافقت جودارد كراولي على ذلك، لكنها أضافت: "في النهاية، جودة الاتصال مهمة أكثر من مدى سرعة تطوره، حيث لا يوجد جدول زمني واحد يناسب الجميع للعثور على شريك الحياة المناسب".

الجدير بالذكر أن اللطف والذكاء وروح الدعابة هي من بين عدد لا يحصى من السمات النموذجية التي قد نأملها في الشريك.

لكن جودارد كراولي توضح أن العثور على "شريك الحياة" يتطلب أكثر من ذلك بكثير.

هل يجب أن تثق بانطباعاتك الأولى؟

تقول كور يقول إنه: "لا ينبغي الوثوق دائما بالانطباعات الأولى لأنها يمكن أن تتأثر بمجموعة من العوامل المختلفة".

ويشمل هذا، توتر الموعد الأول والتحيزات اللاواعية، بالإضافة إلى حالتك المزاجية في ذلك اليوم.

وقالت: "إن السيناريو الذي يلتقي فيه الزوجان في البداية قد يفسح المجال أيضا لرؤية رومانسية لما يجب أن يكون عليه كل منهما. إن الابتعاد عن المثل العليا وما ينبغي فيما يتعلق بتقييم الشخص الآخر، سيساعد على رؤيته بشكل أكثر واقعية ويمنحك فرصة لتقرر ما إذا كان التفاعل يستحق المتابعة أم لا".