

# صفات الشخص الملول وكيف اتعامل معه ؟



الثلاثاء 14 مارس 2023 07:16 م

صفات الشخص الملول تظهر من خلال التصرفات التي تصدر منه، والشخص الملول هو ذلك الشخص المتقلب في المزاج والذي يشعر بالملل وفقدان الرغبة في أي شيء بشكل سريع، وقد يكون هذا الملل في علاقته مع الآخرين أو في الأشياء التي يستخدمها أو الملل من عمله أو في أي شيء محيطه الاجتماعي، والتعامل مع هذا الشخص يعد صعب على الكثير من الناس، لذلك سوف نلقي الضوء اليوم على أبرز صفات هذا الشخص وبعض النصائح التي تساعد من يتصف بهذه الصفة تجنبها

## صفات الشخص الملول

هناك العديد من صفات الشخص الملول ومن بينها ما يلي:

الشخص الملول يكون في الغالب ليس لديه رأي، لأنه لا يشعر بالرغبة تجاه موقف معين لكي يدافع عنه أو يتحدث فيه

أيضا يلاحظ أن الإنسان الملول في الغالب لا يتحدث كثيرا، لأنه يفضل الصمت والاستماع أفضل من التحدث عن الذات

لا يحاول هذا الشخص تجربة أي أشياء جديدة على الإطلاق، لأنه يفقد الشعور بالشغف والرغبة في تجربة شيء مختلف

أو الخروج من روتين حياته

الشخص الملول هو شخص غير راضي تماما عن حياته ويشكو من كل شيء في حياته

لا يشعر الشخص الملول من داخله بأنه بحاجة إلى الإضافة، وفي نفس الوقت لا يضيف لمن حوله أي شيء مختلف

الشخص الملول أو المزاجي من الأشخاص التي تتبدل مشاعرها في لحظة، حينما يكون سعيد جدا يمكن أن يتحول إلى حزين أو متشائم فجأة أو العكس

يهتم بمشاعره بشكل كبير أكثر من مشاعر الآخرين

ودائما ما يحاول جذب الانتباه إليه في المواقف المختلف وفي ردود الأفعال التي يقوم بها

يتصرف على حسب مشاعره، حينما يشعر بالسعادة فإن تصرفاته تدل على ذلك، وإذا تغيرت مشاعره فجأة فإنه يقوم بالتصرف بشكل أيضا يعبر عن مشاعره

من الصفات الصعبة في هذا الشخص هي الحساسية الزائدة في التعامل مع الناس، مما يجعل على الصعوبة في التعامل معه

في الغالب يلجأ الشخص الملول إلى لوم من حوله بشكل مستمر لصرف النظر عن العيوب الموجودة فيه

## صفات الحبيب المزاجي

من بين صفات الشخص الملول التي يبحث عن فهمها الكثير من الناس هي الحبيب المزاجي الملول والذي في الغالب يتصف بالآتي:

الشخص المزاجي يعد من الأشخاص التي تحزن وتفرح بدون سبب، وفي بعض المواقف الصعبة فإنه يظهر غير مبالي على الإطلاق  
في الكثير من الأحيان يكون متفاهم ومتسامح بقدر كبير على الرغم من شدة الموقف، وفي أحيان أخرى يكون الموقف بسيط ولكنه  
يكون غير متسامح على الإطلاق

يتصف أيضا هذا الشخص بأنه قليل الصبر على الإطلاق، لأنه شخص مزاجي ويتعكر مزاجه بسرعة واضحة

من الأشياء الصعبة على الشخص الملول أن يصل إلى النجاح أو يكون لديه أهداف يحاول تحقيقها

يعاني الحبيب أثناء التعامل مع الشخص المزاجي والملول من عدم تفهم مشاعره

لأنه لا يشعر بالمحب بل أنه في الغالب يركز فقط على نفسه

كما أنه يتصف بالحساسية الشديدة التي تتسبب له في الكثير من المشاكل مع الحبيب ومع الأصدقاء

لا يكون لديه آراء ثابتة بل أنه متغير في الفكر والآراء بشكل كبير، بحيث يشعر الحبيب بعدم القدرة على فهمه

تظهر منه ردود فعل انفعالية جدا وعصبي بدرجة كبيرة لمواقف بسيطة

وفي بعض المواقف التي تحتاج للعصبية قد يظهر هادئ

من الصعب الدخول معه في نقاش لأنه يشعر بأنه دائما على حق

لا يفكر في تأثير التصرفات التي يقوم بها ولا النتائج التي قد تنتج بسبب تصرفاته المختلفة العشوائية

يكون متحمس في بداية العلاقة، ولكن بعد فترة بسيطة يشعر الحبيب بأنه لا يوجد لديه حماس على الإطلاق لإكمال العلاقة  
طريقة التعامل مع الشخص الملول

بعد التعرف على صفات الشخص الملول فإن هذا الشخص يعد من النماذج الصعبة في الشخصية، ويحتاج إلى طريقة تعامل معينة معه  
وهي:

الشخص الملول هو شخص قد يثار وينفعل لأتفه الأسباب، لذلك ينبغي عدم استفزازه بقدر الإمكان لكي لا يثور

عند ثوران الشخص الملول، فإنه يجب عليك الانتظار حتى يهدأ، لأن التعامل معه في ذلك الوقت قد يجعل العلاقة تنتهي

التعرف على الأسباب التي تؤدي إلى مزاجيته، وتجنب إثارة هذه الأسباب

الشخص الملول من الأشخاص التي تشعر بفقدان الثقة في نفسها، لهذا فهو يحتاج إلى دعم الثقة في النفس من خلال الآخرين  
أسباب الشخصية الملولة

بجانب معرفة صفات الشخص الملول فإن هناك بعض الأسباب التي تجعل الشخص يشعر بالملل ومنها:

الرتابة التي تكون في العقل وعدم وجود تفاصيل هامة يحاول الشخص الملول الوصول إليها

نقص المهام التي يقوم بها الشخص الملول والتي تمثل إليه تحدي ووجود الكثير من وقت الفراغ في حياته؟ مما يجعله يشعر بالملل  
أكثر

عدم استقلال الشخص بذاته بقدر كافي، لأن شعور الإنسان بشكل عام بالتقييد في الحياة من العوامل التي تجعل صفة الملل تتغلب  
عليه

الحاجة الملحة داخله إلى الشعور بالإثارة والتنوع بشكل مستمر، لأنه يحتاج إلى التجديد لكي يتغلب على الشعور بالملل

نقص الوعي العاطفي وعدم القدرة في التعبير عن ذاته وعن ما يشعر به من مشاعر تجاه الآخرين بشكل صحيح

التجارب الحياتية الصعبة التي يمر بها الشخص ولا يتحملها جهازه المناعي النفسي قد يجعله يشعر بفقدان الرغبة والملل السريع

إرشادات للتعامل مع الحبيب الملول

الشخصية الملولة من الشخصيات الموجودة في محيطنا الاجتماعي، وهي تحتاج للتعرف على صفات الشخص الملول لكي يسهل التعامل معه، ومن بين طرق التعامل معه ما يلي:

ترك مساحة للشخص الملول للتنفيس عن رغباته وإعطائه مساحة من الخصوصية وعدم التدخل في كافة الأمور في حياته □

إظهار الاهتمام والمحبة له بقدر الإمكان، لأن الشخص الملول في الغالب هو شخص فاقد الثقة في من حوله □

تقديم الدعم له لكي يستطيع التغلب على الشعور بالملل الذي يسيطر عليه □

التعرف على ما يريده بدون أن يتحدث كثيرا من العوامل التي تجعله يشعر بالثقة في من حوله ويشعر بالاهتمام □

الأخذ برأيه في الكثير من المواقف وتنفيذ هذا الرأي لكي يشعر بأن آرائه هامة وذو قيمة □

ويكتسب ثقة في نفسه أكثر □

أثناء تواجد الزوج الملول في المنزل، على الزوجة الجلوس معه والتفرغ له في هذا الوقت لكي يشعر بأهمية وجوده عند زوجته □

محاول الاشتراك معه في الهوايات والأنشطة التي يحبها، وتوفير أنشطة مختلفة له □

لكي ينشغل بها ويتخلص من الشعور بالملل الذي يسيطر عليه □

وفي نفس الوقت لا ينبغي الالتزام بأوامره في كل الأوقات، لأنه في الكثير من الأحيان قد يستغلون محبة من حولهم لإرضاء ذاتهم طوال الوقت □