توقف صديقي فجأة عن التحدث الي! ماذا أفعل؟

قد يكون الأمر مجنونا عندما يقطعك أحد الأصدقاء فجأة ويتوقف عن التحدث إليك ، خاصة دون أي تفسير. أنت تحاول معرفة السبب ، لكنك قد لا تعرف أبدًا. يمكن أن يتركك ذلك في حيرة بشأن ما يجب القيام به بعد ذلك. هذا أمر صعب بشكل خاص إذا كان صديقك يمر بشيء ما ، وتريد أن تكون هناك. هناك العديد من الأسباب التي تجعل صديقك يبتعد عنك ، ولكن في الأساس ، يكون صديقك إما مستاءً منك ، أو لا علاقة لتصرفاته بك على الإطلاق.

اطلع على بعض الأسباب الشائعة التي قد تجعل أحد أصدقائك يتوقف عن التحدث إليك وما يمكنك فعله:

- **تواصل معه بطريقة مختلفة**

هناك دائما احتمال أن صديقك لم ينساك تماما ، ولكن هذا الشخص يأخذ استراحة من شكل معين من التواصل ، مثل الرسائل النصية أو وسائل التواصل الاجتماعي. جرب طريقة مختلفة للوصول إلى صديقك قبل القفز إلى الاستنتاج بأن صداقتك انتهت.

- **هل يتصرّف بهذا الشكل معك انت فقط؟**

من المهم معرفة ما إذا كان صديقك قد ابتعد عن الجميع أو أنت فقط. إذا كنت أنت فقط ، فمن المحتمل أنك فعلت شيئًا ما في وقت ما. إذا كان صديقك قد تصرف بنفس الطريقة مع الجميع ، فمن المحتمل أنه شيء ما يمر به ولا علاقة له بك.

- **أنتما تعانيان من صراع**

إذا قمت بالثرثرة على صديقك أو خنته أو فشلت في دعمه أو ارتكبت أي خطأ آخر في الصداقة ، فقد يقرر صديقك إنهاء جميع الاتصالات. يمكن أن تكون مشكلة قديمة كنت تعتقد أنها كانت في الماضي ، ولكن هناك شيء أثارها مع صديقك. في بعض الأحيان ، يمكنك أن تعدل وتتحرك للأمام بعد خطأ ، ولكن ليس دائمًا. أعمالك لها عواقب ويمكن أن تنتهي الصداقة.

- **صديقك يركز على مشكلة اخرى**

لا يستجيب الجميع بنفس الطريقة عندما تكون هناك مشكلة. في بعض الأحيان ، يمر الأصدقاء بحدث حياة يجعلهم ينسحبون من الناس ، أو يقطعون أنفسهم عن الجميع ولكن القليل من الأصدقاء المقربين. إذا كنت تشك في أن هذا هو السبب ، فأرسل لصديقك بطاقة أو نصًا أو بريدًا إلكترونيًا برسالة تتيح لهم معرفة أنك ستكون متواجدًا من أجلهم. لا تفكر في سبب عدم التحدث معك في الملاحظة. إذا كنت مخطئًا ، فيمكنك جعل صديقك يشعر بسوء.

بدلاً من ذلك ، قل شيئًا مثل:

"لم أسمع منك وأريد منك معرفة ما حدث أنني صديقك ، وإذا كنت بحاجة إلي للاستماع ، فأخبرني بذلك". من خلال هذه الملاحظة ، ستترك له المساحة لإيجاد الحل لهذه المشكلة. لا يمكنك إجبار شخص ما على الرد عليك ، لذا فكل ما يمكنك فعله هو ترك الأشياء مفتوحة أمامه لكي يأتي إليك عندما يكون جاهز.

ماذا تفعل عندما لا يريد هذا الشخص التحدث معك بعد؟

إذا كنت من نوع الشخص الذي ينزعج بسبب توقف شخص ما عن التحدث معه فجأة ، فأنت لست الشخص الوحيد. ولكن في الوقت نفسه ، لا يمكنك أن تعيش حياتك استنادًا إلى ما يفعله الآخرون. إذا لم تسمع من صديقك بعد إرسال رسالة لهم ، فلا يجب عليك ان تدفعهم للتصرّف.

اقبل حقيقة أنك قد لا تجد السبب الحقيقي أبدًا ، أو عندما تكتشف ذلك ، فلن تعجبك. في بعض الأحيان يكون خروج الناس من حياتك هدية.