

كيف تحافظا على صداقتكم حتى بعد الأطفال؟

لديك صديق مقرب شاركته أجمل اللحظات، لكن الآن أحدكم لديه طفل، وقد تغير كل شيء. قد تكون جداولكما غير متزامنة تماماً، حيث ينفق أحدكم ميزانيته على الحفاضات والرعاية النهارية، ومن المستحيل التحدث عن حبك المشترك للمغامرات عندما يكون الشيء الوحيد الذي فعلته هذا العام هو الاهتمام بطفلك.

اليكما، بعض الخطوات يمكن لأمها تهم وأصدقائهم من الأطفال اتخاذها للحفاظ على روابطهم قوية.

1. العثور على التوازن بين أنماط حياتكم

قد لا تتمكن من الخروج إلى الحفلات معًا طوال الوقت كما اعتدت أو حتىقضاء أكثر من بعض دقائق متواصلة على الهاتف، ولكن لا يزال بإمكانك العثور على طرق للتواصل يجعلك سعيدًا. كما هو الحال مع أي علاقة، يجب أن يكون هناك توازن بين ما يحتاج إليه الآخر وما تحتاج إليه أنت، والجميع له حدود مختلفة مع أموالهم والوقت. لذلك، يمكن أن يساهم صديقك فيأخذ طفلك للمشي معك في عربة الأطفال وشرب القهوة، وبعد ذلك كل شهر أو شهرين ترك الأطفال في المنزل وخرجوا لتناول العشاء معًا.



2. تأكد من أنكما لا تزالا واحدة من أكبر المشجعين لبعضهما

الأصدقاء الذين نعود إليهم دائمًا هم الذين يجعلونا نشعر بأننا محبوبون ومكافأون. وهذا يعني الاستمرار في التعبير عما تعجب به عن بعضهما البعض. المرأة بدون أطفال يجب أن تؤكد مدى حماسها أن صديقتها لديها هذا الطفل اللطيف ، وما هي الوظيفة الرائعة التي تعتقد أنها تقوم بها كأم ، ويجب أن تكون الأم قادرة على التعبير عن ما تفتقده أو تعتقد أنه رائع بشأن صديقها وأنه من المهم أن تضع في اعتبارك أن تأكيد أسلوب حياة صديقك لا يعني بأي حال من الأحوال خفض قيمة اختيارك. كما أنها تشجع الفضول - أسأل عن الأشياء في حياة كل منها التي هي خارج تماماً من واقعك الحالي ، من ما يشبه للرضاة الطبيعية لكيفية عمل تطبيق المواعدة الجديد.

3. قم ببذل جهد خاص لتسجيل الوصول مع أصدقائك من الأمهات العزبات

تحتاج الأمهات اللواتي يربين طفلاً بمفردهن إلى دعم الأصدقاء أكثر من أي شخص آخر ، لكن يمكن أن يظلن عالقين في مكان وحيد ، حيث قد يكون من الأصعب التوفيق بين الأمهات المفترنات. يمكن أن تشعر الأمهات غير المتزوجات بالندب الاجتماعيًّا. في بعض الأحيان لا تتم دعوتهن للنزهات حيث يذهب الجميع. لكن بينما يحبن أن تكون متضمنة مع أمهات جدد أخرى ، كما أنهن تعزن بوقتهن مع أصدقاء

4. الاستفادة من وقت النوم

واحدة من أكبر العقبات التي تعرّض التواصل مع الأصدقاء هي أن مجالسة الأطفال تكلّف الكثير من المال - وبصراحة ، قد تكون مرهقةً للغاية في نهاية اليوم لوضع المكيّاج والكعوب والخروج. لذلك اليكم ما أفعله: "أدعو أصدقائي لتناول العشاء والتسلّك مع أطفالي ، وبعد ذلك عندما يذهبون إلى السرير ، يمكننا الجلوس على الأريكة والتحدث".



5. صنع أصدقاء جدد لا يعني التخلّي عن الطاقم القديم

عندما تصبح أمًا ، فإنك تتوق إلى الشركة من النساء الآخريات اللواتي يمكن أن يفهمن بالضبط ما الذي تمر به - لكن تكوين أصدقاء جدد لا يعني أنك تحل محل القديمات. نحتاج إلى أشخاص يحصلون على تجربتنا الحالية ، لذا من المهم تكوين صداقات مع أمهات آخريات. ولكن قد يعرفك ذلك الصديق في الغالب كأم لطفلك ، وأصدقاءك القدامى يعرفونك بنفسك ، ويعرفون تاريخك بما كنت دائمًا ، ويشاركونك ذكرياتك.