كيف تساعدين صديقة تمرّ بتجربة الطلاق؟

يعتبر الطلاق من التجارب الصعبة التي يمر بها الأفراد، اذ انه ليس انفصالاً فحسب، بل هو انفصال رسمي يغيّر حياة الشريكين. طبعاً تتضمن مرحلة الطلاق ومرحلة ما بعده دوامة من العواطف والألم الذي سيتطلب الكثير من الوقت والعمل لتخطيهم، ولكن ذلك ليس مستحيلاً. اذا كانت احدى صديقاتك تمرّ بتجربة كهذه، لا بد من ان تكوني بقربها في هذه المرحلة، وذلك من خلال مازمتها في الأوقات المناسبة، وتأمين جو الراحة لها عندما يلزم الأمر. بالاضافة الى ذلك، هناك الكثير من الأمور التي عليك ان تلتزمي بها خلال هذا الوضع الحساس، لذلك اليكِ بعض الأشياء التي يمكنك القيام بها لتريحي صديقتك التي تواجه وضع مجهد:

ساعديها على إعادة تزيين غرفة نومها: أعيدي ترتيب الأثاث، اشتري الوسائد الجديدة، وتخلصي من الفراش! هذه هي الغرفة التي تعيد معظم الذكريات. تأكدي من مساعدتها على تغييرها.

لا تهديها نبتة: عندما تمر شخص في محنة، قد يجلب بعض الناس له الهدايا. في حين أن هذه لفتة طيبة، ليست النباتات الهدية الأنسب لهذه الحالة. سيكون من الصعب على صديقتك ن تهتم بنبتة، بينما يملي عليها مزاجها الا تهتم بأي شيء غير نفسها.

اجلبي لها البوظة: صديقتك ستكون في حاجة ماسة إلى شيء أو شخص من شأنه أن يريحها. لذلك، لا بد من ان تحصل على الاثنين معاً! لا ترددي في شراء نكهة البوظة المفضلة لديها، والتوجه الى منزلها لمحاولة الهائها عن التفكير.