

كيف تكلّم صديقك بعد انفصال طويل؟

يشعر الكثير من الناس بالإحراج والتوتر عند محاولة التكلّم مجدداً مع صديق بعد انفصال طويل. ما يحدث غالباً هو أن شخص ما يريد مكالمته صديقه القديم، وعندها يراوده الشك، "سيكون من الغريب إرسال بريداً إلكترونياً له من العدم. كيف ستكون رد فعله؟ وهل سيتساءل لماذا أتواصل معهم الآن؟ ماذا لو لم يكن لدينا أي شيء نقوله لبعضنا البعض؟" ولذلك السبب يؤجّل الحديث. إنه من السهل جداً المماطلة، ولكن إذا أجلتهم المبادرة، فستواجهون صعوبة أكبر حينها.

طرق مختلفة لمعاودة الاتصال بصديق قديم:

- أرسل إليهم بريداً إلكترونياً أو رسالة عبر الفيسبوك قائلاً بأنها مضت فترة طويلة، واسألهم عن أحوالهم في هذه الأيام. أطلعهم بشكل وجيز، ولا تتكلم أكثر من اللازم، على ما كان يبقيك مشغولاً. إذا كنت تشعر بعدم الارتياح لقول: "مضى وقتاً طويلاً منذ آخر مرّة تكلّمنا فيها، ما هو الجديد؟"، ويمكنك أن تستبدلها دائماً بحجة "رأيت شيئاً في ذلك اليوم، ما جعلني أفكر فيك ..."
- أرسل له نصاً تقول فيه الكلام نفس أعلاه، ولكن في شكل أكثر إيجازاً.
- حاول معرفة إذا كان بإمكانك العثور عليهم على فيسبوك، وأرسل لهم رسالة من خلال نظام الدردشة.
- قابلهم وتكلم معهم شخصياً.
- اذهب إلى مكانهم المعتاد حيث تعلم بأنك ستلتقي بهم شخصياً.

وبطبيعة الحال، حين تراودك الرغبة في معاودة الاتصال بأصدقائك بعد انفصال طويل، قم بذلك، لتتمكن من تقضية الوقت معهم مرة أخرى. وهذا يعني أنه عليك دعوتهم للخروج. ومن جديد، عليك أن تسأل: "هل تقبل دعوتي إلى المطعم بحيث نستطيع تعويض ما فاتنا؟" عليك دعوتهم عبر الهاتف، أو عبر البريد الإلكتروني بعد تبادل رسالة أو اثنتين. كما وبأي حال، إذا قالوا إنهم مشغولين، ولكنهم لم يرفضوا الدعوة، يمكنك المحاولة مرة أخرى أو مرتين خلال الأسابيع القليلة المقبلة. يمكنك أيضاً محاولة تنويع النشاطات التي تدعوهم إليها. على سبيل

المثال، إذا كان صديقك ربّ عائلة، قد لا يكون قادرة على مقابلتك ليلة السبت، ولكن قد يملك الوقت لتناول الغداء معك خلال أيام أسبوع العمل.