

الإنفصال صعب لكن قد يكون مفيداً !!

يعيش الكثيرون بعلاقات مليئة بالمشاكل والخلافات، فعلاقة حب حقيقية تكون من أجمل وأروع الأمور وليس العكس. لذلك قد يكون الانفصال الحل الوحيد لعيش حياة أفضل، فربما تتعرفون على شخص يكون أفضل، يكملكم ويسعدكم. اليكم من موقع "إلا" بعض الأسباب والمواقف التي تدل على أن الانفصال قد يكون الحل الأنسب والملائم لحالتكم، في هذه المقالة التالية:

1. **فقدان الثقة بالنفس:** في حال كان أحد الشريكين يفرض قراراته وأفكاره على الطرف الآخر، ذلك قد يولد فقدان الثقة بالنفس. هي تضعف تدريجياً حتى تختفي مع الوقت. لذا يكون الانفصال الحل الوحيد لإسترجاع هذه الثقة، فالشريك لن يتمكن من تغيير نفسه، ولو حاول السيطرة قليلاً على هذا الموضوع، فذلك لن يطول كثيراً!
2. **كسب وقت فراغ لك:** بسبب قضائك معظم الوقت مع شريكك، لا يتبقى لك وقتٌ كافي لنفسك ولأصدقائك. لذا عند الانفصال، قوموا بالإستفادة من هذه الحالة، عاودوا الإتصال بالأصدقاء وخذوا وقتاً للتفرغ لنفسكم، فأنتم بحاجة إليه. إن البكاء والبقاء في المنزل بمفردكم لن يحل الأمور كما وأنه لن يساعدكم على نسيان الحبيب والجرح الذي ولده.
3. **وداعاً للروتين:** قد تكونون عالقون بدوامةٍ من الروتين، تتعودون على الإنعزال عن هواياتكم ونشاطاتكم من أجل الحبيب. لذا عند الانفصال، سترجعون الى الحياة العادية تتخللها أمور تحبونها، بعيداً عن هذا الروتين الممل.
4. **وضع أهداف وتحقيق الأحلام:** بدل من قضاء هذه المرحلة منعزلين عن المجتمع، استثمروا هذا الوقت لتحقيق أحلاماً.
5. **إسترجاع الحرية:** قد يكون الحبيب قاسٍ في بعض الأحيان، الأمر الذي يؤدي إلى قمع الحرية قليلاً. فمثلاً بسبب الشعور بالغيرة، قد يمنعك الحبيب من الخروج مع أصدقائك. لذا استفد من هذه المرحلة لتسترجع حريتك.
6. **إدخار المال:** إن الانفصال قد يساعدك في إدخار المال أكثر علماً أن نزهاتك ستتقلص، وصرف المال سيقبل. لذا استفد من هذه المرحلة، ادخر المال وجمعها لتنظيم سفرات إلى بلدٍ

تحلم بزيارته مثلاً .

7. **الحصول على الراحة النفسية:** بسبب المشاكل التي واجهتموها قبل الإنفصال، لقد جاء الوقت للحصول على بعض الراحة بعيداً عن الخلافات.

8. **وداعاً للتوتر:** إن كثرة المشاكل والخلافات تولد التوتر. لذا قد حان الوقت للحصول على قسط من الراحة بعيداً عن التوتر والتشنج ، خاصةً إذا كانت العلاقات في الأخير غير ثابتة وغير ناجحة.