علامات تدل إنك مستعد للحب مرة أخرى بعد الإنفصال

يميل أغلبية الأشخاص للاعتقاد أن العلاقات الجديدة يمكنها أن تعالج من الانفصال أو الاحساس بالوحدة. لكن، يعلم خبراء النفس من أننا بحاجة لاتباع نهج للبدء بعلاقة جديدة مع شريك حياة جديد والقيام بهذا الأمر مع مرور الوقت على الإنفصال- للتأكد من الاستعداد للدخول في فصل جديد.

هناك علامات تدل إنك مستعد للحب مرة أخرى بعد الإنفصال وطرق يمكنها أن تساعدك على فهم إنه حان الوقت لتقبل شخص مميز وجديد في حياتك :

لا يسبب لك ماضيك بمشاعر سلبية

ذهبت كل المخاوف التي كنت تشعر بها عندما تقابل الحبيب السابق- التوترات ليست هناك وقد ذهب كل الغضب الذي كنت تشعر به تجاه هذا الشخص. لقد بدأت تفكر بالماضي بالدفء والامتنان وبطريقة ايجابية.

تعني هذه العلامات أنك انتقلت من الماضي وتوقفت عن استنباط المشاعر السابقة . بدأت تفكر بمستقبلك بالعلاقات الجديدة.

لا تخاف من الوحدة

في حين يبدو هذا الأمر متناقضًا، فتكون مستعدًا لعلاقة حب جديدة كما لم تكن من قبل، كما تكون في اللحظة غير مستعدًا . كل ذلك لأن بهذه اللحظة عدم الشعور بالحزن بسبب الوحدة ، فأنت لا تنتظر الحب جالسا في المنزل ، كما لا تستمر بالتحقق من هاتفك طوال الوقت بالبحث رسائل نصية جديدة . بدلا من هذا الأمر ، أنت تضفي على حياتك أشياء مثيرة للإهتمام.

لديك اهتمامات وأصدقاء

عندما تكون في علاقة، تبدأ من دون اي وعي باعتماد إهتمامات شريكك. بعد الانفصال ، تظل هذه الإهتمامات معك. لكن بعد مرور الوقت، تدرك أن التجديف ليس أمر تحبه ، بينما الكاميرا التي نسيتها جدتك وتم دفنها في خزانتك هي امر يمكنه أن يجلب السعادة الحقيقية. أنت تبدأ بالقيام بما تريد حقا أو ما رغبت دائما محاولة القيام به.

أنت استعداد لتلقي الحب، وعلى تقديمه

بينما لست في علاقة، تكون محمل بالكثير من الدفء والحنان لدرجة يمكنك تقديم هذه المشاعر لنصف العالم مع كل احتياطياتك. خلال اللحظة التي تفهم أنك لا تريد أن تحصل على العاطفة والدعم، ولكن أيضًا على استعداد لتقديم هذا الإهتمام والمشاعر الى شخص آخر – يعني أنك اصبحت مستعدا للدخول بعلاقة جديدة.

تتمتع بردة فعل هادئة عندما ترى علاقات الآخرين

بإمكانك مشاهدة القصص الغرامية وعلاقات الآخرين دون حزن وكآبة وتكون سعيد حقًا بزواج أصدقائك أو علاقتهم العاطفية . أنت لا تشعر بالغيرة من الأصدقاء الذين وجدوا سعادتهم بما انك تعلم أن يومًا ما سيحدث ذلك الأمر معك أيضًا.

ترغب بالمواعدة

إن التفكير في أن عليك أن تتحدث عن نفسك لشخص جديد في حياتك وأنه يجب عليك التعارف على الشخص الآخر من نقطة البداية لدى مقابلة شخص جديد لا يضايقك. بدلا من ذلك ، فهذه الطريقة تثير اهتمامك كما انك تشعر بانك تتمتع بالكاريزما والسحر ولديك الكثير من الامكانيات للدخول بعلاقات جديدة.

تتمتع القدرة على قول "لا"

مع مرور الوقت الكافي لوحدك، تعلمت وضع الحديد بشكل صحيح واصبحت تلعم الميزات الموجودة لدى الحبيب التي تتطابق معك. يمكنك الرفض لأي شخص، عندما ترى أن العلاقة لن تصل لمرحلة جيدة.

تصبح على إستعداد بتقديم التنزلات

قد تكون تتمتع بحدود صارمة، لكن بالوقت نفسه، تفهم أنه يوجد امر بك لا ينال استحباب الشريكك المستقبلي. تكون مستعد للتحدث وتتمتع بالقدرة على تقديم التنازلات. أنت بامكانك التخلي عن العادات السيئة والعمل على تقوية العادات الجيدة.