

عندما تنتهي صداقتك وأنت لا تعرف السبب!

أن تنتهي صداقتك أمر ، ولكن لا تفهم الأسباب الكامنة وراء هذه النهاية أمر آخر. عندما تنتهي صداقتك ، عليك منح نفسك الوقت للحزن والانتقال من العلاقة. ولكن عندما تصيف إلى ذلك عباء التساؤل عما يمكن أن تقوله أو تفعله للإسراع في النهاية ، يمكن أن تصيف عدم اليقين العاطفي الذي يتركك تشكيك في أي صداقات جديدة تشكلها.



هل أنت تنجرف بعيداً؟

هناك فرق بين الصداقة التي ماتت بالكامل ، والتي فيها شخصان فقط ينجرفان. إذا كنت تنموا بشكل طبيعي عاطفيا في اتجاهين متعاكسين ، فإن صداقتك ستنتهي ، ولكن هناك دائماً فرصة لإحيائها في وقت ما. سيحظى الأشخاص الذين ينجرفون دون نهاية دراما تيكية بفرصة أفضل للالتقاء من حيث يتوقفون ويواصلون صداقتهم في تاريخ مستقبلي يكون فيه الأصدقاء على قدم المساواة. يحدث هذا كثيراً عندما ينتقل أحد الأصدقاء بعيداً ، أو يتزوج ، أو لديه تغيير كبير في الحياة.



أسأل ما يمكنك القيام به

لا تترك صداقتك تتلاشى بصمت لأن هذا سيجعلك تشعر بحال أسوأ. التحدث مع صديقك عندما تعرف أن هناك شيئاً خطئاً أم جيد ولكن لا يقولوا شيئاً عن الموضوع أمر محظى للغاية ، لكن لا تدع ذلك يوقفك. إذا كنت تهتم بالصداقة ، فإنك مدین لنفسك (ولصديفك) بالتعامل معها. بال توفيق!

