

كيف تساعدين صديقة تمر بتجربة الطلاق؟

يعتبر الطلاق من التجارب الصعبة التي يمر بها الأفراد، إذ أنه 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. إذا كانت إحدى صديقاتك تمر بتجربة كهذه، لا بد من أن تكوني بقربها في هذه المرحلة، وذلك من خلال مازمتها في الأوقات المناسبة، وتأمين جو الراحة لها عندما يلزم الأمر. بالإضافة إلى ذلك، هناك الكثير من الأمور التي عليك أن تلتزمي بها خلال هذا الوضع الحساس، لذلك اليك بعض الأشياء التي يمكنك القيام بها لتريح صديقتك التي تواجه وضع مجهد:

ساعديها على إعادة تزيين غرفة نومها: أعيدي ترتيب الأثاث، اشترى 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 لفئة طيبة، ليست النباتات الهدية الأنسب لهذه الحالة. سيكون من الصعب على صديقتك أن تهتم بنبتة، بينما يملئ عليها مزاجها إلا تهتم بأي شيء غير نفسها.

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