

# كيف تسا ندين صديقتك لتخطي أزمة عاطفية؟

كل شخص يحتاج إلى صديق يشاركه أوقات سعادته ونجاحه، حزنه ومشاكله، صديق يقدم له الدعم ويوفر له النصائح في كافة الظروف والمواقف.

والصديق الحقيقي هو كالأخ والأخت، يخاف عليك ويبقى بجانبك مهما إشتدت الصعاب، هو ذلك الصديق المقرب الذي يفعل المستحيل من أجل أن يرسم الابتسامة على وجهك.

وتشكل الصداقات أهم الأمور بالنسبة إلى كل فتاة، وتحمل كل صديقة مسؤولية صديقتها وتقدم لها النصائح خاصة في ما يتعلق بالأزمات العاطفية.

وتواجه الكثير من الصديقات مشاكل تتعلق بالعلاقات العاطفية، ويكون الملجأ الوحيد أمامهن بعضهما البعض، فلا تبخلن في تقديم المساعدة اللازمة من أجل مساندة صديقتها للخروج من هذه المحنة.

ولمساندة صديقتك في هذا الموقف لا بد من إحاطتها بكل ما يهمها، وأن توكلي إليها مهمات تجعلها تنشغل عن التفكير بما تمر به من حزن.

ومن أهم ما يجب أن تقومين به هو التأكيد لها على أنها تستحق شخصا أفضل في حياتها، وأن تستعملي عبارات فيها الحنان.

هذا وعليك أن توفري لها فرصة البكاء أمامك وإخراج كل ما بداخلها من حزن وأسى، ذلك لأن المشاعر المكبوتة تجعلها في قلق مستمر وخوف دائم. ومن المهم جدا أن تحفزها على ممارسة هواياتها المفضلة بعيدا عن التفكير وإحاطتها بالأصدقاء.

وأهم ما في الأمر هو تجنّب إبداء رأيك الشخصي بصديقتها الذي انفصلت عنه، لأن هذه الأمور ستزيد حالتها تعقيدا ويجعلها تعيد التفكير بما جرى معها.

هذه الأمور ما هي إلا عينة من مجموعة أمور لا بد لكل فتاة أن تقوم بها لمساعدة صديقتها في تخطي محنة عاطفية والإنفصال عن صديقتها.