

لما ذا قد يخذلك صديقك؟

الصداقة مهمة ويمكن أن يجعل حياتك أفضل في مجموعة متنوعة من الطرق، ولكن عندما يخذلك صديقك، فإنه يجعلك تشعر أنك وحدك وغير محبوب. سوف تبدأ بالتفكير في جميع الأوقات التي كنت متواجداً فيها لصديفك، فتشعر بالغصب والاستياء لأنك لم تستطع فعل شيء نفسه معك. قد تخبر صديفك بشعورك أو قد تفكر أنه إذا كان يهتم حقاً بالموضوع، سوف يعرف ويعتذر من تلقاء نفسه.

الشعور بهذه الطريقة أمر مفهوم، ولقد مررنا جميعاً بهذه التجربة. أعرف أنه عندما تشعر بخيبة أمل، لست وحدك. هناك شخص آخر يشعر تماماً مثلما تشعر أنت.

ولكن قبل أن تقرر الابتعاد عن كل ما تبذله من صداقات لتنقل إلى جزيرة صحراوية في مكان ما، اعطي صديقك فرصة. قد يجهل أن تصرفاته ضرتك أو خذلك من دون انتباه. هناك احتمال آخر أنك قد تكون قد أخطأت في فهم تصرفاته أو سمحت له بمعاملتك بشكل سيء.

لماذا تشعر بالسوء عندما يخذلك صديقك؟

نحن نستثمر في صداقتنا. على عكس العلاقات الأخرى، ليس هناك التزام رسمي أو وعد لبدء الصداقة أو البقاء في واحدة. نحن أصدقاء مع الناس لأننا نريد ذلك، ولكن لا يستجيب كل شخص لهذه الرابطة بنفس الطريقة.

بعض الناس لم يتعلموا بالفعل ما هي الصداقة الحقيقية. البعض الآخر قد يكون أنا نبي ويريد أصدقاء بالقرب عند الحاجة ولكن لا يريد الجميل. مواقفنا تعكس تنشئتنا وكمية الذكاء العاطفي المكتسبة.

هناك البعض الآخر الذي ليس لديه عائلة كبيرة (أو أي عائلة على الإطلاق)، فيتقرب جداً من أصدقائه. فعندما يشعر بالتخلي، سوف يتآلم. الصديق الذي يفشل في دعمك سوف يجعلك تشعر وكأن عالمك انكسر في النصف.

ليس من السهل أبداً أن تعرف أنك في الواقع الشخص الذي يسبب معظم مشاكل الصداقة، ولكن إذا وجدت نفسك تشعر بالإحباط مع صديقك مراراً وتكراراً، حان الوقت للنظر في عاداتك. على سبيل المثال، هل تختار أنواعاً خاطئة من الأصدقاء؟ هل تتصرف مثلهم؟ هل تفتقر إلى الوعي

الذاتي، فلا تعرف إذا كنت سبب المشكلة في الصداقه أو لا؟