

كيف تتخطى انهاء علاقتك بصديق؟

الإبتعاد عن الأشخاص يعتبر من الأمور الصعبة التي يواجهها كل شخص في حياته، اذ تستغرق جهدا كبيرا لتجاوزها.

ومن أصعب هذه المواقف الإبتعاد عن صديق لسبب أو لآخر، فأنت بطبيعة الحال لن تكون قادرا على قطع العلاقة به دفعة واحدة بل تتلاشى شيئا فشيئا الى حد قطع كل ما بينكما من قنوات إتصال.

وإذا كنت تبحث عن إخراج صديق من حياتك من دون ان يستغرق هذا الأمر الكثير من الوقت، اتبع هذه الخطوات:

▪ توقف عن متابعتة على مواقع التواصل الاجتماعي

ليس فقط مجرد حجبك بشكل غير جدي، بل تجنب الذهاب إلى ملفه الشخصي والتحقق من صورته في كل وقت.

▪ ابتعد عن أصدقائك المشتركين

نحن لم نقل أن قطع العلاقة والخروج من حياتك سيكون كليا، ولكن سيكون خطوة في طريقك للتعامل مع قلبك المكسور، لذلك أعتقد أنها فكرة سيئة أن تشاركي أصدقاء كانوا على معرفة بحياتكما الخاصة، لأنه بالتأكيد لن يساعدك هذا على التخلص من الألم الذي تشعرين به في قلبك.

▪ تجنب الذكريات

ابتعد عن الموسيقى التي تذكرك به، والصور التي تجمعكما ببعض الأفلام التي شاهدتموها معا. فكل شيء يجب أن ينتهي ويوضع في صندوق المهملات.

▪ توقف عن الشعور بالأسف على نفسك

يجب عليك أنك تدرك أنك قوي وتتمتع بشخصية مستقلة ولا ترتبط بالاشخاص بل يمكنك أن تسير في هذه الحياة وتتعرف على اشخاص جدد.

▪ ثق بنفسك

لا مانع من ان تعترف لصديقك المقرب بكل شيء خطأ قمت به، وعليك أن تضع كل الكره والغضب جانبا وتثق بنفسك لأن الثقة بالنفس تجعلنا نفعل العجائب.