لا تتوسلي للحب أو القرب من الآخرين. إذا ابتعد أحدهم، فراجعي سلوككِ، واسألي والدتكِ عن أي تصرف مزعج منها، وحاولي تصحيح أخطائك. الخطوة الأهم هي حب الذات ورضاها، فمن يحب نفسه يُقبل بسهولة. بني علاقات مع من يشاركونكِ أفكاركِ وقيمكِ، وتجنبي من يجعلكِ تشعرين بالنقص. قيمة الإنسان ليست بعدد من حوله، بل بسلامه الداخلي. ركزِ على نفسكِ، طوري مهاراتكِ، وحققي أهدافكِ. إذا شعرتِ بالرفض المتكرر، اطلبي آراء من تثقين بهم. العلاقات الصحية مبنية على التفاهم، وليس على إرضاء الآخرين. الصبر على النفس وبناء علاقات صحية هما الحل.

Summarized by © lakhasly.com