

الصمت والصدقة المتينة

الصمت في حين تتمتع بالوقت مع صديقك..

واحدة من العلامات أن الأصدقاء يشعرون بالراحة مع بعضهم البعض هي الصمت، أو القدرة على الجلوس مع بعضهم البعض دون أن يتفوهوا بكلمة واحدة. هذا النوع من الصمت الإيجابي يأتي جراء الثقة. انه ليس سلبي، ليس نوع الصمت الذي يحجب الكلمات عمداً. انه التعزيز الإيجابي الذي يدل على صلابة صداقتك مع صديقك.

فكيف تصل إلى المرحلة في صداقتك حيث يمكنك تحقيق هذا النوع من الصمت؟ وإذا لم تكن عادة الشخص الذي يحب أن يبقى هادئاً، كيف يمكنك تغيير وجهة نظرك؟ هنا بعض الأفكار:

الفرق بين صمت الصداقة والصمت غير المريح:

الصمت غير المريح يظهر سلبية، مثل حقيقة أنك تحاول يائساً أن تبدأ حديث ولكن قد نفذ منك الأشياء لتقولها، أو أنك تريد أن تكون محبوباً ولكن صديقك الجديد لا يبدو أنه يعطيك القبول الذي تتلطف له. إذا كان لديك ولصديقك مشكلة لم تحل في الماضي، فإن الصمت غير المريح يمكن أن يجعلك تشعر باليأس حول مستقبل الصداقة.

في المقابل، صمت الصداقة يسمح لك ولصديقك الجلوس بهدوء في حين لكل واحد منكما الأفكار الخاصة به. إنكما تشعران بالراحة في باطنكما وفي حالة صداقتكما. لا تقلق بشأن ما يفكر به صديقك لأنه هناك مستوى عال من الثقة في صداقتكما.

ماذا يقول الصمت عن صداقتك؟

إذا كان الصمت أثناء وجودك مع صديقك يزعجك، فقد حان الوقت للنظر عن كثب في ما هي علاقتك (أو ما كنت) وما تفتقر إليه. على سبيل المثال:

هل كان هناك مشكلة مع صديقك، ولكن لم تحل نهائياً؟

هل تشعر بعدم جدوى عندما تكون مع صديقك؟

هل تكافح من أجل أن تكون على طبيعتك عندما تتواجد حول صديقك؟

هل تقلق حول ما يفكر به صديقك؟

بمجرد معرفة ما يزعجك عن الصمت، يمكنك العمل على القضايا الكامنة في صداقتك. الصمت، في هذه الحالة، يعمل على جلب المشاكل إلى الصدارة حتى تتمكن من معالجتها.