

# كن صديقاً أفضل في 7 أيام!

الصداقات ثمينة ويجب معاملتها بحكمة واحترام. ما هي أسس صداقة حقيقية ودائمة؟ تحقق من نصائحنا السبعة لتكون صديق جيد في سبعة أيام فقط.

## الاثنين:

أظهر نفسك الحقيقية. يتطلب الأمر شجاعة لجعل نفسك ضعيفاً هكذا، لكن الأمر يستحق ذلك. إذا كنت تظهر ناحية معينة من شخصيتك فحسب، فلا يمكن للعلاقة أن تنتقل إلى مستوى أعمق، لذا خاطر لتكون أكثر انفتاحاً وشارك المزيد من زوايا شخصيتك مع الآخرين. كن صادقاً - وليس فقط في ما يخصك.

## الثلاثاء

افهم واحترم الاختلافات بينكما. يمكن أن يكون شخصان مختلفان ولكن متصلان في الآن نفسه، كما أن الاختلافات الشخصية تجلب الثراء للعلاقة. مع مرور الوقت، قد تأخذ مسارات مختلفة في الحياة، كن على علم بهذه المراحل وكن مستعداً لاستيعابها.

## الأربعاء

كن صديق نفسك المفضل. يساعدك ذلك في أن تكون صديقاً أفضل للآخرين، لأنه عند وضع العناية الذاتية أولوية، لن ينتهي بك الأمر في صداقات تشعر فيها بأنك مستغل ومستاء. كرّم نقاط القوة الخاصة بك حتى لا تنشأ الغيرة، كما أنك لن تكون محتاجاً أو معتمداً على الآخرين للإهتمام بك.

## الخميس

غذي صداقتك. تماما مثل النبات، تحتاج الصداقات إلى الرعاية والاهتمام. لذا، قم بإرسال نص سريع لإخبار أصدقائك بأنك قريب منهم دائماً. قدّر مساهمتهم في حياتك، وابذل جهداً أكبر لتشكرهم على ما يفعلونه.

## الجمعة

اقبل تأثير صديقك بدلاً من أن تكون جامداً أو مركزاً فقط على

رؤيتك للعالم. يمكن أن تخلق الصداقة خيمياء حيث يصبح كل منكما أفضل مما كنتم ستكونوا لو لم تتلاقيا أبداً .

## السبت

كن منتهياً لما يحدث في حياة صديقك. استمع الى ما في عالمهم، وكن متعاطف. اجتمعاً في الأوقات الصعبة، واحتفلاً في الأوقات الجيدة. تجنب إضافة الدراما الى حياتهم، بل تمتع بالنضج العاطفي لتشهد ببساطة على حياة الآخرين.

## الأحد

كن حكيماً عندما يتعلق الأمر بالصداقة. تعرف على الأنماط السيئة ومتى يكون من الأفضل ان تنهي العلاقة. هل يستنزف صديقك دائماً طاقتك بحيث تستمع اليه دائماً وتقدم له دعمك، ولكنك تحصل على القليل في المقابل؟ ربما هناك انتقاد مستمر لنفسك أو للآخرين؟ لا تتحمل مع هذه الأشياء.