

كيف تتسا ند صديقك في محنته؟

جميعنا نواجه مشاكل في حياتنا، ولكن تبقى العبرة في كيفية التعامل معها وتخطيها.

وفي أغلب الاحيان يطلب الشخص المساعدة من أقرب الأشخاص اليه، ويبقى للصديق الحصة الأكبر في تقديم النصائح له، ذلك لأن الخبرة تلعب دورا مهما في هذا الشأن.

ويعتبر الصديق أكبر محفز على تجاوز محنة، لانه يعطي الامل الدائم ومن دون اي مصلحة في الأمر. وإذا كان صديقك في ورطة تذكر أنك لا يمكن أن تحل مشكلته بنفسك ولكن يمكنك ان تقف الى جنبه وتدعمه مهما كلف الامر.

وإذا كنت تتساءل كيف يمكنك أن تقدم المساعدة لأحد أصدقائك في محنة يمر بها، اتبع هذه الإرشادات:

1- أول طريقة لمساعدة هذا الصديق تكمن بتقديم له النصيحة الصادقة التي تساعد على رؤية الأشياء بصورة واضحة، الأمر الذي يسهل عليه التفكير بالحلول بعيدا عن المشاكل.

2- ان تكون صادقا من أهم الأمور التي تساعد صديقك على تجاوز محنته، لأن الكذب سيجعل يعيش في وهم مزدوج، ما يجعله يسير في طريق الخطأ بدلا من تحسي حالته.

3- مواجهة أصدقائك يساعد في تخطي مشكلاتهم بشكل أسرع حتى لو كانت هذه المواجهة ستتسبب لهم في ألم قد لا يحتملوه ولكنها ستحفزهم على ايجاد حل للخروج من هذه الأزمة.

4- من اهم الامور التي تساعد صديقك على تجاوز محنته إستيعابه، فهمه وتفهمه. فعدم فهمك له يجعله ينفر من التحدث معك بسبب صدمته ويجعله يبتعد عنك الى حد انهاء علاقة الصداقة بينكما.

5- حفظ السر يساعد أصدقائك كثيرا، لأن نقل خبر محنته بين أشخاص واصدقاء آخرين يجعله يشعر بأن ليس لديه خصوصية وأنك لست أهلا لحفظ السر. هذا ويجب ان تتحلى بالصبر خلال دعمك ومساندتك لصديقك .